

## A comparative study of the effect of self-care training by group discussion method and teach back method on the level of treatment adherence in patients with heart failure

Soodeh Zare<sup>1</sup>, Shiva Salehi<sup>2</sup>, Beheshteh Tabarsi<sup>2</sup>, Nasim Naderi<sup>3</sup>

<sup>1</sup> MSc Student in medical-surgical Nursing, Department of Nursing, TeMS.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran

<sup>2</sup> Assistant Professor, Department of Nursing, TeMS.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran

<sup>3</sup> Assistant Professor, Rajaie Cardiovascular Medical and Research Institute, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

### Abstract

**Background:** Self-care is an important factor in maintaining optimal health for people with heart failure, which is one of the common measures to treat or prevent diseases is adherence of treatment. The purpose of this study was to determine the comparative effect of self-care training by group discussion method and teach back method on the level of treatment adherence in heart failure patients admitted to Shahid Rajaei Heart Hospital in 2023

**Materials and methods:** In this experimental study with a pretest-posttest design with a randomized control group, 60 patients were selected based on the inclusion criteria and were divided into three groups: discussion method, and teach back method and control group. The self-care training program was conducted by group discussion method and teach back method, and there was no intervention in the control group. The questionnaires were completed before the beginning and three weeks after the educational intervention. Data were analyzed using SPSS version 22 software.

**Results:** There was a statistically significant difference in treatment adherence in the group discussion group after implementing self-care education ( $112.05 \pm 18.55$ ) and the teach back group ( $120.05 \pm 24.68$ ) compared to the control group in phase 2 ( $96.42 \pm 10.94$ ) in patients with heart failure. ( $p \leq 0.025$  with group discussion method and  $P = 0.003$  with group teach back method). There was a statistically significant difference in the mean score of treatment adherence in the group discussion group and the teach back group after the implementation of self-care training ( $P=0.04$ ), and the mean score of treatment adherence was higher in the teach back method group.

**Conclusion:** Self-care education using teach back and group discussion methods can improve treatment adherence in heart failure patients, and teach back method education was more effective. These two educational methods as a validated, feasible, easy, effective, and inexpensive intervention can be included in the agenda of nurses and caregivers.

**Keywords:** Heart failure, Self-care, Educational methods, Treatment adherence.

**Cited as:** Zare S, Salehi Sh, Tabarsi B, Naderi N. A comparative study of the effect of self-care training by group discussion method and teach back method on the level of treatment adherence in patients with heart failure. Medical Science Journal of Islamic Azad University, Tehran Medical Branch 2025; 35(4): 470-482.

**Correspondence to:** Shiva Salehi

**Tel:** +98 9124752190

**E-mail:** shsalehi@iautmu.ac.ir

**ORCID ID:** 0009-0003-9214-2478

**Received:** 3 Nov 2024; **Accepted:** 18 Jan 2025

## بررسی مقایسه‌ای تاثیر آموزش خودمراقبتی به روش بحث گروهی و روش بازخورد محور بر میزان تبعیت از درمان در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی

سوده زارع گیل چالان<sup>۱</sup>، شیوا صالحی<sup>۲</sup>، بهشته طبرسی<sup>۲</sup>، نسیم نادری<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی کارشناسی ارشد داخلی جراحی، گروه پرستاری، واحد علوم پزشکی تهران، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

<sup>۲</sup> استادیار، گروه پرستاری، واحد علوم پزشکی تهران، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

<sup>۳</sup> استادیار، انستیتو آموزشی تحقیقاتی درمانی قلب و عروق شهید رجایی، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران

### چکیده

**سابقه و هدف:** خودمراقبتی عامل مهم حفظ سلامت مطلوب برای افراد مبتلا به نارسایی قلبی است که یکی از اقدامات متداول برای درمان یا پیشگیری از بیماری‌ها، تبعیت از درمان است. هدف از این مطالعه تعیین مقایسه‌ای تاثیر آموزش خودمراقبتی به روش بحث گروهی و روش بازخورد محور بر میزان تبعیت از درمان در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی بستری در بیمارستان قلب شهید رجایی سال ۱۴۰۲ بود.

**روش بررسی:** در این مطالعه تجربی با طرح پیش آزمون پس آزمون با گروه کنترل تصادفی شده ۶۰ بیمار بر اساس معیارهای ورود انتخاب و در سه گروه آموزش به روش بحث گروهی، روش بازخورد محور و گروه کنترل قرار گرفتند. برنامه آموزش خودمراقبتی به روش بحث گروهی و بازخورد محور انجام شد و در گروه کنترل، مداخله‌ای صورت نگرفت. پرسشنامه‌ها قبل از شروع مداخله و سه هفته بعد از مداخله آموزشی تکمیل شد. داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** تبعیت از درمان در گروه بحث گروهی بعد از اجرای آموزش خودمراقبتی ( $11/55 \pm 112/05$ ) و گروه بازخورد محور ( $24/68 \pm 120/05$ ) با گروه کنترل مرحله ۲ ( $10/94 \pm 96/42$ ) در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی تفاوت آماری معنی‌داری داشت ( $p \leq 0/025$ ) با گروه روش بحث گروهی و  $P = 0/03$  با گروه بازخورد محور). میانگین نمره تبعیت از درمان در گروه بحث گروهی با گروه بازخورد محور بعد از اجرای آموزش خودمراقبتی تفاوت آماری معنی‌داری داشت ( $P = 0/04$ ) و میانگین نمره تبعیت از درمان در گروه روش بازخورد محور بیشتر بود.

**نتیجه‌گیری:** آموزش خودمراقبتی به روش بازخورد محور و بحث گروهی می‌تواند به ارتقای تبعیت از درمان بیماران نارسایی قلبی کمک کند و آموزش به روش بازخورد محور مؤثرتر بود. استفاده از این دو روش آموزشی به عنوان یک مداخله تأیید شده، قابل اجرا، آسان و موثر و ارزان می‌تواند در دستور کار پرستاران و مراقبین قرار گیرد.

**واژگان کلیدی:** نارسایی قلبی، خودمراقبتی، روش‌های آموزشی، تبعیت از درمان.

### مقدمه

بیماری‌ها افزوده شده است و به عنوان اولین علت مرگ و میر در سراسر جهان شناخته شده‌اند و افراد سالانه بیش از هر علت دیگری بر اثر این بیماری‌ها جان خود را از دست می‌دهند (۱، ۲). بر اساس گزارش سازمان بهداشت جهانی، بیماری‌های قلبی عروقی ۳۱ درصد از مرگ و میرها را تشکیل می‌دهند (۳) و این بیماری‌ها اولین عامل مرگ و میر در ایران نیز هستند و به عنوان مهم‌ترین چالش نظام سلامت کشور بیش از یک سوم کل مرگ و میرها (۳۹ درصد) را به خود

بیماری‌های قلبی عروقی یکی از شایع‌ترین اختلالات در جوامع بشری هستند و در دهه‌های اخیر بر تعداد افراد مبتلا به این

آدرس نویسنده مسئول: تهران، دانشگاه علوم پزشکی آزاد اسلامی تهران، دانشکده پرستاری و مامایی،

شیوا صالحی (email: shsalehi@iautmu.ac.ir)

ORCID ID: 0009-0003-9214-2478

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۸/۱۳

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۱۰/۲۹

اختصاص داده‌اند (۵). بر اساس آمار کمیته انجمن قلب آمریکا، ۵/۳ میلیون آمریکایی از نارسایی قلبی رنج می‌برند و هر ساله ۵۵۰۰۰۰ نفر مبتلا به نارسایی قلبی تشخیص داده می‌شوند (۴) و طبق آماري که مرکز مدیریت بیماری‌ها در ایران منتشر کرده است، تعداد مبتلایان به نارسایی قلبی در ۱۸ استان کشور، ۳۳۳۷ در ۱۰۰۰۰۰ گزارش شده است. همچنین طبق مطالعات انجام شده در ایران بالغ بر یک میلیون نفر مبتلا به نارسایی قلبی هستند (۵). این در حالی است که مبتلایان به نارسایی قلبی مزمن به علت عواقب بیماری و درمان، تغییر در نیازهای خود مراقبتی را تجربه خواهند کرد و برای رویارویی با مشکلات ناشی از بیماری به رفتارهای خود مراقبتی نیاز دارند (۶). لذا خودمراقبتی جنبه حیاتی در مدیریت نارسایی قلبی (HF) دارد و نیازمند توجه مداوم و مدیریت پیشگیرانه سلامت است (۷).

می‌توان گفت خودمراقبتی عبارت است از اقدامات و فعالیت‌های آگاهانه، آموخته شده و هدف‌داری که فرد به منظور حفظ حیات و ارتقای سلامت خود انجام می‌دهد (۸). خودمراقبتی از مهم‌ترین اشکال مراقبت اولیه است و تقریباً ۱۲ تا ۶۲ درصد از فعالیت‌های مراقبتی توسط خود فرد یا اعضای خانواده و بدون کمک پزشک انجام می‌گیرد (۹). از این رو عدم آگاهی افراد مبتلا به بیماری مزمن از چگونگی خودمراقبتی یکی از دلایل بستری شدن مجدد آنها در بیمارستان است، که آموزش می‌تواند از این امر پیشگیری کند (۷). خودمراقبتی موثر می‌تواند کیفیت زندگی بیماران را به میزان قابل توجهی بهبود بخشد و پذیرش در بیمارستان همچنین میزان مرگ و میر را کاهش دهد. در واقع از مهم‌ترین رویکردهای مناسب جهت کاهش هزینه‌های درمان و مراقبت از بیماران است و سیاست‌گذاران سلامت تاکید زیادی بر گسترش و ارتقای مهارت‌های خودمراقبتی دارند (۱۰). بر این اساس طبق مطالعات انجام شده ضعف مدیریتی در خود مراقبتی بیماران، از مهم‌ترین عوامل تعیین کننده در پیش آگهی ضعیف بیماری است (۱۱، ۱۲). به طوری که نتایج مطالعات نشان دادند که آموزش خودمراقبتی، موجب بهبود رفتارهای خودمراقبتی در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی شده بود (۱۳). آموزش نحوه برخورد با شرایط مزمن رکن اصلی خودمراقبتی است. توانایی خودمراقبتی به بیماران این امکان را می‌دهد که فعالیت‌های زندگی روزمره خود را بهتر کنترل کنند (۱۴).

پرستاران با توجه به اینکه بیشترین نقش را در آموزش بیماران دارند، می‌توانند بسیاری از دلایلی که باعث شکست درمان و

تشدید بیماری می‌شود را از طریق مداخلات پرستاری آموزشی پیش بینی کنند (۱۵). مطالعات نشان می‌دهند که رایج‌ترین دهنندگان آموزش‌های خود مراقبتی می‌توانند به طور موثری رفتار خودمراقبتی بیماران را افزایش داده و میزان بستری را کاهش دهند؛ از سویی دیگر برنامه‌های خودمراقبتی که توسط بیماران انجام می‌شود می‌تواند اهداف آموزشی را تقویت کرده و توانایی بیمار را در انجام مؤثر مراقبت از خود بهبود بخشد (۱۳، ۱۴). آقامحمدی و همکارانش (۲۰۲۱) در مطالعه خود نشان دادند که آموزش خودمراقبتی باعث ارتقای رفتارهای خودمراقبتی در بیماران نارسایی قلبی و افزایش دانش مراقبین می‌شود (۱۵). در آموزش می‌توان برای اطمینان حاصل کردن از درک بیماران از روش‌های مختلفی استفاده کرد که از جمله آنها، آموزش به روش باز خورد محور و روش بحث گروهی است. روش آموزش بازخورد محور راهبردی جامع است که به آموزش دهنده در خصوص شناسایی و فهم درست و دقیق اطلاعات و تقویت مهارت‌های مراقبتی بیمار یاری می‌رساند و اجازه می‌دهد آموزش دهنده حین یادآوری اطلاعات توسط بیمار، خطا و اشتباهات، درک، تثبیت و تطبیق پیام‌ها را از طریق یک گفتگوی باز با بیماران بررسی کند (۱۶). از طرفی در روش بحث گروهی افراد در محیط دوستانه و راحت فرصت پیدا می‌کنند تا نظرات و عقاید و تجربیات خود را با دیگران به اشتراک گذاشته و فعالانه در امر یادگیری مشارکت داشته باشند و در نهایت بهترین تصمیم را به طور شخصی اتخاذ کنند (۱۷). برنامه‌های آموزشی و خودمراقبتی برای شاخص‌های رفتاری در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی از جمله تبعیت از درمان بسیار حائز اهمیت است؛ زیرا برخورداری از تبعیت درمانی مناسب می‌تواند بهترین سرمایه برای مقابله با شرایط ناخوشایند بیماری باشد (۱۸). به طور کلی ۲۰ تا ۵۰ درصد افراد با بیماری‌های مزمن و ۴۰ تا ۶۰ درصد افراد با نارسایی قلبی تبعیت از درمان ندارند (۱۹).

پایبندی به درمان اصطلاح جامعی است که به پذیرش مراحل درمانی و پیروی از توصیه‌های حرفه‌ای برای افزایش کیفیت زندگی فرد اطلاق می‌شود. برنامه‌های اصلی درمان افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی عروقی شامل ورزش، مصرف دارو طبق دستورالعمل و پیروی از رژیم غذایی و شیوه زندگی است (۲۰). در سراسر اروپا، ۳۱ درصد از افراد مسن روزانه پنج دارو یا بیشتر مصرف می‌کنند (۲۰). عدم پایبندی به داروهای تجویز شده محدودیتی جدی در درمان طولانی‌مدت در بیماران مزمن است که می‌تواند با عواقب پزشکی، اجتماعی و اقتصادی

همراه باشد و ضعیف بودن تبعیت از رژیم دارویی و درمانی، موجب عدم دستیابی به اهداف بالینی مطلوب می‌شود (۲۱). عزیزی و همکارانش (۲۰۲۰) در مطالعه خود نشان دادند که آموزش بازخوردمحور بر تبعیت از درمان در بیماران کرونری حاد موثر است و باعث افزایش پایبندی به تبعیت از درمان می‌شود (۲۲). با توجه به مطالب بیان شده و اهمیت تبعیت از درمان در بیماران دچار نارسایی قلبی و با توجه به اینکه طی جستجوهای که انجام شده، مطالعه‌ای در مورد مقایسه روش‌های مختلف آموزشی مانند روش بحث گروهی و روش بازخورد محور را بر تبعیت از درمان در بیماران نارسایی قلبی یافت نشد، این مطالعه با هدف تعیین و مقایسه تاثیر آموزش خودمراقبتی به روش بحث گروهی و روش بازخورد محور بر میزان تبعیت از درمان در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی بستری در بیمارستان قلب شهید رجایی سال ۱۴۰۲ انجام شد.

## مواد و روشها

این پژوهش از نوع تجربی با طرح پیش آزمون- پس آزمون تصادفی شده با گروه کنترل به صورت سه گروهی بود که بر روی ۶۰ نفر از بیماران دچار نارسایی قلبی که به بیمارستان قلب شهید رجایی در سال ۱۴۰۲ مراجعه کرده بودند، انجام شد. نمونه‌ها شامل تمامی بیماران دچار نارسایی قلبی بود که به بیمارستان قلب شهید رجایی مراجعه و بستری شده و واجد شرایط بودند. معیارهای ورود، شامل گذشت حداقل ۶ ماه از زمان تشخیص بیماری توسط پزشک، گذشت حداقل ۴۸ ساعت از زمان بستری بیمار، محدوده سنی ۲۰ تا ۷۰ سال، عدم وجود اختلال شناختی، شنیداری و گفتاری، داشتن سواد خواندن و نوشتن و نبودن جزو گروه پزشکی بود. معیارهای خروج از مطالعه نیز شامل عدم شرکت در جلسات آموزشی بیش از یک جلسه، دریافت آموزش‌های رسمی در حین پژوهش از منبعی دیگر، فوت بیمار یا انتقال به بیمارستان دیگر بود. نمونه‌ها به صورت در دسترس که مشخصات واحدهای مورد پژوهش را داشتند به روش تصادفی ساده در یکی از سه گروه کنترل (۲۰ نفر)، گروه مداخله ۱ آموزش به روش بحث گروهی (۲۰ نفر) و گروه مداخله ۲ آموزش به روش بازخورد محور (۲۰ نفر) قرار گرفتند.

$$n = \frac{z^2 S^2}{d^2} = \frac{3.8416 \times 0.0532}{0.0025} = 20$$

پس از کسب تاییدیۀ اخلاق با کد IR.IAU.TMU.REC.1402.050 از دانشگاه علوم پزشکی

آزاداسلامی و کسب مجوزهای رسمی از معاونت پژوهشی و ارائه معرفی‌نامه به بیمارستان مربوطه، با مراجعه به محیط پژوهش، هدف از مطالعه به بیماران توضیح داده شد و پس از کسب رضایت آنان جهت شرکت در پژوهش، به افراد اطمینان داده شد که اطلاعات آنها محرمانه می‌ماند. در این تحقیق محتوای آموزشی پمفلت با مراجعه به منابع کتابخانه‌ای و اینترنتی موجود تهیه شد و در پایان هر جلسه آموزشی بعد از توضیحات لازم پمفلت مربوط به آن جلسه در اختیار شرکت کنندگان در دو گروه مداخله قرار گرفت. محتوای آموزشی جهت ارائه برای هر دو گروه مداخله (بازخوردمحور و بحث گروهی) یکسان و فقط نحوه ارائه متفاوت بود و شامل تعریف مختصری از بیماری، نظارت بر علائم و نشانه‌های تشدید بیماری، مدیریت رژیم غذایی و دارو، محدودیت سدیم و مایعات، وزن روزانه، ورزش منظم، تصمیم‌گیری و انتخاب درمان‌های مناسب و لزوم مشارکت و اهتمام به درمان، توانایی تطابق، تلفیق درمان با زندگی، تعهد و تدبیر در اجرای درمان بود. آموزش در گروه مداخله ۱ به صورت ۴ جلسه یک ساعته یک روز در میان به روش بحث گروهی در گروه‌های ۴-۵ نفره و در گروه مداخله ۲ به صورت ۴ جلسه یک ساعته به روش بازخورد محور به صورت یک روز در میان انجام شد. در گروه آموزش به روش بحث گروهی با توجه به ضرورت حضور فعال شرکت کنندگان در یادگیری، به این ترتیب بود که در هر جلسه پس از طرح موضوع توسط مدرس و دادن زمان کافی به شرکت کنندگان، افراد نظرات خود را با ذکر دلیل ابراز کردند، پس از بحث و تبادل نظر همه افراد زیر نظر مدرس، نتیجه نهایی با توجه به بسته آموزشی توسط مدرس جمع بندی شد و ۱۵ دقیقه انتهای هر جلسه آموزشی، برای پرسش و پاسخ و نیز بیان تجربیات و مشکلات و راه حل‌های مفید واقع شده توسط بیماران اختصاص داده شد. هر یک از جلسات آموزش به روش بحث گروهی با حضور ۴-۵ نفر از شرکت کنندگان و در اتاقی مخصوص که نشستن افراد به شکل دایره مانند بود؛ اجرا شد تا تعاملات بین فردی به خوبی رعایت شود. در گروه بازخوردمحور نویسنده اول محتوای آموزشی را که به صورت سناریو تدوین و توسط تیم پژوهشی تایید شد به صورت چهره به چهره با زبان ساده بدون استفاده از اصطلاحات پزشکی به بیماران آموزش داد. سپس از بیماران خواسته شد محتوای آموزشی را با زبان خود و بدون احساس خجالت بیان کنند. در صورت عدم درک صحیح مطالب توسط بیمار، مجدداً محتوای آموزشی به وی آموزش داده شد که گروه کنترل فقط تحت آموزش روتین بیمارستان قرار گرفتند. خلاصه جزئیات محتوای آموزشی خودمراقبتی در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی در جدول ۱ آورده شده است.

در هر سه گروه قبل از شروع مداخله آموزشی، پرسشنامه مشخصات جمعیت شناختی و تبعیت از درمان در اختیار بیماران قرار داده شد تا پرسشنامه‌ها را تکمیل کنند. سپس سه هفته پس از مداخله آموزشی (بعد از هماهنگی با نمونه‌ها و مراجعه بعدی به درمانگاه) پرسشنامه‌ها جهت تکمیل در اختیار بیماران سه گروه قرار گرفت. در صورت عدم مراجعه به درمانگاه از طریق تماس تلفنی محل دیگری برای تکمیل پرسشنامه‌ها (به عنوان مثال مطب پزشک) هماهنگ شد. در این پژوهش، داده‌ها از طریق تکمیل پرسشنامه‌ها توسط بیماران با حضور بر بالین افراد واجد شرایط و دارای رضایت انجام گرفت. در بیمارانی که قادر به تکمیل نبودند پرسشنامه‌ها توسط نویسنده اول تکمیل شد. ابزارهای گردآوری داده‌ها در این مطالعه شامل دو بخش مشخصات جمعیت شناختی و پرسشنامه تبعیت از درمان بود.

پرسشنامه مشخصات جمعیت شناختی شامل: سن بیمار، جنسیت، وضعیت تاهل بیمار، سطح تحصیلات بیمار، درآمد ماهیانه، شغل بیمار، وضعیت بیمه، تعداد فرزندان، مصرف سیگار، تعداد مصرف سیگار، بیماری زمینه‌ای، طول مدت ابتلا به نارسایی قلبی، سابقه انفارکتوس میوکارد و دفعات بستری به علت نارسایی بود.

**پرسشنامه استاندارد تبعیت از درمان مدانلو:** به منظور بررسی تبعیت درمان در بیماری‌های مزمن از پرسشنامه تبعیت درمان در بیماری‌های مزمن که توسط مدانلو در سال ۱۳۹۲ طراحی و روان‌سنجی شده است، استفاده کرد. این پرسشنامه شامل ۴۰ سوال و ۷ حیطه است. حیطه اهتمام در درمان شامل

۹ سوال، تمایل به مشارکت در درمان شامل ۷ سوال، توانایی تطابق درمان با زندگی ۷ سوال، تلفیق درمان با زندگی ۵ سوال، اصرار به درمان ۴ سوال، تعهد به درمان ۵ سوال، و تدابیر در اجرای درمان ۳ سوال است. مقیاس اندازه‌گیری در این پرسشنامه لیکرت ۵ قسمتی است که از کاملاً با امتیاز ۵ تا اصلاً با امتیاز صفر طراحی شده است. نمره‌گذاری تعدادی از عبارات معکوس است، یعنی به اصلاً امتیاز ۵ و کاملاً امتیاز ۰ تعلق می‌گیرد. عبارات شماره ۳۳، ۳۴، ۳۵، ۳۷، ۳۸، ۳۹ و ۴۰ معکوس نمره گذاری شده‌اند. بدین ترتیب حداکثر و حداقل نمره برای هر طبقه قابل محاسبه است. جهت نمره گذاری عبارات به طرف مثبت است، یعنی هر چه بر میزان مطلوب بودن ویژگی صفت افزوده می‌شود امتیاز بیشتری به آن تعلق می‌گیرد. بدین ترتیب هر چه نمره کل یا نمره هر طبقه بیشتر باشد فرد پاسخ دهنده از تبعیت بالاتری برخوردار است. در نهایت بر اساس درصد امتیاز کسب شده، میزان تبعیت از درمان به صورت بسیار خوب ۱۰۰-۷۵٪، خوب ۷۴-۵۰٪، متوسط ۴۹-۲۶٪، ضعیف ۲۵-۰٪ تفسیر شد. همچنین مدانلو و همکارانش (۲۰۱۹) پرسشنامه تبعیت از درمان در بیماران مبتلا به بیماری مزمن را روان‌سنجی کردند و متوسط شاخص روایی محتوایی پرسشنامه را ۰/۹۰ گزارش کردند (۲۳). پایایی پرسشنامه در مطالعه خیالی و همکارانش (۲۰۲۱) با محاسبه آلفای کرونباخ ۰/۹۲ تأیید شد (۲۴). در این مطالعه آلفای کرونباخ پرسشنامه تبعیت از درمان مدانلو ۰/۹ به دست آمد. داده‌ها با آزمون‌های آماری توصیفی و استنباطی در نرم افزار SPSS ورژن ۲۲ تحلیل شد.

### جدول ۱. جزئیات محتوای آموزشی خودمراقبتی در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی

جلسات	محتوای آموزشی	زمان
جلسه اول	معرفی پژوهشگر، بیان اهداف پژوهش، جلب رضایت و مشارکت افراد شرکت کننده، گوش دادن به صحبت‌های بیمار، بیان احساسات، عقاید و افکار بیماران و توضیح در مورد بیماری نارسایی قلبی، شامل تعریف نارسایی قلبی، علل، علائم و نشانه‌ها، تشخیص و درمان	۶۰ دقیقه
جلسه دوم	رژیم غذایی و دارویی مناسب در بیماران نارسایی قلبی، شامل سبک زندگی، محدودیت مصرف سدیم و مایعات، رژیم غذایی مناسب و هرم غذایی، نکات دارویی	۶۰ دقیقه
جلسه سوم	مشکلات روحی و ورزش در نارسایی قلبی، شامل مشکلات روحی همراه با نارسایی قلبی، و راهکارهای مناسب، فواید ورزش برای بیماران نارسایی قلبی، ورزش‌های مناسب برای بیماران نارسایی قلبی و میزان فعالیت و هشدارهای مهم حین ورزش.	۶۰ دقیقه
جلسه چهارم	سایر ملاحظات در رابطه با نارسایی قلبی، شامل توزین روزانه و لزوم پیروی از دستورات پزشک، آگاهی از علائم خطر و هشدار، توجه به علائم قلبی و غیر قلبی مهم و اطلاع به پزشک، تصمیم‌گیری و انتخاب درمان‌های مناسب و لزوم مشارکت و اهتمام به درمان، تلفیق درمان با زندگی، تعهد و تدبیر در اجرای درمان	۶۰ دقیقه

جدول ۲. توزیع فراوانی متغیرهای دموگرافیک کیفی واحدهای مورد پژوهش

p-value	گروه مداخله ۲		گروه مداخله ۱		کنترل		متغیر
	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	
۰/۹۹۵	۱۵	۳	۱۵	۳	۲۰	۴	گروه های سنی
	۱۵	۳	۱۵	۳	۱۰	۲	
	۲۰	۴	۲۵	۵	۲۰	۴	
	۲۵	۵	۲۵	۵	۲۵	۵	
	۲۵	۵	۲۰	۴	۲۵	۵	
	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	
۰/۲۷۳	۵۵	۹	۵۵	۱۱	۳۵	۷	جنسیت
	۴۵	۱۱	۴۵	۹	۶۵	۱۳	
	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	
۰/۹۹	۵	۱	۵	۱	۱۰	۲	میزان تحصیلات
	۱۵	۳	۲۰	۴	۱۵	۳	
	۳۵	۷	۳۰	۵	۲۵	۵	
	۱۰	۲	۱۵	۳	۲۰	۴	
	۱۵	۳	۲۰	۴	۲۰	۴	
	۱۵	۳	۵	۱	۵	۱	
	۵	۱	۵	۱	۵	۱	
	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	
	۰/۹۳۳	۲۰	۴	۲۰	۴	۳۰	
۶۰		۱۲	۶۰	۱۲	۴۵	۹	
۱۰		۲	۱۵	۳	۱۵	۳	
۱۰		۲	۵	۱	۱۰	۲	
۱۰۰		۲۰	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	
۰/۹۰۵	۲۰	۴	۲۵	۵	۲۰	۴	وضعیت درآمد
	۳۰	۶	۱۵	۶	۳۰	۶	
	۲۰	۴	۳۵	۷	۳۰	۶	
	۲۰	۴	۲۰	۴	۱۰	۲	
	۱۰	۲	۲	۱	۱۰	۲	
۰/۷۹۲	۶۱/۱۱	۷	۶۶/۶۷	۱۲	۵۵/۵۶	۱۰	وضعیت کفایت درآمد
	۳۸/۸۹	۱۱	۳۳/۳۳	۶	۴۴/۴۴	۸	
	۱۰۰	۱۸	۱۰۰	۱۸	۱۰۰	۱۸	
۰/۹۴	۳۰	۶	۳۰	۶	۲۰	۴	وضعیت بیمه
	۳۰	۶	۳۵	۷	۳۵	۷	
	۳۰	۶	۲۰	۴	۳۵	۷	
	۵	۱	۱۰	۲	۵	۱	
	۵	۱	۵	۱	۵	۱	
	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	

جدول ۲. توزیع فراوانی متغیرهای دموگرافیک کیفی واحدهای مورد پژوهش (ادامه)

p-value	گروه مداخله ۲		گروه مداخله ۱		کنترل		متغیر
	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	
۰/۷۶	۱۰	۲	۱۵	۳	۱۰	۲	وضعیت شغلی دولتی
	۲۰	۶	۱۵	۳	۱۵	۳	خصوصی
	۳۰	۶	۳۵	۷	۴۵	۹	آزاد
	۱۰	۲	۲۰	۴	۵	۱	بازنشسته
	۲۰	۴	۱۵	۳	۲۵	۵	فاقد شغل
	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	کل
۰/۹۶	۳۰	۶	۳۵	۷	۳۰	۶	تعداد فرزند بدون فرزند
	۴۰	۸	۳۵	۷	۴۵	۹	۱-۲ فرزند
	۲۵	۵	۲۵	۵	۲۵	۵	۳-۵ فرزند
	۵	۱	۵	۱	۰	۰	بالای ۵
	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	کل
۰/۸۱۲	۴۰	۸	۴۵	۹	۴۰	۸	وضعیت مصرف بله
	۶۰	۱۲	۵۵	۱۱	۶۰	۱۲	سیگار خیر
	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	کل
۰/۱۶۶	۳۷/۵	۳	۳۳/۳۳	۳	۵۰	۴	وضعیت تعداد کمتر از ۱۰ نخ
	۱۲/۵	۱	۳۳/۳۳	۳	۲۵	۲	نخ مصرفی بیشتر از ۱۰ نخ
	۵۰	۴	۲۲/۲۲	۲	۲۵	۲	سیگار یک پاکت
	۰	۰	۱۱/۱۱	۱	۰	۰	بالای یک پاکت
۰/۸۶	۱۰۰	۸	۱۰۰	۹	۱۰۰	۸	کل
	۴۵	۹	۴۵	۹	۵۲/۶۳	۱۰	سابقه بیماری بله
	۵۵	۱۱	۵۵	۱۱	۴۳/۷	۹	زمینه ای خیر
۰/۶۱۲	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۱۹	کل
	۴۰	۸	۳۰	۶	۲۰	۴	وضعیت طول ۱۲-۶ ماه
	۳۵	۷	۳۵	۷	۵۰	۱۰	۱-۲ سال
	۲۰	۴	۲۵	۵	۳۰	۶	۳-۴ سال
	۵	۱	۱۰	۲	۰	۰	بالای ۴ سال
۰/۵۰۲	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	کل
	۴۰	۸	۲۵	۵	۲۵	۵	وضعیت سابقه بله
	۶۰	۱۲	۷۵	۱۵	۷۵	۱۵	سکته قلبی خیر
۰/۴۷۴	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	کل
	۱۵	۳	۵	۱	۱۵	۳	وضعیت بستری اولین بستری
	۶۵	۱۳	۵۰	۱۰	۶۵	۱۳	۲-۳ بار
	۱۰	۲	۲۰	۴	۱۵	۳	۴-۵ بار
	۱۰	۲	۲۵	۵	۵	۱	بیش از ۵ بار
۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	۱۰۰	۲۰	کل	

### یافته‌ها

زن بودند. سایر یافته‌های مشخصات جمعیت شناختی در جدول ۲ آورده شده است. جهت بررسی همگن بودن گروه-ها از نظر متغیرهای دموگرافیک از آزمون دقیق فیشر و کای دو استفاده شد (جدول ۲).  
نتایج نشان داد میانگین نمره تبعیت از درمان در گروه مداخله ۱ به روش بحث گروهی قبل (  $10/16 \pm 78/73$  ) و

نتایج نشان داد که بیشترین گروه سنی در هر سه گروه مربوط به گروه سنی ۶۰-۵۱ سال (۲۵ درصد) و ۷۰-۶۱ سال (۲۵ درصد) بود. بیشتر واحدهای مورد پژوهش در گروه کنترل (۶۵ درصد) و مداخله بحث گروهی (۵۵ درصد) مرد و در گروه مداخله بازخورد محور (۵۵ درصد)

میانگین نمره تبعیت از درمان در گروه مداخله ۱ به روش بحث گروهی و مرحله ۱ گروه کنترل ( $P=0/322$ ) و گروه مداخله ۲ به روش بازخورد محور و مرحله ۱ گروه کنترل قبل از اجرای آموزش خودمراقبتی ( $P=0/454$ ) معنی‌دار نبود همچنین تبعیت از درمان در گروه مداخله ۱ به روش بحث گروهی با گروه مداخله ۲ به روش بازخورد محور قبل از اجرای آموزش خودمراقبتی در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی بستری تفاوت آماری معنی‌داری نداشت ( $P<0/88$ ). تبعیت از درمان در گروه مداخله ۱ به روش بحث گروهی بعد از اجرای آموزش خودمراقبتی ( $11/6 \pm 112/05$ ) و گروه کنترل مرحله ۲ ( $18/55 \pm 100/94$ ) در بیماران مبتلا

بعد ( $18/55 \pm 112/05$ ) تفاوت آماری معنی‌داری داشت ( $P<0/001$ ) و در گروه مداخله ۲ به روش بازخورد محور قبل ( $16/5 \pm 79/15$ ) و بعد از اجرای آموزش خودمراقبتی قلبی ( $24/68 \pm 12/05$ ) در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی تفاوت آماری معنی‌داری را نشان داد ( $P<0/007$ ). این در حالی است که میانگین نمره تبعیت از درمان در گروه کنترل در مرحله ۱ ( $12/06 \pm 94/64$ ) و ۲ ( $10/94 \pm 96/42$ ) تفاوت آماری معنی‌داری نداشت ( $P=0/366$ ). با اندازه اثر کوهن نیز تاثیر آموزش با روش بحث گروهی و باز خورد محور قبل و بعد از آموزش مشاهده می‌شود (جدول ۳).

جدول ۳. مقایسه میانگین نمره تبعیت از درمان در گروه مداخله ۱ (بحث گروهی) و گروه مداخله ۲ (روش بازخورد محور) و کنترل در قبل و بعد از آموزش

گروه ها	نمره تبعیت از درمان	میانگین	انحراف معیار	آماره آزمون (تی زوجی)	p-value	اندازه اثر کوهن (فاصله اطمینان ۰/۹۵)
گروه مداخله ۱ (گروه بحث گروهی)	قبل از آموزش	۷۸/۷۳	۱۰/۱۶	۵/۲۴	*۰/۰۰۰۱	۰/۹۸ (۰/۳۶، ۱/۱۳)
گروه مداخله ۲ (روش بازخورد محور)	قبل از آموزش	۷۹/۱۵	۱۶/۵	۳/۹۹	*۰/۰۰۷	۰/۸۲ (۰/۴۶، ۱/۳۵)
گروه کنترل	بعد از آموزش	۱۲۰/۰۵	۲۴/۶۸			
	نوبت اول	۹۴/۶۴	۱۲/۰۶	۰/۶۶	۰/۳۶۶	
	نوبت دوم	۹۶/۴۲	۱۰/۹۴			

اندازه اثر کوهن: ۰/۲ کوچک، ۰/۵ متوسط، ۰/۸ بالا

جدول ۴. مقایسه نمره تبعیت از درمان در گروه مداخله ۱ (بحث گروهی) و گروه مداخله ۲ (روش بازخورد محور) و کنترل در قبل و بعد از آموزش

گروه ها	نمره تبعیت از درمان	میانگین	انحراف معیار	آماره آزمون (تی زوجی)	P-value	اندازه اثر کوهن (فاصله اطمینان ۰/۹۵)
قبل از اجرای آموزش خودمراقبتی	مداخله ۱ (بحث گروهی)	۹۴/۶	۹/۹۵	۱/۰۱	۰/۳۲۲	
	کنترل (نوبت اول)	۹۳/۳۱	۱۲/۰۶		*	
مداخله ۲ (روش بازخورد محور)	مداخله ۲ (روش بازخورد محور)	۹۴/۲۵	۱۶/۵	۱/۱	۰/۴۵۴	
	کنترل (نوبت اول)	۹۳/۳۱	۱۲/۰۶		*	
مداخله ۱	مداخله ۱	۷۸/۵	۹/۹۵	-۰/۱۵	۰/۸۸	
مداخله ۲	مداخله ۲	۷۹/۱۵	۱۶/۵			
بعد از اجرای برنامه خودمراقبتی	کنترل (مرحله ۲)	۱۰۰/۹۴	۱۸/۵۵	۳/۲	۰/۲۵	۰/۴۹ (۰/۲۶، ۰/۷۵)
	مداخله ۱ (بحث گروهی)	۱۱۲/۰۵	۱۱/۶		*	
	کنترل (مرحله ۲)	۱۰۰/۹۴	۲۴/۶۸	۳/۲	۰/۰۳	۰/۹۱ (۰/۴۶، ۱/۳۵)
	مداخله ۲ (روش بازخورد محور)	۱۲۰/۰۵	۱۱/۶۱		*	
	مداخله ۱ (بحث گروهی)	۱۱۲/۰۵	۱۸/۵۵	۳/۳۲	۰/۰۴	۰/۴۷ (۰/۳۲، ۰/۷۹)
	مداخله ۲ (روش بازخورد محور)	۱۲۰/۰۵	۲۴/۶۸		*	

اندازه اثر کوهن: ۰/۲ کوچک، ۰/۵ متوسط، ۰/۸ بالا

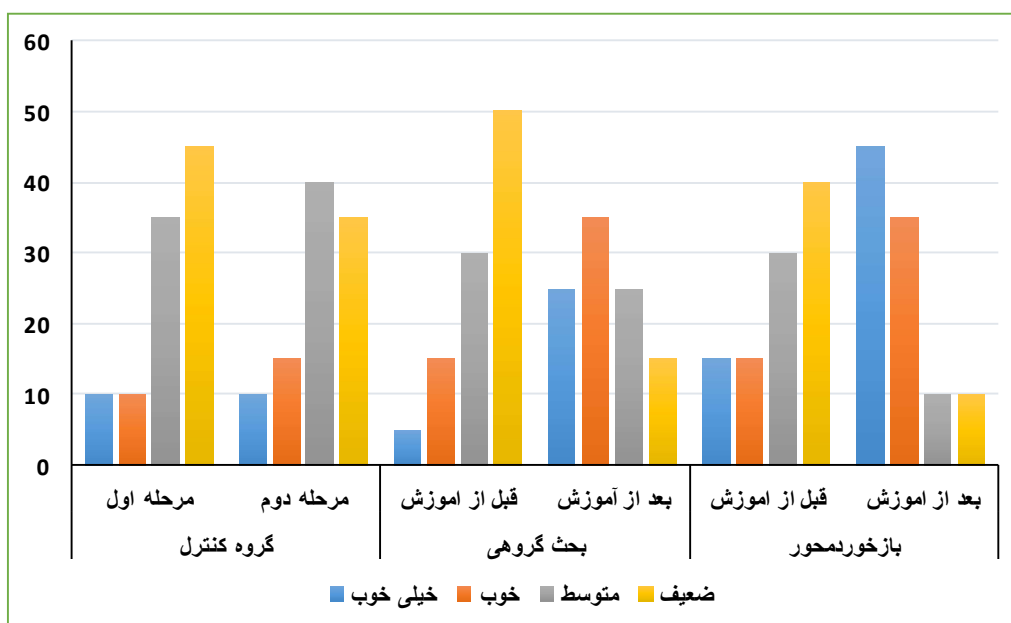
به نارسایی قلبی بستری تفاوت آماری معنی‌داری داشت ( $P < 0.025$ ) و میزان نمره تبعیت از درمان در گروه روش بحث گروهی بیشتر از گروه کنترل مرحله ۲ بود، همچنین تبعیت از درمان در گروه مداخله ۲ به روش بازخورد محور بعد از اجرای آموزش خودمراقبتی ( $11/61 \pm 120/05$ ) و مرحله ۲ گروه کنترل ( $24/68 \pm 100/94$ ) در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی بستری تفاوت آماری معنی‌داری داشت ( $P = 0/003$ ). میانگین نمره تبعیت از درمان در گروه مداخله ۱ به روش بحث گروهی ( $112/05 \pm 18/55$ ) با گروه مداخله ۲ به روش بازخورد محور بعد از اجرای آموزش خودمراقبتی ( $24/68 \pm 120/05$ ) در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی تفاوت آماری معنی‌داری داشت ( $P = 0/04$ ) و میانگین نمره تبعیت از درمان در گروه روش محور بیشتر بود و با اندازه اثر کوهن نیز اثربخشی بیشتر روش آموزش بازخورد محور نشان داده شد (جدول ۴).

نتایج نمودار ۱ نشان داد بعد از مداخله در گروه بازخورد محور ۴۵ درصد تبعیت از درمان بسیار خوب داشتند و در گروه بحث گروهی ۳۵ درصد افراد نمره تبعیت از درمان بسیار خوب داشتند؛ همچنین در مرحله اول و دوم ۱۰ درصد تبعیت از درمان بسیار خوب داشتند.

### بحث

این مطالعه با هدف مقایسه‌ای تاثیر آموزش خودمراقبتی به روش بحث گروهی و روش بازخورد محور بر میزان تبعیت از

درمان در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی بستری در بیمارستان قلب شهید رجایی سال ۱۴۰۲ انجام شد. نتایج نشان داد میانگین نمره تبعیت از درمان در گروه مداخله ۱ به روش بحث گروهی قبل ( $10/16 \pm 78/73$ ) و بعد ( $112/05 \pm 18/55$ ) از اجرای آموزش خودمراقبتی در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی بستری تفاوت آماری معنی‌داری داشت و میانگین نمره تبعیت از درمان بعد از آموزش نسبت به قبل از آموزش به طور معنی‌داری افزایش پیدا کرد ( $P < 0/001$ ). در مطالعه Awoke و همکارانش (۲۰۱۹) نیز نشان دادند که آموزش خودمراقبتی در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی باعث افزایش آگاهی و عملکرد می‌شود، به عبارتی آموزش خودمراقبتی به روش بحث گروهی قبل و بعد از مداخله معنی‌دار بود ( $P < 0/01$ ) (۲۵). Kolasa و همکارانش (۲۰۲۲) نتیجه گرفتند ارائه اطلاعات مناسب از طریق مداخله آموزش گروهی در ارتقای خودکارآمدی و تبعیت از درمان در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی مؤثر است ( $P < 0/01$ ) (۲۶). مطالعه Tazangi و همکارانش (۲۰۲۲) نشان دهنده ارتقای بعد عاطفی خودمراقبتی در بیماران مبتلا به دیابت نوع دوم بعد از آموزش گروهی بود ( $p = 0/031$ ) (۲۷). نتایج این مطالعه با تمامی مطالعات بررسی شده همسو بود. علت همسو بودن نتایج این مطالعات با مطالعه حاضر شیوه آموزش بحث گروهی است که در آن تعامل بین افراد بیشتر است و افراد از تجربیات و نظریات یکدیگر بهره مند می‌شوند و از آنجایی که تعامل افراد با هم بیشتر است یادگیری بهتری اتفاق می‌افتد.



نمودار ۱. نمودار میزان تبعیت از درمان در سه گروه بازخورد محور، بحث گروهی و کنترل

آماري معنی‌داری داشت ( $P=0/003$ ). در مطالعه‌ای گزارش کردند که میانگین نمرات خودمراقبتی در گروه مداخله به طور معنی‌داری بیشتر از گروه کنترل افزایش یافته بود ( $P=0/01$ ) (۳۲) که تاثیر مثبت این شیوه آموزشی را بر متغیرهایی مانند خودمراقبتی که ارتباط نزدیکی با تبعیت از درمان داشت، تأیید می‌کند. در مطالعه Alonso-Domínguez و همکارانش (۲۰۱۹) مشخص شد که در گروه مداخله نسبت به گروه کنترل بهبود قابل ملاحظه‌ای در پیروی از دارو و درمان و رژیم غذایی بیماران دیابتی نوع دو ایجاد شده است (۳۳). از سویی برخی مطالعات نتایجی متناقض با مطالعه حاضر گزارش کردند، از جمله در پژوهش حسینی تشیزی (۲۰۲۴) تحت عنوان تاثیر برنامه آموزش بازخورد محور بر حفظ و ماندگاری اطلاعات در بیماران دیابتی، نتایج نشان داد که در گروه آموزش بازخورد محور تفاوت معنی‌داری در حفظ و ماندگاری اطلاعات ایجاد نشده بود ( $P=0/28$ ) (۳۴). شاید یکی از دلایل عدم معنی‌داری در مطالعه مذکور، حجم نمونه کم، تفاوت ابزار و جامعه متفاوت از مطالعه حاضر باشد. به طوری که در مطالعه حاضر ۴۰ بیمار و در این مطالعه ۲۹ بیمار مورد مطالعه قرار گرفتند، همچنین دوره پیگیری این پژوهش از مطالعه حاضر طولانی‌تر بود.

نتایج مطالعه حاضر نشان داد میانگین نمره تبعیت از درمان در گروه مداخله ۱ به روش بحث گروهی ( $18/55 \pm 112/05$ ) با گروه مداخله ۲ به روش بازخورد محور بعد از اجرای آموزش قلبی بستری تفاوت آماری معنی‌داری داشت ( $P=0/04$ ) و میانگین نمره تبعیت از درمان در گروه روش بازخورد محور بیشتر بود و یکی از دلایلی که به نظر می‌رسد موجب شده آموزش بازخورد محور موثرتر باشد، شاید زبان ساده در بیان و آموزش بر اساس مشخصات فردی افراد و درک افراد و همچنین تکرار مطالب تا یادگیری کامل فراگیران است که در بحث گروهی به دلیل تعدد افراد و تفاوت‌های موجود در هر فرد و سطح یادگیری و سواد افراد همچنین اطلاعات قبلی فراگیران این یادگیری متفاوت است. نتایج مطالعه دیگری نشان داد که آموزش به روش بازخورد محور نسبت به آموزش به روش بحث گروهی می‌تواند باعث ارتقای کیفیت زندگی بیماران مبتلا به انفارکتوس میوکارد شود ( $P<0/05$ ) (۳۵). مطالعه ترن و همکارانش (۲۰۱۹) نشان داد که آموزش بازخورد محور ابزار ارتباطی ساده‌ای است که دانش بیماری را در مبتلایان به بیماری‌های مزمن همانند انفارکتوس میوکارد

همچنین تبعیت از درمان در گروه مداخله ۲ به روش بازخورد محور قبل و بعد اجرای آموزش خودمراقبتی تفاوت آماری معنی‌داری داشت و میانگین نمره تبعیت از درمان بعد از آموزش نسبت به قبل از آموزش به طور معنی‌داری افزایش پیدا کرد ( $P<0/007$ ). در این راستا مطالعه‌ای که در سال ۲۰۱۹ انجام شد، نشان داد آموزش به شیوه بازخوردی باعث ارتقا خودکارآمدی و افزایش نمره دانش بیماران مبتلا به نارسایی قلبی می‌شو ( $P<0/01$ ) (۲۸). همچنین در مطالعه دیگری نتایج نشان داد که آموزش بازخوردی بر بهبود ارتقای تبعیت از درمان بیماران در فاصله زمانی یک و سه ماه بعد از مداخله در بیماران قلبی مؤثر است ( $p=0/025$ ) (۲۲). همسو با مطالعه حاضر در مطالعه دیگری مشخص شد که آموزش بازخورد محور منجر به بهبود تبعیت از درمان در بیماران دیابتی در فاصله یک ماه بعد از مداخله شد ( $P<0/01$ ) (۲۹). هرچند جامعه پژوهش با مطالعه حاضر متفاوت است، اما تأثیر شیوه آموزشی بازخورد محور بر بیماری‌های مزمن که در آن بیماران به منظور مدیریت بیماری خود نیاز به فهم و درک کامل اطلاعات مرتبط با آن دارند، را تأیید می‌کند. از آنجایی که آموزش بازخورد محور بهترین روش برای اطمینان از درک و به یادسپاری و حفظ کافی اطلاعات آموزشی در بیماران است، لذا اکثر مطالعات همسو با مطالعه حاضر هستند.

تبعیت از درمان در گروه مداخله ۱ به روش بحث گروهی بعد از اجرای آموزش خودمراقبتی و گروه کنترل مرحله ۲ در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی بستری تفاوت آماری معنی‌داری داشت ( $P<0/05$ ) و میزان نمره تبعیت از درمان در گروه روش بازخورد محور بیشتر از گروه کنترل مرحله ۲ بود. طبق نتایج مطالعه‌ای بیان شد که آموزش به صورت بحث گروهی نسبت به گروه کنترل مرحله دوم سبب افزایش بیشتر انگیزه بیماران برای ترک سیگار در بیماران دچار نارسایی قلبی می‌شود، این در حالی بود که قبل از مداخله و در گروه کنترل مرحله دوم نیز معنی‌دار نبود ( $P=0/32$ ) (۳۰). از مزایای آموزش به روش گروهی می‌توان سهیم شدن در عقاید و تجربیات یکدیگر و تقویت حس همکاری و تقویت اعتماد به نفس و قدرت مدیریت فراگیران، تقویت قوه استدلال و نظم بخشی به افکار افراد اشاره کرد (۳۱). نتایج این مطالعه نشان دهنده افزایش نمره میانگین تبعیت از درمان در گروه آموزش به روش بحث گروهی بود.

همچنین تبعیت از درمان در گروه مداخله ۲ به روش بازخورد محور بعد از اجرای آموزش خودمراقبتی و مرحله ۲ گروه کنترل در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی بستری تفاوت

علت ساده و آسان بودن در آموزش این بیماران توصیه می‌شود. در این راستا استفاده از آموزش با هدف توانمندسازی بیمار و آشنایی آنها با این مقوله که می‌توانند با بهره‌مندی از منابع خود را توانمند سازند بسیار حایز اهمیت بوده و کمک کننده است. مداخله حاضر به عنوان یک مداخله تایید شده، قابل اجرا، مفید و موثر و ارزان می‌تواند در دستور کار پرستاران و مراقبین قرار گیرد تا بتوانند به بیماران نارسایی احتقانی قلبی کمک کنند. از جمله محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به محدودیت‌های زمانی و مکانی جهت پیگیری مجدد نتایج اشاره کرد؛ لذا پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی این امر مورد توجه قرار گیرد و پیگیری حداقل شش ماهه بیماران به منظور بررسی تداوم اثر برنامه انجام شود. همچنین پیشنهاد می‌شود با گسترش شبکه‌های مجازی، آموزش خودمراقبتی را از طریق آموزش مجازی و یا نرم افزارهای تلفن همراه یا سایر روش‌های نوین مانند آموزش معکوس و تله نرسینگ بر رفتارهای خودمراقبتی و تبعیت از درمان بیماران مبتلا به انواع بیماری‌های مزمن صورت گیرد.

### تشکر و قدردانی

از تمام شرکت کنندگان در این پژوهش که حضورشان باعث به ثمر رسیدن این مقاله علمی شد، تشکر و قدردانی می‌شود و برای یکایک آنان از خداوند منان توفیق عمر طولانی را خواهیم.

### REFERENCES

- Johansson I, Joseph P, Balasubramanian K, McMurray JJ, Lund LH, Ezekowitz JA, et al. Health-related quality of life and mortality in heart failure: the global congestive heart failure study of 23 000 patients from 40 countries. *Circulation* 2021;143:29-42.
- Santos GC, Liljeroos M, Dwyer AA, Jaques C, Girard J, Strömberg A, et al. Symptom perception in heart failure—Interventions and outcomes: A scoping review. *Int J Nurs Stud* 2021;116:103524.
- Roger VL. Epidemiology of heart failure: a contemporary perspective. *Circ Res* 2021;128:1421-34.
- Kaneko H, Yano Y, Itoh H, Morita K, Kiriya H, Kamon T, et al. Association of blood pressure classification using the 2017 American College of Cardiology/American Heart Association blood pressure guideline with risk of heart failure and atrial fibrillation. *Circulation* 2021;143:2244-53.
- Sarrafzadegan N, Mohammadi N. Cardiovascular disease in Iran in the last 40 years: prevalence, mortality, morbidity, challenges and strategies for cardiovascular prevention. *Arch Iranian Med* 2019;22:204-10.
- Jaarsma T, Hill L, Bayes-Genis A, La Rocca HB, Castiello T, Čelutkienė J, et al. Self-care of heart failure patients: practical management recommendations from the Heart Failure Association of the European Society of Cardiology. *Eur J Heart Fail* 2021;23:157-74.
- Toukhsati SR, Driscoll A, Hare DL. Patient self-management in chronic heart failure—establishing concordance between guidelines and practice. *Card Fail Rev* 2015;1:128-31.
- Juárez-Vela R, Sarabia-Cobo C, Antón-Solanas I, Vellone E, Durante A, Gea-Caballero V, et al. Investigating self-care in a sample of patients with decompensated heart failure: a cross-sectional study. *Rev Clin Esp (Barc)* 2019;219:351-59.

نسبت به آموزش به روش بحث گروهی بهبود می‌بخشد ( $P < 0.008$ ) (۳۶). نتایج مطالعه دیگری بیان کننده این امر بود که آموزش بازخورد محور باعث افزایش تبعیت از درمان در بیماران مبتلا به نارسایی قلبی شده بود ( $P < 0.05$ ) (۱۵). مطالعه عزیزی و همکارانش (۲۰۲۰) نشان دهنده کاهش موارد بستری در بیماران مبتلا به سندرم کرونری حاد بعد از آموزش به روش بازخورد محور بود ( $P < 0.05$ ) (۲۲) و نتایج این مطالعه با همه مطالعات پیشگفت همسو بود. از علل همسو بودن نتایج این مطالعات با مطالعه حاضر، می‌توان به شیوه آموزش اشاره کرد که به شکل ساده و قابل فهم ارائه می‌شود و تا درک کامل آموزش توسط بیمار آموزش ادامه پیدا می‌کند. مطالعه حاضر نشان داد گرچه هر دو روش آموزش باعث ارتقا رفتار خودمراقبتی بیماران شده است، ولی آموزش به شیوه بازخورد محور نسبت به روش آموزش بحث گروهی مؤثرتر است. شاید دلیل آن مشارکت بیمار در پاسخ به سوالات و مطمئن شدن محقق از یادگیری و تفهیم مراقبت آموزش داده شده از طریق گرفتن بازخورد باشد.

طبق نتایج این پژوهش آموزش خود مراقبتی به روش آموزش خودمراقبتی به روش بحث گروهی و بازخورد محور بر تبعیت از درمان بیماران نارسایی قلبی تأثیر مثبت دارد. آموزش خودمراقبتی به روش بازخورد محور نسبت به آموزش به روش بحث گروهی در تبعیت از درمان بیماران مؤثرتر بود. با توجه به اثربخشی این دو روش آموزشی بر تبعیت از درمان بیماران نارسایی احتقانی قلبی، استفاده از این دو روش آموزشی به

9. Tan FCJH, Oka P, Dambha-Miller H, Tan NC. The association between self-efficacy and self-care in essential hypertension: a systematic review. *BMC Fam Pract* 2021;22:1-12.
10. Dessie G, Burrowes S, Mulugeta H, Haile D, Negess A, Jara D, et al. Effect of a self-care educational intervention to improve self-care adherence among patients with chronic heart failure: a clustered randomized controlled trial in Northwest Ethiopia. *BMC Cardiovasc Disord* 2021;21:1-11.
11. Seid MA, Abdela OA, Zeleke EG. Adherence to self-care recommendations and associated factors among adult heart failure patients. From the patients' point of view. *PloS One* 2019;14:e0211768.
12. Chae S, Song J, Ojo M, Bowles KH, McDonald MV, Barrón Y, et al. Factors associated with poor self-management documented in home health care narrative notes for patients with heart failure. *Heart Lung* 2022;55:148-54.
13. Karami Saleheddin Kola M, Jafari H, Charati JY, Shafipour V. Comparing the effects of teach-back method, multimedia and blended training on self-care and social support in patients with heart failure: A randomized clinical trial. *J Educ Health Promot* 2021;10:248.
14. Dessie G, Burrowes S, Mulugeta H, Haile D, Negess A, Jara D, et al. Effect of a self-care educational intervention to improve self-care adherence among patients with chronic heart failure: a clustered randomized controlled trial in Northwest Ethiopia. *BMC Cardiovasc Disord* 2021;21:374.
15. Aghamohammadi M, Khatiban M, Soltanian A, Khalili Z. Comparison of the effect of two teach-back training and pictorial training methods on medication adherence in heart failure patients. *Avicenna Journal of Nursing and Midwifery Care*. 2020;28(3):193-204. <http://nmj.umsha.ac.ir/article-1-2142-en.html>.
16. Azizi HR, Yousefian Miandoab N, Yaghoubinia F. The Effect of Teach- Back Education on Readmission in Patients with Acute Coronary Syndrome. *Crit Care Nurs* 2020;13:14-21.
17. Howie-Esquivel J, Bidwell JT. A State-of-the-Art Review of Teach-Back for Patients and Families With Heart Failure: How Far Have We Come? *J Cardiovasc Nurs* 2023;2:32-40.
18. Kvarnström K, Westerholm A, Airaksinen M, Liira H. Factors contributing to medication adherence in patients with a chronic condition: a scoping review of qualitative research. *Pharmaceutics* 2021;13:1100.
19. Riegel B, Jaarsma T, Lee CS, Strömberg A. Integrating symptoms into the middle-range theory of self-care of chronic illness. *ANS Adv Nurs Sci* 2019;42:206.
20. Midão L, Giardini A, Menditto E, Kardas P, Costa E. Polypharmacy prevalence among older adults based on the survey of health, ageing and retirement in Europe. *Arch Gerontol Geriatr* 2018;78:213-20.
21. Roka T, Ghimire M. Medication adherence among hypertensive patients attending a tertiary care hospital in Nepal. *J Nepal Health Res Counc* 2019;17:521-27.
22. Azizi HR, Yousefian Miandoab N, Yaghoubinia F. Effect of teach-back on treatment adherence in patients with acute coronary syndrome: A semi-experimental study. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences* 2020;30:44-55. [In Persian]
23. Fatemi NS, Rafii F, Hajizadeh E, Modanloo M. Psychometric properties of the adherence questionnaire in patients with chronic disease: A mix method study. *Koomesh* 2018;20:179-91.
24. Khiyali Z, Javidi Z, Elham Banaei2 E, Afsaneh Ghasemi A, Dehghan A. Relationship between perception of aging and social support with treatment adherence in the aged with type 2 diabetes in Fasa, 2018. *Journal of Gerontology* 2021;5:54-65. [In Persian]
25. Awoke MS, Baptiste D-L, Davidson P, Roberts A, Dennison-Himmelfarb C. A quasi-experimental study examining a nurse-led education program to improve knowledge, self-care, and reduce readmission for individuals with heart failure. *Contemp Nurse* 2019;55:15-26.
26. Kolasa J, Frączek-Jucha M, Grabowski M, Jankowska EA, Lelonek M, Pawlak A, et al. A quasi-experimental study examining a nurse-led educational program to improve disease knowledge and self-care for patients with acute decompensated heart failure with reduced ejection fraction. *Adv Clin Exp Med* 2022;31:267-75.
27. Tazangi RM, Bijani M, Karimi S, Naghizadeh MM, Jeihooni AK, Rahimzahedi M. The effect of peer group-based training using health belief model on quality of life and foot ulcer self-care behaviour in patients with type 2 diabetes: a randomized controlled clinical trial. *Clin Diabetol* 2022;11:251-61.
28. Awuah-Asamoah M. Effects of Teach-Back Method of Education on Knowledge of Heart Failure Self-Care Management and Post-Discharge Knowledge Retention [PhD Dissertation]. Washington, D.C.: The George Washington University. 2019. [Available from: [https://hsrc.himmelfarb.gwu.edu/son\\_dnp/51](https://hsrc.himmelfarb.gwu.edu/son_dnp/51)]

29. Ghanbari A, Tabrizi KN, Dalvandi A, Kavari SH, Noroozi M. Effect of an educational program based on the teach-back method on adherence to treatment regimen in dialysis patients with end stage renal disease referred to Sina Hospital during 2015-2016. *Iranian Journal of Rehabilitation Research in Nursing* 2017;4:24-30. [In Persian]
30. Badrooh A, Mozaffari N, Barikani A, Dadkhah B. Comparison of the effect of group and individual training on smoking cessation motivation in coronary artery disease patients. *J Health Care* 2019;21:99-107.
31. Jaras M, Mansoorian MR, Delshad Noghahi A, Nezami H. Comparison of effectiveness self-care returns two methods of focus group discussions and teach-back on lifestyle of pregnant women. *Intern Med Today* 2019;26(1):94-107.
32. Akbari AS, Cheraghi MA, Nomali M, Zakerimoghadam M. Effect of illness perception correction-based educational program on quality of life and self-care in patients with heart failure: a randomized controlled trial. *J Caring Sci* 2019;8:89-93.
33. Alonso-Domínguez R, García-Ortiz L, Patino-Alonso MC, Sánchez-Aguadero N, Gómez-Marcos MA, Recio-Rodríguez JI. Effectiveness of a multifactorial intervention in increasing adherence to the Mediterranean diet among patients with diabetes mellitus type 2: a controlled and randomized study (EMID study). *Nutrients* 2019;11:162.
34. Hosseini Teshnizi S, Sadeghpour S, Faghil A. The Effectiveness of an Educational Intervention Based on Teach-back Method with Adherence to Treatment in Patients with Type 2 Diabetes. *Journal of Health Sciences & Surveillance System* 2024;12:12-19.
35. Salavati M, Khatiban M, Moghadari koosha B, Soltanian A. Evaluating the Effect of Teach Back Education on Self-Care Behaviours and Quality of Life in Patients With Myocardial Infarction in 2015: A Randomised Controlled Trial. *Avicenna Journal of Nursing and Midwifery Care* 2017;25:1-8. [In Persian]
36. Tran S, Bennett G, Richmond J, Nguyen T, Ryan M, Hong T, et al. 'Teach-back' is a simple communication tool that improves disease knowledge in people with chronic hepatitis B—a pilot randomized controlled study. *BMC Public Health* 2019;19:1-9.