



آروماتراپی و مراقبت پرستاری

سیما قزلباش^۱، افشین یزدانی^۲

afshinyazdani87@yahoo.com

چکیده

هدف: آروماتراپی یکی از درمانهای مکمل است که به سرعت در حال رشد است و به مهارت و کاربرد روغن های معطر جهت ارتقا سلامت جسمی و روانی و احساس کلی خوب بودن اطلاق می شود. آروماتراپی به عنوان یک عملکرد پرستاری در حال گسترش و شناخت است بنابراین لزوم هماهنگی آن به عنوان یک شیوه درمانی و مراقبتی با فعالیت های پرستاری مورد توجه می باشد. هدف از این مطالعه بررسی آروماتراپی و تاثیر آن در ارائه مراقبت های پرستاری می باشد.

روش ها: این مطالعه یک مرور جامع است که با جستجوی وسیع در پایگاههای اطلاعاتی « science direct, pubmedscopus , google scholar » استفاده از کلیدواژه های « aromatherapy, nursing, nursing care, complementary & alternative medicine » انجام شد. از بین مقاله ها، مقالات دارای طرح توصیفی مورد مطالعه قرار گرفته و نتایج حاصل تجزیه و تحلیل شد.

یافته ها: آروماتراپی به عنوان بخشی از فعالیت های درمانی در بسیاری از فرهنگهای باستان بوده است. امروزه آروماتراپی کاربرد روغن های معطر برای تسکین مشکلات بهداشتی و بهبود کیفیت زندگی می باشد (۳). روغن های معطر از طرق مختلف نظیر: استنشاقی، جلدی و خوراکی به کار می رود. شواهدی از تاثیر آروماتراپی در کاهش اضطراب و استرس، آرام سازی، افزایش خلق، اثرات تسکینی و ضد درد، تاثیر مثبت بر خواب و احساس کلی خوب بودن وجود دارد. آروماتراپی در پرستاری توسط فلورانس نایتینگل به کار برده شد. دانش آروماتراپی باید در اصول حرفه ای پرستاری مفهوم سازی شود و راهنمای کاربرد آن در مراقبت پرستاری تعریف شود. پرستاران باید آروماتراپی را از طریق کلاسها و برنامه های معتبر آموزش ببینند.

نتیجه گیری: کاربرد صحیح آروماتراپی نیازمند دانش مخصوص و مهارت می باشد که از طریق آموزش مداوم و دوره های دانشگاهی میسر می گردد. زمان آن رسیده است که پرستاری آروماتراپی را جدی بگیرد و آموزش این تکنیک در مراقبت از بیمار ارزیابی شود.

واژگان کلیدی: آروماتراپی، مراقبت پرستاری، طب مکمل

۱. عضو هیئت علمی دانشکده پرستاری دانشگاه علوم پزشکی اردبیل

۲. دانشجوی کارشناسی پرستاری

