Review

The Effect of Aromatherapy with Lavender Essence on Anxiety Control in Patients: A Systematic Review Study

Azar Jafari-Koulaee[1], Ehteram Sadat Ilali[2*]

1. Student Research Committee, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran.
2. Assistant Professor, Department of Geriatric Nursing, School of Nursing and Midwifery, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran.
*. Corresponding Author: E-mail: e.ilali@mazums.ac.ir

(Received 24 December 2019; Accepted 23 April2020)

Abstract

Lavender is one of the medicinal plants for control of anxiety, so this study aimed to review the effect of inhaled aromatherapy with lavender essential oil on anxiety. This systematic review study was conducted by searching the Iranian databases of SID, Magiran, and Irandoc and international databases Google-Scholar, PubMed, ProQuest, Springer and Web of Science by using identified keywords and OR and AND operator. The searching of the mentioned database was conducted from 2000 to the end of June of 2019. Screening of articles was done on the basis of titles, abstracts, full text of articles, its relevance to study objectives, inclusion and exclusion criteria. The quality of articles was also evaluated based on JADAD Checklist. Out of 218 articles found, after elimination of duplicate and unrelated articles with the main purpose of the study, finally 20 studies were entered into the review. All interventional studies were randomized clinical trials that were conducted from 2008 to 2019. Studies were conducted on patients undergoing open heart surgery, patients with myocardial infarction, patients undergoing angiography, patients undergoing surgery, patients undergoing hemodialysis, burn patients, patients undergoing colonoscopy and patients undergoing chemotherapy. Intervention in the most studies was inhaled aromatherapy with pure lavender essential oil. Most studies reported a positive effect of inhaled aromatherapy with lavender essential oil on reducing anxiety in some patients, but some studies reported that aromatherapy with Lavender essential oil had no significant effect on reducing anxiety. Considering the effect of lavender essential oil on anxiety reduction, it may be possible to use lavender aromatherapy as an easy and non-invasive intervention to reduce anxiety in patients in intensive care, surgical, burn, and stressful procedures.

Keywords: Lavendula, Anxiety, Lavender, Aromatherapy, Review.

ClinExc 2020;10(inpress)(Persian).

[Downloaded from ce.mazums.ac.ir on 2026-11-13]

تاثیر رایحه‌درمانی با اسانس اسطوخودوس بر کنترل اضطراب بیماران: یک مطالعه مروری نظام‌مند

آذر جعفری کولایی[۱]، احترام السادات ایلالی[۲*]

چکیده

اسطوخودوس به‌عنوان یکی از گیاهان دارویی جهت کنترل اضطراب می‌باشد لذا مطالعه حاضر با هدف مروری بر تأثیر رایحه‌درمانی استنشاقی با اسانس روغنی اسطوخودوس بر اضطراب بیماران انجام شد. مطالعه‌ی مروری حاضر با جستجو در پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی؛ SID، Magiran و Irandoc و بین‌المللی؛ Google-Scholar، PubMed، ProQuest، Springer و Web of Science با استفاده از کلیدواژه‌های تعیین‌شده از سال ۲۰۰۰ میلادی تا پایان ژوئن سال ۲۰۱۹ انجام شد. غربالگری مقالات بر اساس عناوین، چکیده، متن کامل مقالات، ارتباط ان با اهداف مطالعه و معیارهای ورود و خروج انجام شد. ارزیابی کیفیت مقالات بر اساس چک‌لیست جداد (JADAD) صورت گرفت. از میان ۲۱۸ مقاله یافته شده، پس از حذف موارد تکراری و غیر مرتبط با هدف اصلی مطالعه، نهایتاً ۲۰ مطالعه وارد مرور شدند. تمامی مطالعات مداخله‌ای از نوع کارآزمایی بالینی تصادفی بودند که از سال ۲۰۱۹-۲۰۰۸ انجام‌شده بودند. مطالعات بر روی بیماران کاندید جراحی قلب باز، مبتلا به انفارکتوس قلبی، کاندید انژیوگرافی، کاندید جراحی، تحت همودیالیز، سوختگی، مراجعه‌کننده به کلونوسکوپی و تحت شیمی‌درمانی انجام شدند. اکثر مطالعات تأثیر مثبت رایحه‌درمانی استنشاقی با اسانس اسطوخودوس را بر کاهش اضطراب در بیماران گزارش نمودند اما برخی مطالعات گزارش نمودند که رایحه‌درمانی با اسانس اسطوخودوس بر کاهش اضطراب تأثیر معناداری نداشت. نتایج در اکثر مطالعات نشان دادند که رایحه‌درمانی استنشاقی با اسانس اسطوخودوس بر کاهش اضطراب بیماران مؤثر بود. با عنایت بر اثر اسانس اسطوخودوس بر کاهش اضطراب شاید بتوان از رایحه‌درمانی با اسطوخودوس به‌عنوان مداخله‌ای آسان و غیرتهاجمی جهت کاهش اضطراب بیماران در بخش‌های مراقبت‌های ویژه، جراحی، سوختگی و حین پروسیجرهای پراسترس استفاده نمود.

واژه‌های کلیدی: لاواندولا، اضطراب، اسطوخودوس، رایحه‌درمانی، مروری.

۱. کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران.
۲. استادیار، گروه پرستاری سالمندی، دانشکده پرستاری و مامایی نسیبه، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران.
* نویسنده مسئول: ساری، خیابان وصال شیرازی، دانشکده پرستاری و مامایی نسیبه. Email: e.ilali@mazums.ac.ir
تاریخ دریافت:۱۳۹۸/۱۰/۳ تاریخ ارجاع جهت اصلاحات: ۱۳۹۹/۱/۱۰ تاریخ پذیرش:۱۳۹۹/۲/۴

[Downloaded from ce.mazums.ac.ir on 2026-11-13]

مقدمه

اضطراب اغلب از بزرگ‌ترین مشکلات زندگی انسان‌ها محسوب می‌شود و عوارض ناشی از آن، در زندگی فردی و اجتماعی فرد کاملاً محسوس است(۱). اضطراب شایع‌ترین واکنش روانی در پاسخ به تغییرات و تجربیات جدید می‌باشد و بیانگر خطری قریب‌الوقوع است که فرد را به اتخاذ تدابیر ضروری برای مقابله و یا کاهش عوارض آن وا می‌دارد(۳-۲). برخی شرایط تنش‌زا ممکن است سبب شود افراد اضطراب بیشتری را تجربه نمایند برای مثال اغلب بیماران به دلیل عوامل تنش‌زای متعدد از قبیل شرایط حاد بیماری، محیط، تجهیزات و اقدامات تشخیصی-درمانی خاص بخش‌های ویژه و ترس از ناشناخته‌ها سطح اضطراب بالایی را تجربه می‌نمایند(۳). اضطراب به‌عنوان یکی از فاکتورهای روان‌شناختی در بیماران بسیار موردتوجه واقع‌شده و حتی می‌تواند به‌تنهایی پیشگویی‌کننده برخی از بیماری‌ها از قبیل حوادث قلبی و بیماری‌ام اس باشد(۴). اضطراب در بیماران می‌تواند مانع تبعیت از رژیم‌های غذایی و درمان‌های توصیه‌شده گردد و بر رفتارهای خود مراقبتی و نتایج درمان، تأثیر منفی داشته باشد(۵). بیمارانی که از اضطراب کمتری برخوردار هستند، دارای سطوح بالاتر مراقبت از خود نیز می‌باشند بنابراین حفظ بهداشت روان و کنترل اضطراب در بیماران از اهمیت زیادی برخوردار می‌باشد(۶). در این راستا امروزه استفاده از درمان‌های مکمل و گیاهی جهت کنترل اضطراب موردتوجه قرارگرفته است. طب جایگزین یا طب مکمل شامل انواع روش‌های درمان یا پیشگیری از بیماری است که روش و اثربخشی آن با طب بیولوژیک یا مرسوم متفاوت است و به دلایلی از قبیل غیرتهاجمی بودن، عوارض کمتر و مقبولیت از اهمیت بسیاری برخوردار می‌باشد(۷). از میان درمان‌های تکمیلی رایحه‌درمانی نیز رشد چشم‌گیری داشته است(۸). در رایحه‌درمانی، به‌عنوان یک اقدام مکمل و جایگزین، از عصاره‌های فرار مشتق شده از گیاهان به نام روغن‌های اساسی که ترکیبات شیمیایی طبیعی هستند، جهت ارتقاء سلامتی و بهبودی بیماری‌ها استفاده می‌شود(۱۰-۹). بدین گونه که به اعتقاد برخی پژوهشگران، حین رایحه‌درمانی بوی ناشی از گیاه می‌تواند سلول‌های عصب بویایی و در نهایت سیستم لیمبیک را فعال کند و سلول‌های عصبی نیز بسته به نوع رایحه، نوروترانسمیترهای متفاوتی مانند آنکفالین، آندروفین، نورآدرنالین و سروتونین آزاد کنند که این مسئله می‌تواند تأثیرات سریعی بر کاهش سطح اضطراب و افزایش راحتی بیماران داشته باشد(۱۱). یکی از شایع‌ترین روغن‌های اسانس‌داری که در رایحه‌درمانی توصیه می‌شود، اسطوخودوس می‌باشد که گیاهی علفی، معطر و همیشه‌سبز است و تا حدود ۹۰ سانتیمتر رشد می‌کند(۱۲). گیاه اسطوخودوس بومی اروپا است و به علت عدم رشد خودرو در ایران و دیگر مناطق، امکان تهیه و تولید آن صرفاً از طریق کشت در ایران و سایر کشورها از قبیل فرانسه، روسیه، بلغارستان، ژاپن، آمریکا و مجارستان وجود دارد(۱۴-۱۳). اسانس این گیاه از گل‌های آن تهیه‌شده که بیش از ۴۰ نوع ترکیب مختلف دارد که مهم‌ترین آن‌ها عبارت‌اند از: لینالیل استات[1]، سینئول[2]، لینالول[3] و نرول[4]. همچنین در آن ترکیباتی نظیر بورنئول و اسید بوتیریک، اسید پروپیونیک و اسید والریک، لینالول آزاد و ژرانیول، تانن، فلاونوئیدها، لینالول، ترکیبات فنلی و مونوترپن وجود دارد(۱۵). اسانس اسطوخودوس دارای بوی لطیف و بسیار مطبوع است که دارای خواصی از قبیل خاصیت ضدافسردگی(۱۶)، ضددردی(۱۸-۱۷)، ضد تشنج(۱۹)، ضدالتهاب(۲۰) و ضد اضطرابی(۲۲-۲۱) می‌باشد. اگرچه مکانیسم دقیق آثار ضد اضطرابی استنشاق اسانس اسطوخودوس دقیقاً مشخص نیست ولی گفته می‌شود که استنشاق اسانس اسطوخودوس خود می‌تواند باعث مهار سیستم عصبی فعالیت محور هیپوتالاموس- هیپوفیز- آدرنال شود و سطح کورتیزول خون را کاهش و سروتونین را افزایش دهد(۲۳). مرور بر پایگاه داده‌های

[1]. Linalyl acetate
[2]. Cineole
[3]. Linalool
[4]. Nerol

[Downloaded from ce.mazums.ac.ir on 2026-11-13]

در دسترس نیز نشان داد که تاکنون مطالعات متعددی اثرات مثبت رایحه‌درمانی با اسانس اسطوخودوس را بر کاهش اضطراب مطرح نمودند(۲۲، ۲۴) بااین‌وجود در برخی مطالعات نیز نتایج متناقض گزارش‌شده و بیان نمودند که اسطوخودوس بر کاهش اضطراب تأثیرات معناداری نداشته است(۵، ۱۶، ۲۶-۲۵)؛ بنابراین به نظر می‌رسد جهت خلاصه‌سازی و ارزیابی جامع نتایج مطالعات در این راستا و ازآنجایی‌که تاکنون مطالعه‌ای مروری در این زمینه صورت نگرفته، انجام مطالعه‌ای مروری جهت بررسی تأثیر رایحه‌درمانی استنشاقی با اسانس اسطوخودوس بر اضطراب بیماران مفید و ضروری باشد لذا مطالعه حاضر طی مروری نظام‌مند با هدف تعیین تأثیر رایحه‌درمانی استنشاقی با اسانس اسطوخودوس بر اضطراب بیماران انجام شد.

روش کار

مطالعه حاضر یک مطالعه مروری نظام‌مند می‌باشد که با هدف تعیین تأثیر رایحه‌درمانی استنشاقی با اسانس اسطوخودوس بر اضطراب بیماران انجام شد.

پایگاه داده‌های داخلی؛ SID، Magiran و Irandoc و بین‌المللی Google-Scholar، PubMed، ProQuest، Springer و Web of Science با استفاده از کلیدواژه‌های تعیین‌شده و به‌کارگیری عملگرهای OR و AND از سال ۲۰۰۰ میلادی تا پایان ژوئن سال ۲۰۱۹ میلادی جستجو شدند. کلیدواژه‌های فارسی شامل اسطوخودوس، رایحه‌درمانی، آروماتراپی، اسانس درمانی، بیمار، اضطراب و کلیدواژه‌های انگلیسی شامل؛ Aromatherapy, Lavender, Lavandula, Anxiety, Patient بودند که جهت جستجو در عناوین و یا چکیده مطالعات استفاده شدند. همچنین جهت یافتن پایان‌نامه‌هایی که ممکن بود نتایج آن‌ها چاپ‌نشده باشد، پایگاه اطلاعاتی IRANDOC مورد جستجو قرار گرفت. مقالات ارائه‌شده در کنگره‌های ملی و بین اللملی از پایگاه Civilica نیز موردبررسی قرار گرفت تا مقالات مرتبط نیز وارد مطالعه شوند.

ارزیابی کیفیت مقالات بر اساس معیارهای چک‌لیست جداد[5] صورت گرفت. ابزار جداد مشتمل بر سه آیتم تصادفی سازی، کورسازی و گزارش ریزش نمونه‌ها در ارتباط مستقیم با کنترل تورش در مطالعات مداخله‌ای است که در بررسی کیفیت مطالعات در صورت کسب نمرات ۲-۱ و نمرات ۵-۳ به ترتیب تحت عنوان مطالعات با کیفیت پایین و مطالعات با کیفیت بالا رتبه‌دهی می‌شوند(۲۸-۲۷). در این مطالعه نیز پس از ارزیابی کیفی، مطالعات با نمرات سه و بیشتر از سه براساس چک‌لیست جداد وارد مطالعه شدند.

معیارهای ورود مقالات به مطالعه شامل:

۱. مطالعات مداخله‌ای کارآزمایی بالینی مرتبط با اهداف مطالعه که بر روی جمعیت بیماران انجام‌شده باشند.
۲. نحوه‌ی به‌کارگیری اسطوخودوس در مطالعات به‌صورت رایحه‌درمانی استنشاقی باشد.
۳. مطالعات به زبان فارسی و یا انگلیسی چاپ‌شده باشد.

همچنین پس از بررسی، مطالعات دارای شرایطی شامل: کیفیت پایین مقالات، عدم دسترسی به متن کامل مقالات و ۳ داده‌های ناکافی و موارد مبهم در بیان روش کار از مطالعه خارج شدند.

چک‌لیستی جهت استخراج اطلاعات موردنیاز شامل ایتم هایی از قبیل: نام نویسنده، سال و نوع مطالعه، حجم نمونه، نوع و نحوه مداخله، نتیجه حاصل‌شده طراحی شد و بدین‌صورت نتایج نگاشته شدند.

یافته‌ها

طبق نتایج پس از غربالگری اولیه و ثانویه از ۲۱۸ مطالعه حاصل‌شده، درنهایت ۲۰ مطالعه وارد فرایند مرور نظام‌مند شدند. جزییات نحوه انتخاب مطالعات در نمودار شماره ۱ آمده است.

تمامی مطالعات مداخله‌ای از نوع کارآزمایی بالینی تصادفی بودند که در محدوده‌ی زمانی سال ۲۰۱۹-۲۰۰۸ انجام‌شده بودند. از مطالعات حاصل‌شده سه مطالعه در

[5]. JADAD

[Downloaded from ce.mazums.ac.ir on 2026-11-13]

بیماران قلبی کاندید عمل جراحی قلب باز(۲۶،۳۰-۲۹)، یک مطالعه در بیماران ایسکمیک قلبی(۳۱)، سه مطالعه در بیماران مبتلا به سکته قلبی(۳۲-۳۴)، یک مطالعه در بیماران بستری در بخش‌های ویژه قلب(۳۵) و یک مطالعه در بیماران تحت انژیوگرافی(۳۶)، یک مطالعه در بیماران کاندید جراحی(۳۷)، دو مطالعه در بیماران کاندید جراحی پستان(۲۱, ۳۸)، چهار مطالعه در بیماران تحت همودیالیز(۴۱،۱۶-۳۹)، دو مطالعه در بیماران سوختگی(۲۲, ۴۲)، یک مطالعه در بیماران مراجعه‌کننده به کلونوسکوپی(۴۳) و یک مطالعه در بیماران تحت شیمی‌درمانی(۲۵) انجام‌شده بودند. حجم نمونه در مقالات حداقل و حداکثر ۳۴ و ۹۳ بود. اکثر مطالعات تأثیر مثبت رایحه‌درمانی استنشاقی با اسانس اسطوخودوس را بر کاهش اضطراب در بیماران گزارش نمودند(۲۲-۲۱،۴۳-۲۹) اما برخی مطالعات گزارش نمودند که رایحه‌درمانی با اسانس اسطوخودوس بر کاهش اضطراب تأثیر معناداری نداشت(۵، ۱۶، ۲۶-۲۵). سایر جزییات مرتبط با مشخصات مطالعات در جدول شماره‌ی ۱ آمده است.

نحوه مداخله در مطالعات

مداخله مورداستفاده در مطالعات به‌صورت رایحه‌درمانی استنشاقی با اسانس اسطوخودوس در بیماران بود که در اکثر مطالعات اسانس اسطوخودوس خالص(با غلظت صد درصد) بکار گرفته شد در برخی مطالعات نیز اسانس اسطوخودوس رقیق‌شده به‌صورت محلول ۲ درصد و ۵ درصد(رقیق‌شده با روغن بادام شیرین) بکار گرفته شد. ۳-۲ قطره اسانس اسطوخودوس استفاده شد. به‌طورکلی حداقل و حداکثر مدت‌زمان رایحه‌درمانی در هر جلسه در مطالعات ۵ و ۶۰ دقیقه بود که در اکثر مطالعات این مدت‌زمان کمتر از ۳۰-۲۰ دقیقه بود.

ابزار سنجش

اضطراب بیماران در مطالعات با به‌کارگیری ابزارهای استانداردی همچون پرسشنامه استرس، اضطراب و افسردگی[6]، پرسشنامه استاندارد اشپیلبرگر[7]، مقیاس اضطراب و افسردگی بیمارستانی[8]، پرسشنامه اضطراب هامیلتون[9]، پرسشنامه اضطراب حالت و صفت اسپیلبرگر[10]، مقیاس انالوگ بصری[11] و سیاهه اضطراب بک[12] سنجیده شد که جهت سنجش اضطراب در اکثر مطالعات پرسشنامه استاندارد اشپیلبرگر بکار گرفته‌شده بود.

بحث

مطالعه مروری نظام‌مند حاضر با هدف مروری بر تأثیر رایحه‌درمانی استنشاقی با اسانس اسطوخودوس بر اضطراب بیماران انجام شد که اکثر مطالعات به دست آمده اثر مثبت رایحه‌درمانی استنشاقی با اسانس اسطوخودوس را بر کاهش اضطراب گزارش نمودند(۲۲-۲۱،۴۳-۲۹). در مطالعات انجام‌شده توسط رجایی و همکاران(۲۹)، حسینی و همکاران(۳۰) و سیفی و همکاران(۲۶) تأثیر رایحه‌درمانی استنشاقی با اسانس اسطوخودوس بر روی اضطراب بیماران قلبی کاندید عمل جراحی باز قلب بررسی شد که طبق یافته‌های حاصل از این مطالعات اضطراب در دو مطالعه یادشده(۳۲،۲۹) پس از مداخله رایحه‌درمانی کاهش یافت ولی در مطالعه سیفی و همکاران(۲۶) در میزان اضطراب پس از مداخله تغییر معناداری دیده نشد. از دلایل احتمالی تفاوت در نتایج شاید بتوان به غلظت اسانس اسطوخودوس اشاره نمود به‌گونه‌ای که در مطالعه سیفی و همکاران از اسانس اسطوخودوس ۲ درصد استفاده شد درحالی‌که در دو مطالعه دیگر از اسانس اسطوخودوس خالص(۱۰۰ درصد) استفاده شد. مصری و همکاران(۳۷) و بلیک لیگلو[13] و همکاران(۲۱) نیز در مطالعاتی به تأثیر رایحه‌درمانی با اسانس اسطوخودوس بر اضطراب

6. Depression, Anxiety Stress Scale: DASS
7. Spielberger
8. Hospital Anxiety Depression Scale: HADS
9. Hamilton Anxiety Rating Scale; HAM-A
10. Spielberger's State and Trait Anxiety Inventory; STAI
11. Visual Analog Scale: VAS
12. Beck Anxiety Inventory: BAI
13. Beyliklioglu

[Downloaded from ce.mazums.ac.ir on 2026-11-13]

بیماران کاندید جراحی پرداختند که نتایج هر دو مطالعه تأثیر مداخله را بر کاهش اضطراب نشان دادند اما میزان اضطراب در مطالعه بلیک لیگلو و همکاران[14](۲۱) به‌طور معنادارتری کاهش یافت. از دلایل احتمالی تفاوت در نتایج شاید بتوان به تعداد قطرات و نیز مدت‌زمان مداخله اشاره نمود بدین‌صورت که در مطالعه بلیکلیگلو و همکاران(۲۱) تعداد قطرات اسانس اسطوخودوس ۴-۳ قطره و ۲۰ دقیقه بود درحالی‌که در مطالعه مصری و همکاران(۳۷) تعداد قطرات و مدت‌زمان مداخله کمتر بود بنابراین احتمال دارد که تعداد قطرات بیشتر و مدت‌زمان بیشتر رایحه‌درمانی تأثیر بیشتری بر کاهش اضطراب بیماران کاندید جراحی داشته باشد.

باقری و همکاران(۱۶) در مطالعه‌ای در بیماران همودیالیزی نشان دادند که با رایحه‌درمانی با اسانس اسطوخودوس ۵ درصد(۳ قطره به مدت ۱۰ دقیقه تا چهار هفته) افسردگی بیماران تحت درمان همودیالیز کاهش یافت ولی تغییری در میزان اضطراب آنان مشاهده نشد. از سویی دیگر طیبی و همکاران در مطالعه‌ای دیگر بر روی بیماران همودیالیزی(۳۹) گزارش نمودند که با رایحه‌درمانی با اسانس اسطوخودوس(۳ قطره به مدت یک ۴-۳ هفته) اضطراب بیماران کاهش یافت ولی تغییری در میزان افسردگی آنان مشاهده نشد. از سویی دیگر همسو با مطالعه طیبی و همکاران دو مطالعه دیگر(۴۱-۴۰) بر روی بیماران همودیالیز تأثیر مثبت رایحه‌درمانی با اسانس اسطوخودوس را بر کاهش اضطراب گزارش نمودند. به‌طورکلی شاید بتوان اظهار نمود که از جمله دلایل احتمالی تفاوت در نتایج سه مطالعه پیش گفت با تحقیق باقری و همکاران مدت‌زمان رایحه‌درمانی در هر جلسه باشد که مدت‌زمان هر جلسه در مطالعه باقری و همکاران نسبت به سه مطالعه دیگرکمتر بود(۴۱-۳۹). لذا شاید بر اساس نتایج حاصل از مطالعات بتوان گفت جهت بهبود اضطراب با استفاده از اسانس اسطوخودوس در مدت‌زمان بیشتر نتایج بهتری حاصل شود.

نتیجه‌گیری

نتایج حاصل از اکثر مطالعات موردبررسی حاکی از تأثیر رایحه‌درمانی با اسانس اسطوخودوس بر کاهش اضطراب بودند اما به دلیل پایین بودن کیفیت مطالعات و کم بودن تعداد مطالعات کارشده در خارج از ایران و عدم توافق برخی مطالعات در رابطه با تأثیر مثبت اسانس اسطوخودوس بر کاهش اضطراب پیشنهاد می‌گردد مطالعات دقیق‌تری در این زمینه جهت دستیابی به شواهد اختصاصی‌تر صورت گیرد. همچنین ضروری به نظر می‌رسد که جهت به‌کارگیری رایحه‌درمانی استنشاقی با اسانس اسطوخودوس از رویکرد تیمی با بکارگیری متخصصان بین‌رشته‌ای و روان‌شناسی و گیاه‌پزشکی استفاده شود تا بتوان به نحو مطلوبی از این روش به‌عنوان مداخله‌ای آسان و غیرتهاجمی جهت کاهش اضطراب بیماران در بخش‌های مراقبت‌های ویژه، جراحی، سوختگی و حین پروسیجرهای پراسترس استفاده نمود.

محدودیت‌های مطالعه

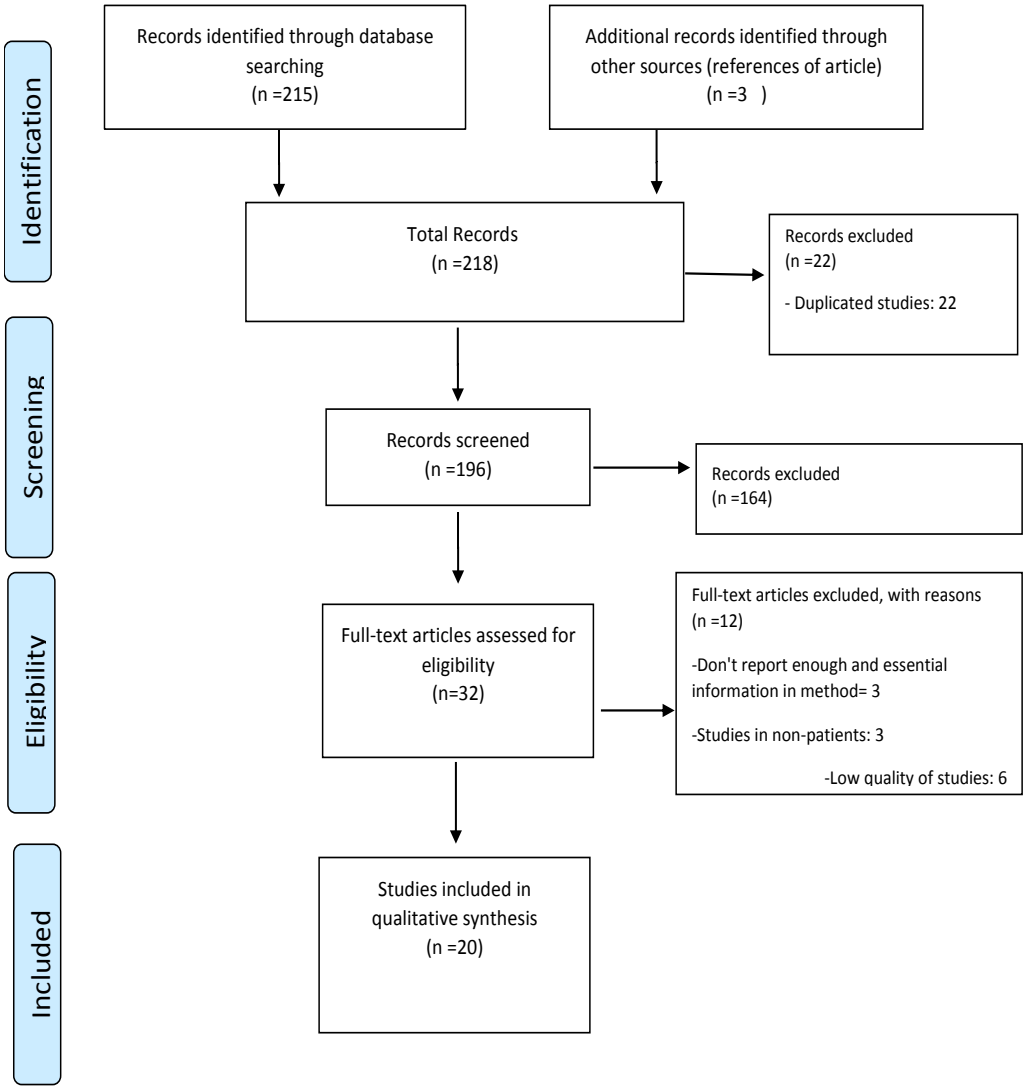
ازجمله محدودیت‌های مطالعه می‌توان به عدم دسترسی به مطالعاتی که متن کامل آن‌ها در دسترس نبود و یا به زبان‌های دیگر(به‌غیراز انگلیسی و یا فارسی) چاپ بودند، اشاره نمود. همچنین وجود ناهمگونی در مطالعات قابلیت انجام متاآنالیز را نداشت.

سپاسگزاری

از معاونت تحقیقات و فناوری و کمیته تحقیقات دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی مازندران جهت حمایت مالی طرح تقدیر می‌گردد. این مطالعه مصوب کمیته تحقیقات دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی مازندران با کد ۶۳۲۱ می‌باشد.

[14] Beyliklioglu

[Downloaded from ce.mazums.ac.ir on 2026-11-13]



نمودار شماره ۱: نحوه ی انتخاب مطالعات

[Downloaded from ce.mazums.ac.ir on 2026-11-13]

جدول شماره ۱: مشخصات مطالعات واردشده به فرایند مرور

نام نویسنده (سال)	نوع مطالعه	حجم نمونه	متغیر	مقیاس اندازه‌گیری	نحوه مداخله	نتایج
رجایی و همکاران (۲۰۱۶)	کارآزمایی بالینی تصادفی	۶۰ بیمار قلبی کاندید عمل جراحی قلب باز	اضطراب و استرس	پرسشنامه استرس، اضطراب و افسردگی	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۲ قطره به مدت ۲۰ دقیقه)	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس به‌طور معناداری اضطراب را کاهش داد(P=۰/۰۲) اما استرس را نتوانست کاهش دهد(P=۰/۵۵).
حسینی و همکاران (۲۰۱۶)	کارآزمایی بالینی یک سوکور	۹۰ بیمار کاندید جراحی باز قلب	اضطراب	پرسشنامه استاندارد اشپیلبرگر	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۲ قطره به مدت ۲۰ دقیقه روز جراحی)	میزان اضطراب بیماران پس از مداخله کاهش معناداری را نشان داد(P<۰/۰۰۱).
سیفی و همکاران (۲۰۱۴)	کارآزمایی بالینی دو سوکور	۶۰ بیمار کاندید جراحی باز قلب	اضطراب	پرسشنامه استاندارد اشپیلبرگر	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۲ قطره به مدت ۲۰ دقیقه روز دوم و سوم بعد از جراحی)	بین دو گروه مداخله و کنترل به لحاظ میزان اضطراب پس از مداخله تأثیر معناداری وجود نداشت(P>۰/۰۵).
ضیایی فر و همکاران (۲۰۱۷)	کارآزمایی بالینی دو سوکور	بیماران تحت انژیوگرافی عروق کرونر	اضطراب	پرسشنامه استاندارد اشپیلبرگر	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۵ قطره به مدت ۵ دقیقه)	میزان اضطراب بیماران پس از مداخله به‌طور معناداری کاهش یافت(P<۰/۰۵).
مرادی و همکاران (۲۰۱۵)	کارآزمایی بالینی	۸۰ بیمار ایسکمیک قلبی	اضطراب	پرسشنامه استاندارد اشپیلبرگر	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۲ قطره به مدت ۲۰ دقیقه طی روز دوم و سوم بستری)	اضطراب در گروه مداخله به‌طور معنی‌داری نسبت به گروه شاهد کاهش پیدا کرد(P<۰/۰۰۱).
نجفی و همکاران (۲۰۱۴)	کارآزمایی بالینی	۶۸ بیمار مبتلا به انفارکتوس قلبی	اضطراب	پرسشنامه استاندارد اشپیلبرگر	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۳ قطره به مدت ۲۰ دقیقه دو بار در روز در دو روز متوالی.)	اضطراب در گروه مداخله به‌طور معنی‌داری نسبت به گروه کنترل کاهش یافت(P<۰/۰۵).
گنجلو و همکاران (۲۰۱۴)	کارآزمایی بالینی	۶۰ بیمار مبتلا به سکته قلبی	اضطراب	پرسشنامه استاندارد اشپیلبرگر	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۳ قطره به مدت ۲۰-۳۰ دقیقه ۳ بار در روز به مدت سه روز)	دو گروه از لحاظ میزان اضطراب آشکار و پنهان بعد از مداخله تفاوت معناداری داشتند(P<۰/۰۰۱).
میربستگان و همکاران (۲۰۱۶)	کارازمایی بالینی تصادفی	۶۰ بیمار مبتلا به سکته قلبی	اضطراب	پرسشنامه اضطراب حالت و صفت	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۳ قطره به مدت ۳۰ دقیقه ۳ بار در روز به مدت سه روز)	میزان اضطراب در گروه مداخله نسبت به گروه شاهد به‌طور معناداری بعد از مداخله کاهش یافت(P<۰/۰۰۱).
کاراداگ و همکاران (۲۰۱۷)	کارآزمایی بالینی تصادفی	۶۰ بیمار بخش مراقبت‌های ویژه بخش قلب	اضطراب	سیاهه اضطراب بک	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس ۲ درصد(۲ قطره هر شب به مدت ۱۵ روز)	اضطراب به‌طور معناداری بعد از مداخله کاهش یافت(P<۰/۰۵).
مصری و همکاران (۲۰۱۶)	کارآزمایی بالینی	۶۴ بیمار کاندید جراحی	اضطراب	پرسشنامه استاندارد اشپیلبرگر	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۲ قطره به مدت ۲۰-۱۰ دقیقه یک‌بار شب قبل از عمل و یک‌بار روز عمل)	میزان اضطراب آشکار در گروه مداخله بعد از بیهوشی نسبت به قبل از بیهوشی به‌طور معنی‌داری کاهش یافت(P<۰/۰۵).
بیلیک لیگلو و همکاران (۲۰۱۸)	کارآزمایی بالینی	۸۰ زن کاندید جراحی پستان	اضطراب	پرسشنامه استاندارد اشپیلبرگر	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۳ تا ۴ قطره به مدت ۲۰ دقیقه قبل از جراحی)	اضطراب در گروه مداخله به‌طور معنی‌داری نسبت به گروه کنترل کاهش یافت(P=۰/۰۳).

[Downloaded from ce.mazums.ac.ir on 2026-11-13]

جدول شماره ۱: مشخصات مطالعات وارد شده به فرایند مرور

نام نویسنده (سال)	نوع مطالعه	حجم نمونه	متغیر	مقیاس اندازه‌گیری	نحوه مداخله	نتایج
فرانکو (۲۰۱۶)	کارآزمایی بالینی یک‌سو کور	۹۳ زن کاندید جراحی پستان	اضطراب	پرسشنامه اضطراب حالت و صفت اسپیلبرگر	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس ۲ درصد(۲ قطره به مدت ۱۰ دقیقه)	اضطراب در گروه مداخله به‌طور معنی‌داری نسبت به گروه کنترل کاهش یافت(P<۰/۰۵).
باقری و همکاران (۲۰۱۷)	کارآزمایی بالینی تصادفی	۷۲ بیمار تحت درمان همودیالیز	اضطراب و افسردگی	مقیاس اضطراب و افسردگی بیمارستانی	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس ۵ درصد(۳ قطره به مدت ۱۰ دقیقه تا چهار هفته)	دو گروه مداخله و کنترل ازلحاظ میزان اضطراب پس از مداخله تفاوت معناداری نداشتند(P=۰/۷۸) ولی ازنظر میزان افسردگی تفاوت معناداری داشتند(P=۰/۰۰۵).
کیانی و همکاران (۲۰۱۶)	کارآزمایی بالینی تصادفی	۷۰ بیمار تحت درمان با همودیالیز	اضطراب	پرسشنامه اضطراب حالت و صفت اسپیلبرگر	اسطوخودوس ۵ درصد(۲ قطره به مدت ۱۵-۲۰ دقیقه ۲ بار در روز تا چهار هفته)	دو گروه از نظر اضطراب اختلاف آماری معناداری نشان دادند(P<۰/۰۵).
طیبی و همکاران (۲۰۱۵)	کارآزمایی بالینی شاهددار	۶۰ بیمار تحت درمان همودیالیز	اضطراب و افسردگی و استرس	پرسشنامه استرس، اضطراب و افسردگی	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۳ قطره به مدت یک ساعت تا چهار هفته)	افسردگی در گروه مداخله به‌طور معنی‌داری(P=۰/۳۶) نسبت به گروه شاهد کاهش پیدا نکرد؛ اما نمره اضطراب و استرس معنی‌دار بود(P=۰/۰۳).
سنتورک و همکاران (۲۰۱۸)	کارآزمایی بالینی تصادفی	۳۴ بیمار تحت همودیالیز	اضطراب	پرسشنامه اضطراب هامیلتون	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۲ قطره به مدت ۳۰ دقیقه قبل از خواب تا یک هفته)	دو گروه از نظر میزان اضطراب اختلاف آماری معناداری نشان دادند(P<۰/۰۵).
هروانی و همکاران (۲۰۱۶)	کارآزمایی بالینی	۶۰ بیمار سوختگی	اضطراب	پرسشنامه استاندارد اشپیلبرگر	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس ۲ درصد(۲ قطره به مدت ۲۰ دقیقه)	اضطراب در گروه مداخله به‌طور معنی‌داری نسبت به گروه شاهد کاهش پیدا کرد(P=۰/۰۱).
سید رسولی و همکاران (۲۰۱۶)	کارآزمایی بالینی تصادفی	۹۰ بیمار مبتلا به سوختگی کمتر از ۲۰ درصد	اضطراب	پرسشنامه اضطراب حالت و صفت اسپیلبرگر	- اروماتراپی استنشاقی(۷ قطره اسطوخودوس به همراه ۳ قطره اسانس گل محمدی به مدت ۲۰ دقیقه) - اروماتراپی ماساژی(۳ قطره اسانس اسطوخودوس با ۱۵ سی‌سی روغن بادام شیرین)	دو گروه از نظر میزان اضطراب اختلاف آماری معناداری نشان دادند(P<۰/۰۵).
مقرب و همکاران (۲۰۱۶)	کارآزمایی بالینی	۴۶ بیمار مراجعه‌کننده به کلونوسکوپی	اضطراب	پرسشنامه استاندارد اشپیلبرگر	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۳ قطره به مدت ۱۰ دقیقه)	دو گروه ازلحاظ میزان اضطراب بعد از مداخله تفاوت معناداری داشتند(P=۰/۰۰۲).
ازکارامن و همکاران (۲۰۱۸)	کارآزمایی بالینی تصادفی	۷۰ بیمار تحت درمان با شیمی‌درمانی در بخش‌های سرپایی	اضطراب	پرسشنامه اضطراب حالت و صفت اسپیلبرگ	اروماتراپی با اسانس اسطوخودوس(۳ قطره طی جلسات شیمی‌درمانی به مدت یک ماه)	دو گروه از نظر میزان اضطراب اختلاف آماری معناداری نشان ندادند(P>۰/۰۵).

[Downloaded from ce.mazums.ac.ir on 2026-11-13]

References

1. Alipoor R, Ebrahimi A, Omidi R, Hedayati A, Ranjbar H, Hosseinpour S. Depression, anxiety, stress and related demographic variables in nurses of Fasa University of Medical Sciences in 2014. Pajouhan Scientific Journal. 2015;13(4):51-59.
2. Sadeghi Firoozabadi V, Barani M, Bakhteyari M, MehdiZadeh M, Imani S. Effectiveness of Adjuvant Psychological Therapy on anxiety and depression of patients with hematological Malignancies. Quarterly Journal of Health Psychology. 2017;6(22):51-72.
3. Mohammadi N, Tizhoosh M, Seyedoshohadaei M, Haghani H. Face-to-Face Education vs. Group Education on Knowledge and Anxiety of Patients Undergoing Coronary Angiography. Hayat. 2012;18(3):44-53.
4. Ghanbari Afra L, Zaheri A. Relationship of Anxiety, Stress, and Depression with Spiritual Health in Patients with Acute Coronary Artery Disease. Journal of Education and Community Health. 2017;4(2):28-34.
5. Kanany M, Mazloom SR, Emami A, Mokhber N. Effect of essential oil of lavender aromatherapy on anxiety in patients undergoing dialysis. Sci-Res J Mashhad Nurs Midwifery School. 2010;10:63-71.
6. Sharif F, F FV. The Relationship Between Mental Health and Quality of Life of Hemodialysis Patients Referred to Hospitals Affiliated to Shiraz University of Medical Sciences. Iran Journal of Nursing. 2007;20(51):61-69
7. Mirzai V, Saiadi AR, Heydarinasab M. Knowledge and attitude of Rafsanjan physicians about complementary and alternative medicine. Zahedan J Res Med Sci (ZJRMS). 2011;13(6):20-24.
8. Jafari-Koulaee A, Khenarinezhad F, Sharifi Razavi A, Bagheri-Nesami M. The Effect of Aromatherapy with Lavender Essence on Depression and Headache Disability in Migraine Patients: A Randomized Clinical Trial. Journal of Medicinal Plants. 2019;2(70):162-172.
9. Buckle J. The role of aromatherapy in nursing care Nurs Clin North Am. 2001;1:57 - 72.
10. Tafazoli M, Zaremobini F, Mokhber N, Emami A. The effects of lavender oil inhalation on level of anxiety during first stage of labor in primigravida women. Journal of Fundamentals of Mental Health 2011;12(4):720-726.
11. Heidari MR, Nateq M, Ebadi A. Aromatherapy from the perspective of traditional Iranian medicine and modern medicine. Journal of Islamic and Iranian Traditional Medicine. 2017;8(2):173-182.
12. Bagheri-Nesami M, Espahbodi F, Nikkhah A, Shorofi SA, Charati JY. The effects of lavender aromatherapy on pain following needle insertion into a fistula in hemodialysis patients. Complementary therapies in clinical practice. 2014;20(1):1-4.
13. Palá-Paúl J, Brophy JJ, Goldsack RJ, Fontaniella B. Analysis of the volatile components of Lavandula canariensis (L.) Mill. a Canary Islands endemic species, growing in Australia. Biochem Syst Ecol. 2004;32(1):55-62.
14. Yaghoobi K, Kaka GR, Davoodi Sh, Ashayeri H. Therapeutic effects of Lavandula angustifolia. Journal of Gorgan University of Medical Sciences. 2015;17(4):1-9.
15. Hadipour A, Hoseini Mazinani M, Mehrafarin A. Changes in Essential Oil Content/Composition and Shoot Aerial Yield of Lavender (Lavandula officinalis L.) Affected by Different Treatments of Nitrogen. J Med Plants. 2013;2(46):156-169.
16. Bagheri-Nesami M, Shorofi SA, Nikkhah A, Espahbodi F. The effects of lavender essential oil aromatherapy on anxiety and depression in haemodialysis patients. Pharmaceutical and Biomedical Research. 2017;3(1):8-13.
17. Nikfarjam M, Parvin N, Asarzadegan N. The effect of Lavandula angustifolia in the treatment of mild to moderate depression. Journal of Shahrekord Uuniversity of Medical Sciences. 2010;11(4):66-73.
18. Bagheri-Nesami M, Espahbodi F, Nikkhah A, Shorofi SA, Charati JY. The effects of lavender aromatherapy on pain following needle insertion into a fistula in hemodialysis patients. Complementary therapies in clinical practice. 2014;20(1):1-4.
19. Rahmati B, Khalili M, Roghani M, Ahghari P. Anticonvulsant effect of hydro-alcoholic extract of Lavandula

[Downloaded from ce.mazums.ac.ir on 2026-11-13]

officinalis on seizures in pentylenetetrazol-induced kindling model in male mice. Daneshvar Medicine. 2012;19(98):25-32.
20. Cardia GFE, Silva-Filho SE, Silva EL, Uchida NS, Cavalcante HAO, Cassarotti LL, et al. Effect of Lavender (Lavandula angustifolia) Essential Oil on Acute Inflammatory Response. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine. 2018;2018:10.
21. Beyliklioğlu A, Arslan S. Effect of Lavender Oil on the Anxiety of Patients Before Breast Surgery. J Perianesth Nurs. 2019;34(3):587-593.
22. Harorani, Safarabadi M. Investigation on the effectiveness inhalation aromatherapy with Lavender essential oil on the anxiety of patients with burns. complementary Medicine Journal. 2016;6(3):1583-1591.
23. Mirzaei F, Keshtgar S, Kaviani M, Rajaeifar AR. The Effect of Lavender Essence Smelling during Labor on Cortisol and Serotonin Plasma Levels and Anxiety Reduction in Nulliparous Women. Journal of Kerman University of Medical Sciences. 2009;16(3):245-254.
24. Kianpour M, Mansouri A, Mehrabi T, Asghari G. Effect of lavender scent inhalation on prevention of stress, anxiety and depression in the postpartum period. Iranian J Nursing Midwifery Res 2016;21:197-201.
25. Özkaraman A, Ö D, Yılmaz H. Aromatherapy: The effect of lavender on anxiety and sleep quality in patients treated with chemotherapy. Clinical journal of. 2018;22(2):203-210.
26. Seifi Z, Beikmoradi A, Oshvandi K, Poorolajal J, Araghchian M, Safiaryan R. The effect of lavender essential oil on anxiety level in patients undergoing coronary artery bypass graft surgery: A double-blinded randomized clinical trial. Iran J Nurs Midwifery Res. 2014;19(6):574–580.
27. Jadad AR, Moore RA, Carroll D, Jenkinson C, Reynolds DJ, Gavaghan DJ, et al. Assessing the quality of reports of randomized clinical trials: is blinding necessary? Controlled clinical trials. 1996;17(1):1-12.
28. Ali M, Oderuth E, Atchia I, Malviya A. The use of platelet-rich plasma in the treatment of greater trochanteric pain syndrome: a systematic literature review. J Hip Preserv Surg. 2018;5(3):209-219.
29. Rajai VN, Sajadi SA, Teymouri F, Zareiyan A, Siavoshi S, Malmir M. The Effect of Aromatherapy with Lavender Essential Oil on Anxiety and Stress in Patients Undergoing Coronary Artery Bypass Graft Surgery. Jundishapur J Chronic Dis Care 2016;5(4):e34035.
30. Hosseini S, Heydari A, Vakili M, Moghadam S, Tazyky S. Effect of lavender essence inhalation on the level of anxiety and blood cortisol in candidates for open-heart surgery. Iranian J Nursing Midwifery Res. 2016;21:397-401.
31. Moradi KH, Ashtarian H, Darabi F, Hashemian AM, Saifi F. survey on the effects of Lavender aromatherapy on the anxiety and vital signs of patients with ischemic heart diseases hospitalized in cardiac intensive care units. Journal of Clinical Research in Paramedical Sciences. 2016;4(4):301-310.
32. Najafi Z, Taghadosi M, Sharifi K, Farrokhian A, Tagharrobi Z. The effects of inhalation aromatherapy on anxiety in patients with myocardial infarction: a randomized clinical trial. Iran Red Crescent Med J. 2014;16(8):e15485.
33. Ganjloo J, Mirbastegan N, Najefi SS, Rakhshani M. The Effects of inhaling lavender oil on patients' anxiety with myocardial infarction. Journal of Sabzevar University of Medical Sciences. 2019;21(6):1064-1072.
34. Mirbastegan N, Ganjloo J, Bakhshandeh Bavarsad M, Rakhshani M. Effects of Aromatherapy on Anxiety and Vital Signs of Myocardial Infarction Patients in Intensive Care Units. International Medical Journal Malaysia. 2016;15(2):37-42.
35. Karadag E, Samancioglu S, Ozden D, Bakir E. Effects of aromatherapy on sleep quality and anxiety of patients Nurs Crit Care. 2017;22:105–112.
36. Ziyaeifard M, Zahedmehr A,. RF. Effects of lavender oil inhalation on anxiety and pain in patients undergoing coronary angiography. Iranian Heart Journal. 2017;18(1):44-50.
37. Mesri M, Hossieni SM, Heidarifar R, Mirizade M, Forozanfar MJ. Effect of Lavender Aromatherapy on Anxiety and Hemodynamic Changes: A Randomized Clinical Trial. Qom Univ Med Sci J. 2017;10(12):69-76.
38. Franco L, Blanck TJJ, Dugan K, Kline R, Shanmugam G, Galotti A, et al. Both lavender fleur oil and unscented oil aromatherapy reduce preoperative

[Downloaded from ce.mazums.ac.ir on 2026-11-13]

anxiety in breast surgery patients: a randomized trial. J Clin Anesth. 2016;33:243–249.
39. Tayebi A, Kasra Dehkordi A, Ebadi A, Sahraei H, Einollahi B. The Effect of Aromatherapy with Lavender Essential Oil on Depression, Anxiety and Stress in Hemodialysis Patients: A Clinical Trial. Journal of Evidence-Based Care. 2015;15(5):65-74.
40. Kiani F, Shahrakipour M, Zadeh M. The effect of inhaling lavender on hemodialysis patient's anxiety. International Journal of Pharmacy and Technology. 2016;8.
41. Şentürk A, Kartın PT. The Effect of Lavender Oil Application via Inhalation Pathway on Hemodialysis Patients' Anxiety Level and Sleep Quality. Holist Nurs Pract. 2018;32:324–335.
42. Seyyed-Rasooli A, Salehi F, Mohammadpoorasl A, Goljaryan S, Seyyedi Z, Thomson B. Comparing the effects of aromatherapy massage and inhalation aromatherapy on anxiety and pain in burn patients: A single-blind randomized clinical trial.. Burns 2016;42:1774–1780.
43. Mogharab M, Ayoubzadeh K, Hosseini SM R, Sharifzadeh G. The Effects of Inhalation of Aromatherapy with Lavender on Anxiety Amongst Patients Undergoing Colonoscopy. Mod Care J. 2016;13(1):e9457.

[Downloaded from ce.mazums.ac.ir on 2026-11-13]