



معرفی انجمن

اعضای هیئت مدیره

- دکتر احمدعلی پور (رئیس انجمن روانشناسی سلامت ایران)
- دکتر رضا باقریان (نایب رییس انجمن روانشناسی سلامت ایران)
- دکتر زیبا برقی ایرانی (دبیر انجمن روانشناسی سلامت ایران)
- دکتر هومن نامور (خزانه دار انجمن روانشناسی سلامت ایران)
- دکتر حسین سلیمی
- دکتر اسحاق رحیمیان بوگر
- دکتر ناصر صبحی قرا ملک
- دکتر حمیدپور شریفی (بازرس انجمن روانشناسی سلامت ایران)

آدرس انجمن:

کریمخان - خیابان استاد نجات الهی - نبش کوچه سپند - دانشگاه پیام نور واحد آموزش - طبقه ۳ - اتاق ۳۰۴

www.Healthpsychology.ir

healthpsychologysociety@gmail.com

88807589

وب سایت انجمن

آدرس پست الکترونیک

شماره تماس:

همکاران این شماره:

دکتر زیبا برقی ایرانی

مهدیه مظلوم

فاطمه فولادوند

زهرا مظلوم

اهم فعالیت‌های انجمن روان‌شناسی سلامت ایران در سال گذشته

۱. دریافت گرید B انجمن روانشناسی سلامت ایران در سال ۹۴ به واسطه فعالیت‌های این انجمن در سال ۹۳
۲. دریافت مجوز انتشار مجله *Asian journals of health psychology* از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
هیات تحریریه *Asian Journals of Health Psychology*:
سردبیر: دکتر مهناز علی‌اکبری دهکردی
مدیرمسئول: دکتر احمد علیپور
مدیر داخلی: دکتر زیبا ایرانی
هیات تحریریه: دکتر علی‌اکبری - دکتر اصغر دادخواه - دکتر حمید پور شریفی - دکتر مهناز مهربابی
زاده هنرمند - دکتر محمد اورکی - Dr.Surender Kumar- Dr.Carolien Rieffe
۳. اخذ مجوز نشریه علمی پژوهشی فصلنامه روانشناسی سلامت
۴. انتشار چهار شماره از فصلنامه روانشناسی سلامت
۵. انتشار ویژه‌نامه سالمندی
۶. برگزاری کارگاه‌های آموزشی متعدد در حوزه روانشناسی سلامت
لیست کارگاهها: cbt، پروپوزال نویسی، مشاوره پیش از ازدواج، mmpi، وکسلر و...
۷. عضوگیری از روانشناسان و فعالان در حوزه سلامت جهت همکاری و فعالیت در انجمن روانشناسی سلامت ایران

فهرست

لیست کارگاه ها و همایش ها	۴
آشنایی با رشته روانشناسی سلامت	۵
اخبار انجمن	۶
دانشمندان مدعی کشف علت اصلی ابتلا به سرطان مغز شدند	۶
شیمی درمانی در کودکی تاثیر بلندمدت بر حافظه دارد	۷
چکیده مقالات	۹

کارگاه های آموزشی و همایش های انجمن روانشناسی سلامت ایران

مدرس کارگاه	عناوین کارگاه
خانم دکتر زیبا برقی ایرانی	کارگاه مشاوره پیش از ازدواج
آقای دکتر بیوک تاجری	کارگاه پیشگیر و مقابله با روابط فرازناشویی
خانم دکتر علی اکبری	ارزیابی سلامت جنسی و مداخله های روانی در سلامت جنسی زنان
خانم دکتر علی اکبری	ارزیابی سلامت جنسی و مداخله های روانی در سلامت جنسی مردان
خانم دکتر زیبا برقی ایرانی	کارگاه آزمون mmpi
خانم دکتر علی اکبری	کارگاه پروپوزال نویسی
خانم دکتر زیبا برقی ایرانی	کارگاه سالمندی پویا سرمایه ملی

کارگاه تفسیر آزمون وکسلر

خانم دکتر زیبا برقی ایرانی

برای اطلاع از زمان دقیق برگزاری کارگاه ها و سمینارها به سایت انجمن به نشانی <http://healthpsychology.ir> مراجعه نمایید و یا با دفتر انجمن به شماره ۸۸۸۰۷۵۸۹ تماس بگیرید.

آشنایی با رشته روانشناسی سلامت:

در مدل پزشکی قبلی تنها به نقش فرایندهای زیستی در ایجاد بیماری ها توجه می شود در حالی که نقش فرد و جنبه های روانی اجتماعی نادیده گرفته می شود. شاید پس از معرفی هیستری تبدیلی توسط فروید بود که پژوهشگران به این سمت رفتند که رابطه میان مسایل عاطفی و وضعیت جسمانی را بررسی کنند و رشته ای به اسم پزشکی روان تنی ایجاد شد. پس از آن نیز رشته پزشکی رفتاری ایجاد شد که از رفتارگرایی سرچشمه گرفته بود. بر این اساس دیدگاه مورد قبول فعلی الگوی زیستی روانی اجتماعی است که دخالت هر سه عامل را در سلامت می پذیرد.

همچنین توجه عموم مردم و متخصصان همواره بر این بوده است که سلامت را به معنی عدم وجود بیماری و آسیب بینند و همیشه به دنبال این بوده اند که چگونه مردم بیمار نشوند. زمان آن رسیده است که به این امر بپردازیم که مردم چگونه سالم می مانند. برداشت از سالم بودن فقط نبود بیماری نیست بلکه این وضعیت در یک طیف قرار دارد.

دو نکته فوق از مهم ترین تاکیدات روانشناسان سلامت است. روانشناسی سلامت در دهه ۱۹۷۰ ایجاد شد. مهم ترین تفاوت روانشناسی سلامت با سایر رشته های ذکر شده درجه میان رشته ای بودن آنهاست. در پزشکی رفتاری تنوع رشته ها بیشتر است. پزشکی روان تنی به رشته های پزشکی و به ویژه روانپزشکی وابسته است. اما روانشناسی سلامت زیرگروهی از روانشناسی است و تقریباً تمام متخصصان آن روانشناس هستند.

ماتارازو تعریف جامعی از روانشناسی سلامت ارائه کرده است: گردآوری یافته های آموزشی، علمی، و حرفه ای در رشته روانشناسی جهت ارتقا و حفظ سلامتی، پیشگیری و درمان بیماری ها، شناسایی عوامل سبب شناختی و تشخیصی مرتبط با سلامتی، بیماری و کژکارکردی های مربوط، و نیز تجربه و تحلیل و بهبود نظام مراقبت های بهداشتی و ایجاد خط مشی های بهداشتی
برخی از مواردی که در این رشته با آنها سر و کار را در زیر می بینیم:

استرس، بیماری های مربوط به آن و راهکارهای کنترل آن

دردهای مزمن، اداره و کنترل کردن آنها

مداخلات روانی اجتماعی برای مشکلات بهداشتی مزمن همچون آسم، صرع، آلزایمر، دیابت و غیره

مداخلات روانی اجتماعی برای بیماری های قلبی، سرطان، ایدز، سکتة مغزی و غیره

سبک زندگی، ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماری ها

شیوه های تغذیه سالم، کنترل وزن، ورزش و غیره

محیط بیمارستان ها، ارتباط پزشک و بیمار، راهکارهای افزایش رعایت توصیه های پزشکی و غیره

بنابراین به طور کلی و خلاصه در این رشته به نقش عوامل روانی اجتماعی در ایجاد بیماری های جسمانی، درمان و کنترل آنها پرداخته می شود. همچنین بهبود سبک زندگی افراد و پیشگیری از ایجاد بیماری ها از حیطه های این رشته است. در صورتی که تمایل به کار روی اختلالات روانی دارید این رشته مناسب شما نیست. در روانشناسی بالینی اگر بیمار افسرده ای به شما ارجاع داده شود هدف شما کاهش افسردگی اوست فقط برای کاهش افسردگی! اما در روانشناسی سلامت شما افسردگی یا غمگینی را درمان می کنید برای رسیدن به هدفی دیگر مثلاً بهبود بیماری قلبی عروقی. پس اهداف متفاوت هستند. از آن جهت غمگینی را ذکر کردم که به این امر اشاره شود که در روانشناسی سلامت لزوماً با اختلالات طبقه بندی شده سرو کار نداریم غمگینی به همان اندازه در راس کار یک روانشناس سلامت است.

الف - اخبار انجمن روانشناسی سلامت:

برگزاری کارگاه پیشگیری زناشویی

دانشمندان مدعی کشف علت اصلی ابتلا به سرطان مغز شدند:

به گزارش ساینس دیلی، محققان انگلیسی و هندی ادعا کرده اند که کمبود قابل توجه ویرایش در "microRNA"

های بافت مغز عامل اصلی و بالقوه ابتلا به سرطان مغز است

این آر.ان.ای ها در "هوهسته ها" (Eukaryote) دیده می شوند و حدود ۲۲ نوکلئوتید طول دارند. در زیست شناسی به جاندارانی که یاخته های (سلول) آن هسته واقعی دارند یوکاریوت (Eukaryote) یا هوهسته ای گفته می شود. وظیفه اصلی هوهسته ها در تنظیم پس از رونویسی است؛ که با برهمکنش با میکرو آر.ان.ای (microRNA) ها و خاموش کردن ژن هدف این کار را انجام می دهند.

میکرو آر.ان.ای ها ۶۰ درصد ژنوم پستانداران را تشکیل می دهند و ژنوم انسان می تواند حدود ۱۰۰۰ نوع از آنها را رمزدهی کند. انواع مختلف آنها در متازوآها و قارچ ها و حتی گیاهان و جانوران وجود دارد.

دانشمندان یافته های خود را اندک اما در عین حال مهم می دانند، چرا که به پزشکان در فهمیدن روند ابتلا و عملکرد سرطان مغز کمک می کند.

یافته های اخیر احتمال استفاده از روش های مهندسی ژنوم را برای کاهش سرعت پیشرفت سرطان یا معکوس کردن اثرات آن افزایش می دهد.

میکرو آر.ان.ای ها نوع خاصی از آر.ان.ای هستند که پروتئین ها را رمزگذاری نمی کنند اما در توابع نظارتی حیاتی مشارکت می کنند. همچنین آر.ان.ای ها می توانند تغییرات ساختمان خود موسوم به "ریبونوکلئوتید" (ribonucleotide) را معرفی کنند. این فرایند، ویرایش نامیده می شود.

محققان گفتند این تغییرات در بیماران مبتلا به سرطان مغز کاهش می یابد که این خود نشانی از پیشرفت بیماری است.

آنها یک ویرایش میکرو آر.ان.ای معمولی را روی ۱۳ نوع بافت انسان آزمایش کردند و دریافتند که مغزهای سالم بیشترین میزان ویرایش را دارند.

دانشمندان اظهار داشتند که قبل از این نمی دانستند که سرطان مغز دقیقاً چگونه عمل می کند و تصور می کردند خروجی سلولی می تواند به طور قابل توجهی تغییر کند.

یافته های اخیر این سوال را در ذهن پزشکان سراسر دنیا ایجاد کرده است که آیا علم بیوشیمی می تواند ویرایش را دوباره از نو ایجاد کند؟

اگر جواب این سوال مثبت باشد، روش هایی برای رسیدن به آن توسط استفاده از تکنیک های مهندسی ژنوم مثل "کریسپر" (CRISPR) وجود دارد که سلول های مشخصی را برای حصول نتیجه بیولوژیکی هدف قرار می دهد.

کریسپر نوعی سیستم ایمنی تطابق پذیر در باکتری ها است که آنها را قادر به کشف دی.ان.ای ویروس و بعد نابودی شان می کند. بخشی از سیستم کریسپر، پروتئینی به نام "Cas9" است، که قابلیت جستجو، برش زدن و سرانجام استحاله دی.ان.ای ویروس را به روشی خاص دارد. فناوری کریسپر به دانشمندان اجازه می دهد تغییراتی در دی.ان.ای سلول ها ایجاد کنند.

شیمی درمانی در کودکی تاثیر بلندمدت بر حافظه دارد:

محققان بلژیکی ۳۱ جوان را که در کودکی تحت شیمی درمانی قرار گرفته بودند بررسی کردند. میانگین سنی این افراد در زمان شیمی درمانی ۶ سال بود. محققان این افراد را با گروه کنترل متشکل از افراد جوانی که تحت شیمی درمانی قرار نگرفته بودند مقایسه کردند.

هر دو گروه در تست های حافظه بلندمدت و توانایی تمرکز نمرات مشابهی داشتند. به گفته محققان، این مهارت ها از جمله توانایی های هستند که قبل از قرارگرفتن بازماندگان سرطان در معرض شیمی درمانی، رشد یافته اند.

اما محققان دریافتند در مقایسه با گروه کنترل، بازماندگان سرطان دارای انعطاف پذیری فکری و حافظه کوتاه مدت ضعیف تری بودند. این مهارت ها در سنین بالاتر رشد می کنند.

آیریس الیز، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه لوون بلژیک، در این باره می گوید: «تست های که نیاز به تغییر وضعیت سریع بین مهارت ها یا به خاطر سپردن اطلاعات جدید برای مدت زمان کوتاه دارند بسیار برای بیمارانی که قبلا مبتلا به سرطان بودند دشوارتر بود. مرحله رشد مغز در ابتدای درمان سرطان احتمالا نقش تعیین کننده ای دارد.»

محققان همچنین میزان پروتئین موسوم به p-Tau را در مایع مغزی بیماران اندازه گیری کردند. این پروتئین بخشی از ساختار درونی سلول های عصبی است.

به گفته تیم تحقیق، «ما نمونه های مایع مغزی را در طول درمان جمع آوری کردیم. سپس میزان p-Tau را برای اندازه گیری آسیب به سلول های مغزی آنالیز کردیم. ما دریافتیم میزان بالای p-Tau می تواند پیش بینی کننده مشکلات شناختی در سنین بالاتر باشد.»

چکیده بخشی از مقالات فصلنامه روانشناسی سلامت:

ترس از پیشرفت بیماری در بیماران مبتلا به سرطان و مولتیپل اسکلروزیس و رابطه آن با مشکلات

عاطفی

مقاله ۸، دوره ۶، شماره ۲۲، تابستان ۱۳۹۶، صفحه ۱۱۵-۱۳۰ XML اصل مقاله (K ۷۲۶)

نوع مقاله: علمی - پژوهشی

نویسندگان

سیده فاطمه منافی^۱؛ غلامرضا دهشیری^۲

^۱کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه الزهراء،

^۲استادیار روانشناسی دانشگاه الزهراء

چکیده

مقدمه: ترس از پیشرفت بیماری از مشکلات رایج و دلایل اصلی پریشانی در بیماری‌های مزمن می‌باشد. این ترس می‌تواند اثرات مخربی از جمله مشکلات عاطفی بر بیماران مبتلا به بیماری‌های جسمی مزمن اعمال کند. هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه ترس از پیشرفت بیماری با اضطراب، استرس و افسردگی در بین بیماران ام اس و سرطان بود. روش: نمونه پژوهش مشتمل بر ۲۱۲ بیمار زن مبتلا به ام اس و سرطان بود که با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه ترس از پیشرفت و مقیاس اضطراب، استرس و افسردگی بود. یافته‌ها: نتایج نشان داد که ترس از پیشرفت با اضطراب، استرس و افسردگی رابطه مثبت و معناداری دارد. در مجموع نتایج این تحلیل نشان داد که مدل مورد آزمون ۰/۴۸ درصد واریانس متغیر مشکلات عاطفی را تبیین می‌نماید. از دیگر یافته‌های این تحقیق این بود که ترس از پیشرفت بیماری در بیماران سرطانی بیشتر از بیماران ام اس می‌باشد. نتیجه‌گیری: بنابراین در راستای اداره و برنامه ریزی مراقبت‌های بهداشتی بیماری‌های مزمن از جمله ام اس و سرطان توجه به ترس از پیشرفت بیماری در این بیماران حائز اهمیت می‌باشد.

آدرس انجمن:

کریمخان - خیابان استاد نجات الهی - نبش کوچه سپند - دانشگاه پیام نور واحد آموزش -

طبقه ۳ - اتاق ۳۰۴

www.Healthpsychology.ir

health psychologysociety@gmail.com

88807589

وب سایت انجمن

آدرس پست الکترونیک

شماره تماس: