A stethoscope is draped over a blue clipboard. A magnifying glass is positioned at the bottom center of the clipboard. The background is white with abstract blue and orange shapes.

# An Online Pain Education Program for Working Adults

ارائه دهنده: نگین اسماعیلی



مشخصات

ژورنال

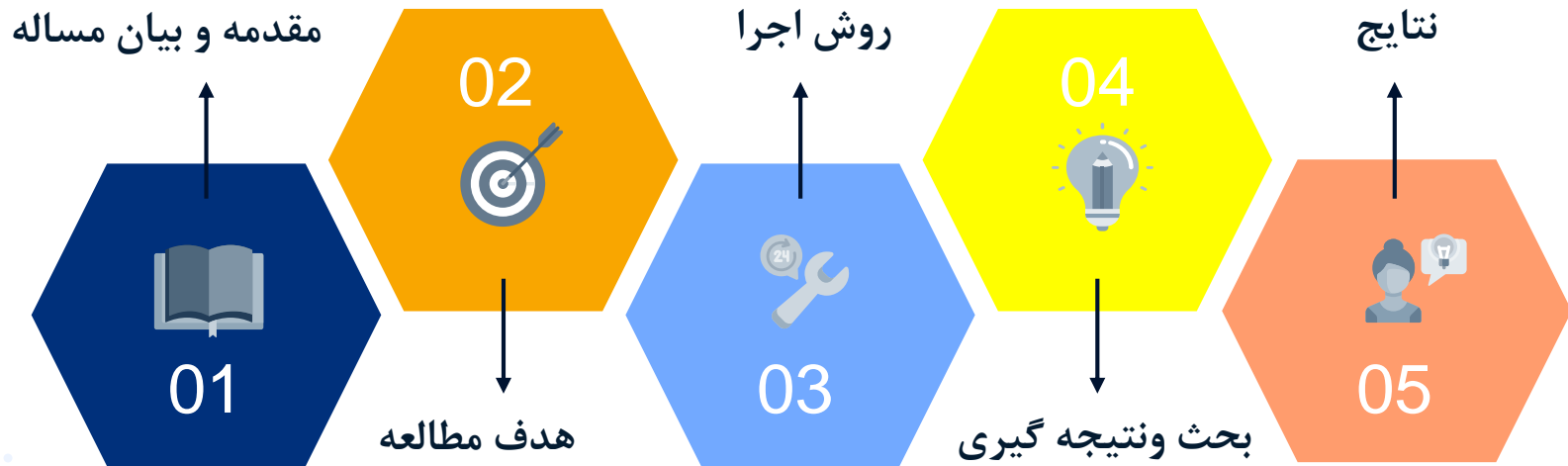
Name :  
JOURNAL OF MEDICAL  
INTERNET RESEARCH

Indexing:  
ISI, Scopus, PubMed

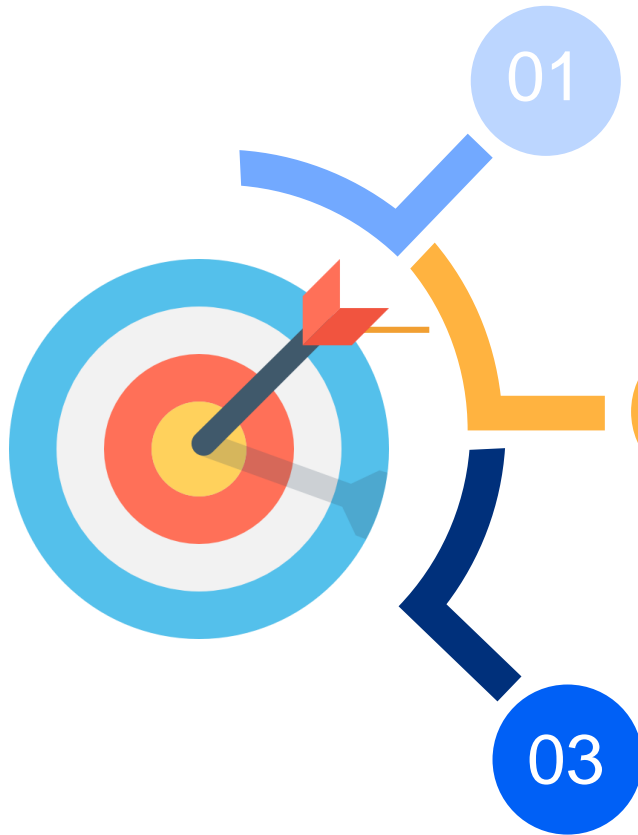
Published:18.01.2019

Impact Factor:  
5/03

# فهرست مطالب



# هدف مطالعه



ارائه دانش مرتبط با درد و استراتژی های  
تسکین خود

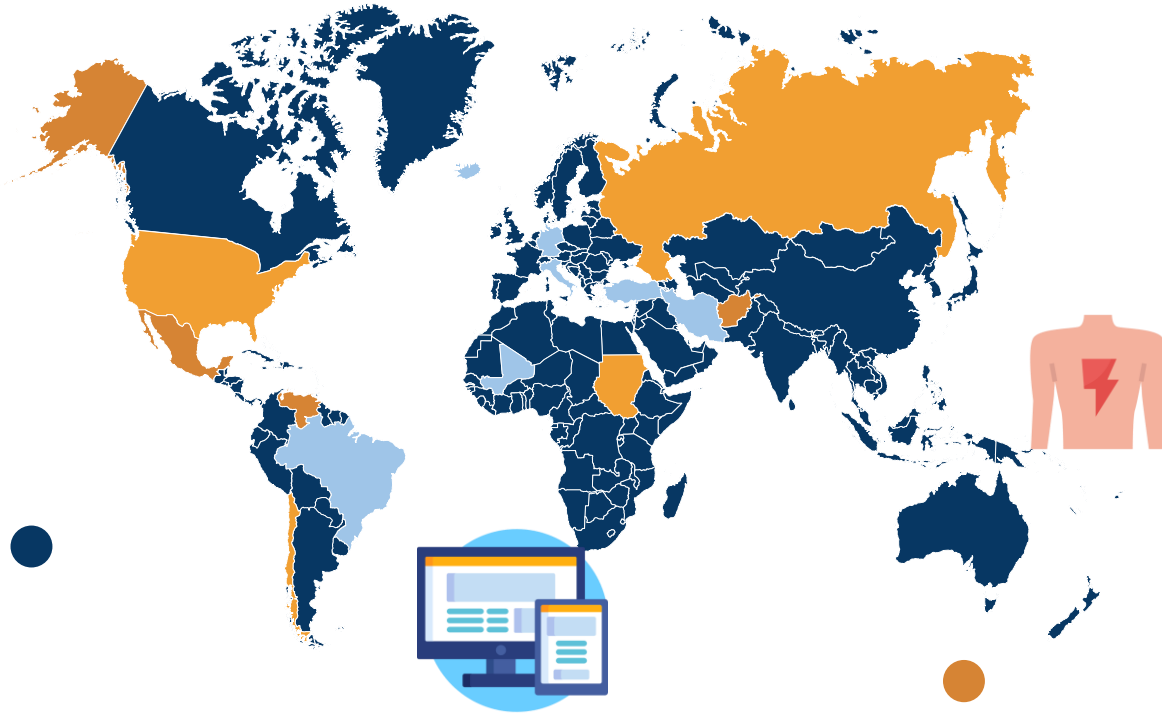
کمک به شرکت کنندگان در کاهش درد  
و بهبود احساسات عاطفی مربوط به درد

بررسی عملکرد یادگیری شرکت کنندگان و  
مقبولیت برنامه آموزش درد آنلاین.

# مقدمه و بیان مسئله



40%



# مقدمه و بیان مسئله

اینترنت روشی مناسب برای ارائه پشتیبانی خودمدیریتی برای کمک به بیماران در مدیریت طیف وسیعی از شرایط ارائه می دهد.



یک برنامه تلفن همراه رایگان برای ارتباط و دسترسی به اینترنت است.

برای مدیریت خود درد در میان بزرگسالان شاغل

ارزیابی عملکرد یادگیری و مقبولیت شرکت کنندگان



# روش اجرا

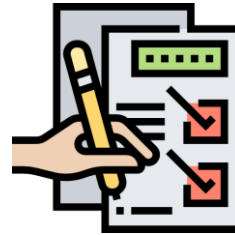
مارس ۲۰۱۹

سپتامبر ۲۰۱۸

۴ هفته

RCT

پلی تکنیک هنگ کنگ



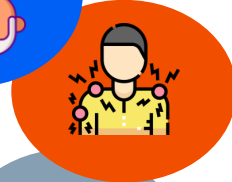
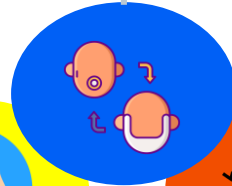
گروه آزمایش

گروه کنترل

# روش اجرا

سن بین ۱۶ و ۶۰ سال

مالکیت یک تلفن هوشمند



وجود درد غیر سرطانی در ۶ ماه گذشته

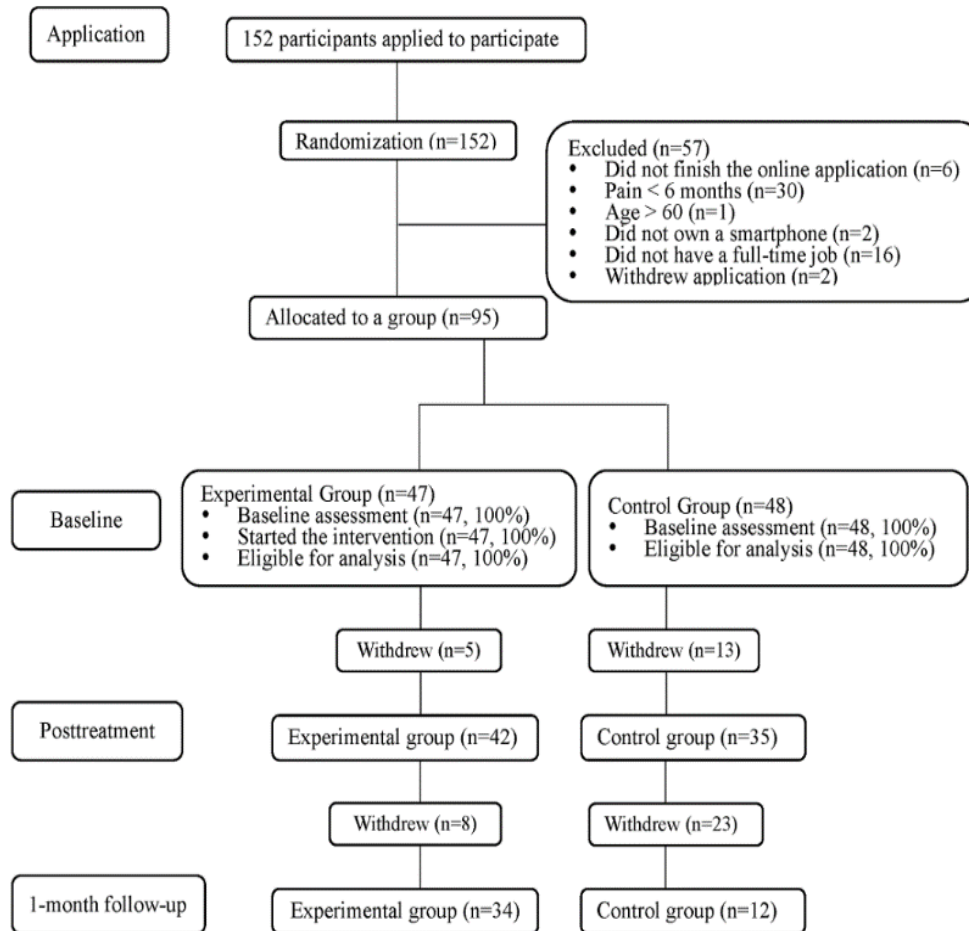


توانایی درک چینی



اشتغال تمام وقت





## گروه آزمایش

- محتوای برنامه شامل دانش اولیه درد ، تأثیر جسمی و روانی درد ، درمان های دارویی و غیر دارویی و منابع مربوطه در قالب مقاله کوتاه که در پایان هر مقاله ، سه تا چهار سوال چند گزینه ای
- خواندن هر مقاله تقریباً ۳-۵ دقیقه به طول انجامید بدون محدودیت سفارش.
- شرکت کنندگان می توانند در این برنامه با یکدیگر تعامل داشته باشند
- از نمره هر شرکت کننده برای ارزیابی عملکرد یادگیری یک فرد استفاده شد.
- یادآوری های منظم به صورت هفتگی از طریق WeChat برای شرکت کنندگان ارسال می شد
- پنج متخصص برای ارزیابی محتوا با استفاده از شاخص اعتبار محتوا دعوت شد .

# روش اجرا

پرسشنامه مختصر درد (BPI) یک پرسشنامه مختصر و خودگردان است.

نتیجه اولیه موارد تداخل درد بر فعالیت های عمومی ، خلق و خو ، توانایی راه رفتن ، کار ، رابطه با دیگران ، خواب و لذت بردن از زندگی متمرکز است.

T0


T1

مقیاس استرس اضطراب افسردگی ابزاری است برای گزارش سه مورد منفی: افسردگی ، اضطراب و استرس

نتیجه ثانویه

نمره بالاتر نشانگر سطح بیشتری از علائم روانشناختی است پرسشنامه خودکارآمدی درد شامل ۱۰ سوال در مورد اعتقاد بیمار در مورد توانایی خود در انجام کارهای روزمره با وجود درد است.

T2



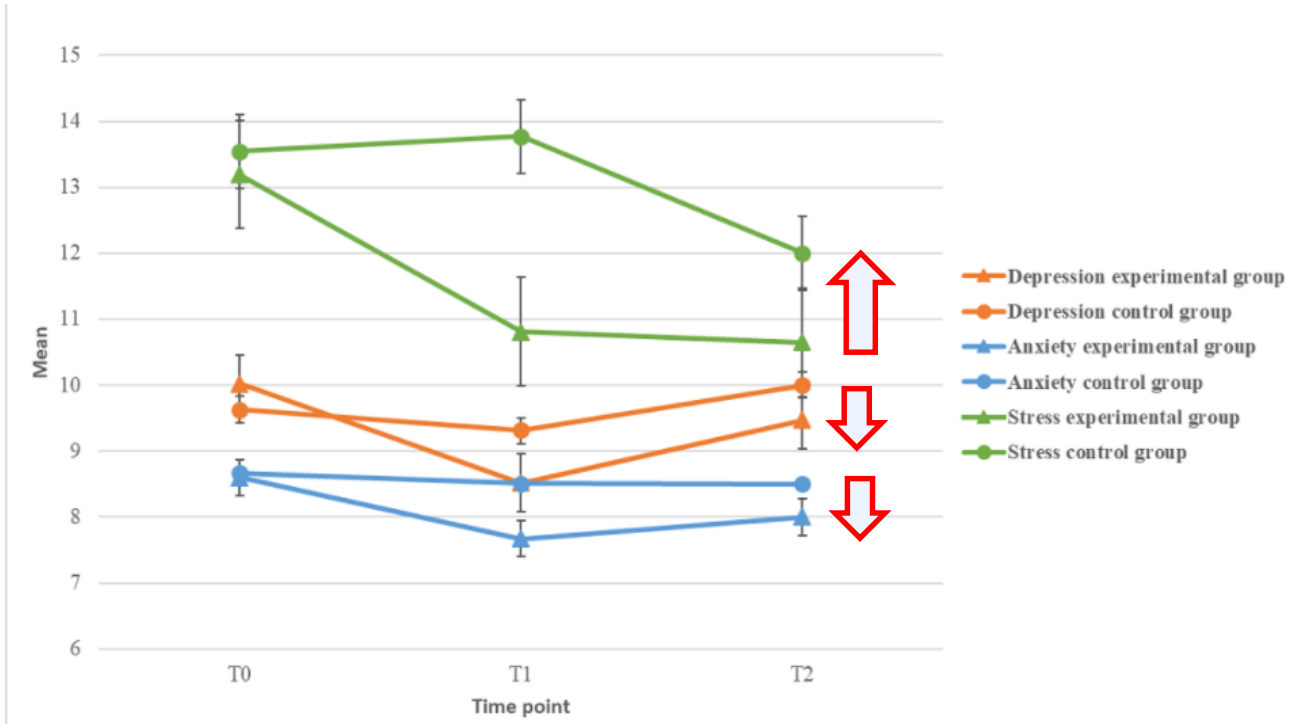
برای ارزیابی همبستگی بین دوز مداخله و متغیرهای نتیجه ، از همبستگی دو متغیره استفاده شد.

از (SPSS) نسخه ۲۳ برای مدیریت و تجزیه و تحلیل داده ها استفاده شد.

متغیرهای نتیجه و مشخصات دموگرافیک با استفاده از آمار توصیفی ارائه شد.

از آزمون  $t$  مستقل برای مقایسه تغییرات میانگین نمرات متغیرهای نتیجه استفاده شد.

Group (time point)	Experimental group, mean (SD)	Control group, mean (SD)	Mean difference	Cohen $d^a$ (95% CI)	$P$ value <sup>b</sup>
<b>Pain intensity</b>					
Baseline (T0)	4.19 (2.07) <sup>c</sup>	4.02 (2.19)	0.171	0.080 (-0.698 to 1.039)	.70
Posttreatment (T1)	3.17 (1.15) <sup>c</sup>	4.26 (1.60)	-1.090	-0.784 (-1.715 to -0.466)	.001
One-month follow-up (T2)	3.85 (1.58)	3.58 (2.07)	0.270	0.147 (-0.890 to 1.429)	.64
<b>Pain interference</b>					
Baseline (T0)	2.75 (1.53) <sup>d</sup>	2.84 (1.40)	-0.086	-0.051 (-0.768 to 0.597)	.80
Posttreatment (T1)	2.36 (0.40) <sup>d</sup>	2.98 (0.67)	-0.620	-1.139 (-0.872 to -0.381)	<.001
One-month follow-up (T2)	3.11 (1.89)	2.71 (1.10)	0.400	0.255 (-0.772 to 1.559)	.50
<b>Pain self-efficacy</b>					
Baseline (T0)	43.09 (15.46)	46.38 (14.43)	-3.290	-0.220 (-9.382 to 2.803)	.29
Posttreatment (T1)	46.52 (8.83)	45.34 (10.04)	1.181	0.125 (-3.103 to 5.465)	.58
One-month follow-up (T2)	46.12 (11.44)	47.25 (11.03)	-1.132	-0.101 (-8.806 to 6.541)	.77



Variable	T1 (posttreatment)		T2 (1-month follow-up)	
	$r^a$	<i>P</i> value	<i>r</i>	<i>P</i> value
Pain intensity	-0.393 <sup>b</sup>	.01	-0.599 <sup>b</sup>	<.001
Pain interference	0.217	.17	-0.180	.31
Pain self-efficacy	0.081	.61	0.122	.49
Depression	-0.564 <sup>b</sup>	<.001	-0.726 <sup>b</sup>	<.001
Anxiety	-0.316 <sup>c</sup>	.04	-0.070	.70
Stress	-0.310 <sup>c</sup>	.05	-0.040	.82

# بحث و نتیجه گیری

ارتباط معنی داری بین دوز  
مداخله و متغیرهای نتیجه  
در مطالعه ما نشان داده شد.

افزایش میزان تعامل می  
تواند به یادگیری موثرتر  
منجر شود و رضایت از برنامه  
آموزش و همچنین نتیجه  
یادگیری را بهبود بخشد

برخلاف انتظارات ، سطح  
استرس گروه کنترل در  
ارزیابی پس از درمان  
افزایش یافت

شرکت کنندگان با سطح  
تحصیلات بالا بالاترین  
نسبت را به خود اختصاص  
دادند.



# بحث و نتیجه گیری

شدت درد در گروه آزمایش به طور قابل توجهی کاهش یافت و افسردگی ، اضطراب ، استرس و خودکارآمدی درد بهبود بالینی را نشان داد

یادآوری منظم  
روش خوبی برای  
افزایش مشارکت  
به کار گرفته شد.

این برنامه آموزش درد  
پتانسیل کاهش شدت  
درد را دارد.

استخدام آزاد از طریق  
رسانه های محلی یا  
اینترنت احتمالاً افرادی را  
که انگیزه بیشتری برای  
شرکت دارند جذب می  
کند .

# محدودیت مطالعه

01

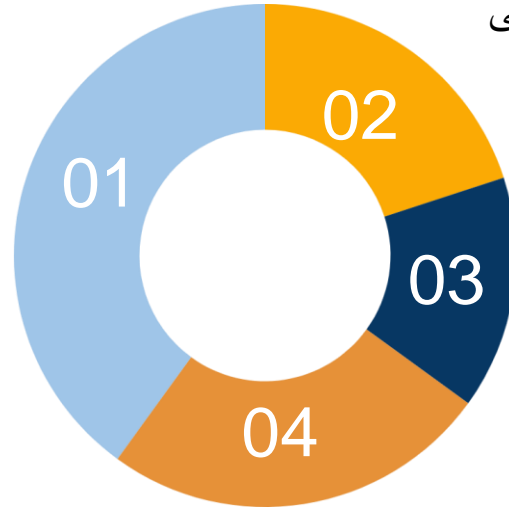
حجم نمونه مطالعه نسبتاً  
کم بود

02

پیگیری ۱ ماهه شرکت کنندگان در  
مطالعه ما ممکن است کافی نباشد

# نقاط قوت مطالعه

یک مولفه تعاملی در این برنامه  
آنلاین دخیل بود و ارزیابی  
عملکرد یادگیری شرکت  
کنندگان



میزان بالایی از برنامه آموزشی و  
پرسشنامه به دست آمد.

اولین RCT که برای کشف یک  
برنامه آموزشی با استفاده از یک  
رویکرد آنلاین برای کنترل درد  
بزرگسالان شاغل در چین

بررسی رابطه بین دوز مداخله و نتیجه



# با تشکر از توجه تون

CREDITS: This presentation template was created by **Slidesgo**, including icons from **Flaticon**, and infographics & images by **Freepik**.