Original Article

Military Caring Sciences

Volume 8, Issue 2, Summer 2021 (Serial Number: 28)

The Relationship between Fear of Sleep and Death Anxiety in Veterans of Post-Traumatic Stress Disorder

Ranjbar. N[1]

Khedmatgozari. A[2]

*Sadeghigolafshanl. M[3]

Farhadi. S[4]

Hojjati. H[5]

1- MSc in Nursing, Instructor, Nursing Department, Urmia Branch, Islamic Azad University, Urmia, Iran.

2- BSc in Nursing, Nursing Department, Aliabad Katoul Branch, Islamic Azad University, Aliabad Katoul, Iran.

*3- (*Corresponding Author) MSc in Nursing, Razi Hospital, Mazandaran University Medical Sciences, Ghaemshahr, Iran. Email: maedeh.sadeghigolafshani@yahoo.com*

4- MSc in Nursing, Instructor, Nursing Department, Aliabad Katoul Branch, Islamic Azad University, Aliabad Katoul, Iran.

5- Ph.D. in Nursing, Assistant Professor, Nursing Department, Aliabad Katoul Branch, Islamic Azad University, Aliabad Katoul, Iran.

Abstract

Introduction: Fear of sleep is one of the disorders of veterans suffering from post-traumatic stress disorder.

Objective: Due to the importance of investigating the factors related to sleep fear, the present study was conducted to investigate the relationship between sleep fear and death anxiety in veterans with post-traumatic stress disorder.

Material and Methods: This descriptive correlational study was performed on 125 veterans of post-traumatic stress disorder in Golestan province in 2020. The sampling method of this study is the census. Data collection tools are Sleep Inventory-Short Form (FOSI-SF) and Templer Death Anxiety Questionnaire. The collected information were analyzed with statistical software SPSS 21 and Kruskal-Wallis test and Spearman correlation coefficient tests were used to analyze data.

Results: The rate of fear of sleep was 47.52±14.27 and the rate of death anxiety was 9.69±2.56. Spearman correlation coefficient test showed a significant relationship (P = 0.002, r = -0.27). So that increasing the fear of sleep increases the level of death anxiety.

Discussion and Conclusion: The results of this study showed that by reducing the fear of sleep, the rate of death anxiety decreases. Therefore, it is necessary to pay more attention to the sleep health of veterans suffering from post-traumatic stress.

Keywords: Death Anxiety, Fear of Sleep, Post-Traumatic Stress

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.52547/mcs.8.2.101]

Ranjbar N, Khedmatgozari A, Sadeghigolafshanl M, Farhadi S, Hojjati H. The Relationship between Fear of Sleep and Death Anxiety in Veterans of Post-Traumatic Stress Disorder. Military Caring Sciences. 2021; 8 (2). 101-108.

Submission: 9/1/2021 Accepted: 15/4/2021 Published: 16/10/2021

ارتباط ترس از خواب با اضطراب مرگ در جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه جنگی

نگار رنجبر[1]، علی خدمتگزار[2]، *مائده صادقی گل افشانی[3]، سکینه فرهادی[4]، حمید حجتی[5]

چکیده

مقدمه: ترس از خواب یکی از اختلالات جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه جنگی می‌باشد.

هدف: با توجه به اهمیت بررسی عوامل مرتبط با ترس از خواب، مطالعه حاضر با هدف بررسی ارتباط ترس ازخواب با اضطراب مرگ در جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه جنگی انجام گرفت.

مواد روش‌ها: این مطالعه توصیفی همبستگی بر روی ۱۲۵ نفر از جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه جنگی استان گلستان در سال ۱۳۹۸ انجام شد. روش نمونه‌گیری این مطالعه سرشماری می‌باشد. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه ترس از خواب Sleep Inventory-Short Form (FOSI-SF) و پرسشنامه اضطراب مرگ تمپلر (Tmpler) می‌باشد. اطلاعات بعد از جمع‌آوری با نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۱ آزمون آماری (ضریب همبستگی اسپیرمن و آزمون کروسکال والیس) تجزیه تحلیل شد.

یافته‌ها: میزان ترس از خواب ۱۴/۲۷±۴۷/۵۲ و میزان اضطراب مرگ ۲/۵۶±۹/۶۹ بود. آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن ارتباط معنی‌داری را نشان داد (P =۰/۰۰۲، r =۰/۲۷). طوری که با افزایش ترس از خواب میزان اضطراب مرگ افزایش پیدا می‌کرد.

بحث و نتیجه‌گیری: نتایج این مطالعه نشان داد با کاهش ترس از خواب میزان اضطراب مرگ کاهش پیدا می‌نماید. لذا، ضرورت دارد به بهداشت خواب جانبازان مبتلا به استرس پس از سانحه توجه بیشتری شود.

کلمات کلیدی: استرس پس از سانحه جنگی، اضطراب مرگ، ترس از خواب

مجله علوم مراقبتی نظامی ■ سال هشتم ■ شماره ۲ ■ تابستان ۱۴۰۰ ■ شماره مسلسل ۲۸ ■ صفحات ۱۰۱-۱۰۸

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱۰/۲۰
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱/۲۶
تاریخ انتشار: ۱۴۰۰/۷/۲۴

مقدمه

اختلال استرس پس از سانحه یک پاسخ روانی در برابر یک استرس شدید می‌باشد (۱). جنگ به عنوان یکی از مهم‌ترین علل بروز این اختلال به شمار می‌آید (۲). شیوع اختلال استرس پس از سانحه در مردم عادی ۸-۴ درصد و در سربازان نظامی ۲۵-۹ درصد می‌باشد (۳). در ایران نیز فراوانی این اختلال در پرسنل نظامی ۱۴/۹ درصد گزارش شده است (۴). لذا، از این اختلال به عنوان زخم نامرئی جنگ یاد می‌شود (۵). حدود ۴۰ درصد از افرادی که مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه جنگ می‌شوند. به مرور به سمت مزمن شدن می‌روند. بیش از یک سوم افراد علائم را ۱۰ سال بعد نشان می‌دهند (۲، ۵).

استرس‌های ناشی از این اختلال موجب بروز تجارب منفی در زندگی به همراه کاهش کیفیت زندگی و اختلال در عملکرد روزانه جانبازان می‌شود (۶). گاهی مشکلات روانی ناشی از جنگ ممکن است

۱ـ کارشناس ارشد پرستاری، مربی، گروه پرستاری، واحد ارومیه، دانشگاه آزاد اسلامی، ارومیه، ایران.
۲ـ کارشناس پرستاری، گروه پرستاری، واحد علی آباد کتول، دانشگاه آزاد اسلامی، علی آباد کتول، ایران.
۳ـ کارشناسی ارشد پرستاری سالمندی، بیمارستان رازی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، قائمشهر، ایران (* نویسنده مسئول).
آدرس الکترونیک: maedeh.sadeghigolafshani@yahoo.com
۴ـ کارشناس ارشد پرستاری، مربی، گروه پرستاری، واحد علی آباد کتول، دانشگاه آزاد اسلامی، علی آباد کتول، ایران.
۵ـ دکترای پرستاری، استادیار، گروه پرستاری، واحد علی آباد کتول، دانشگاه آزاد اسلامی، علی آباد کتول، ایران.

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.52547/mcs.8.2.101]

عوارض ناشی از آسیب را بیش از سه دهه بعد از جنگ نشان دهد (۷). اختلال خواب از جمله اصلی‌ترین مشکلات، جانبازان اختلال استرس پس از سانحه جنگی می‌باشد (۸). از میان انواع اختلالات خواب، کابوس‌های شبانه یکی از رایج‌ترین عوارض ابتلا به اختلال استرس پس از سانحه می‌باشد (۹). این کابوس‌ها موجب از جا پریدن حین خواب، ترس از خواب و وحشت شبانه می‌گردد (۷). زیرا یادآوری خاطرات و استرس‌های روزمره موجب بروز کابوس‌های شبانه و ترس از به خواب رفتن و خواب‌های سبک و منقطع در جانبازان می‌گردد (۱۰، ۱۱). ترس از خواب در حدود ۷۰-۵۰ درصد جانبازان اختلال استرس پس از سانحه مشاهده شده است (۱۲). ترس از خواب موجب بروز بی‌خوابی و کاهش کیفیت خواب و بروز مشکلات روانشناختی در جانبازان می‌گردد (۱۱).

یکی از واکنش‌های روانشناختی ناشی از ترس از خواب، اضطراب مرگ می‌باشد (۱۳). اضطراب مرگ به عنوان یک مفهوم چندبعدی است که اغلب به عنوان ترس از مردن خود و دیگران تعریف شده است. اغلب احساس ترس از مرگ موجب یک دلهره شدید در افراد می‌گردد (۱۴). از آنجایی که مرگ هرگز توسط افراد تجربه نشده است. کسی آن را واضح لمس ننموده است. تمامی انسان‌ها حالت اضطراب و ترس از مرگ را به همراه دارند (۱۵). در صورت تشدید حالات اضطراب مرگ واکنش‌های روانشناختی نظیر ناامیدی و افسردگی در بیماران رخ می‌دهد (۱۶). اضطراب مرگ به عنوان یکی از علائم اختلال استرس پس از سانحه در صورت مزمن شدن موجب بروز واکنش‌ها و هیجانات منفی در جانبازان می‌گردد (۱۳). در مطالعه‌ای نشان داده شد بین شدت اضطراب مرگ و شدت بیماری و کاهش کیفیت درمان در بیماران ارتباط وجود دارد (۱۷). ترس و کابوس‌های حین خواب موجب بروز اضطراب و ترس از مردن در افراد می‌گردد (۱۸). با توجه به اهمیت اختلالات خواب در تشدید مشکلات روانشناختی نظیر اضطراب و پریشانی در جانبازان و ماهیت مزمن اختلال استرس پس از سانحه جنگی که گاهی علائم و عوارض سه دهه بعد از سانحه بروز می‌نماید (۸) و نظر به اینکه تاکنون در کشور ما مطالعه‌ای مشابه با این پژوهش انجام نشده است. به همین دلیل پژوهشگر در این مطالعه به بررسی ارتباط ترس از خواب با اضطراب مرگ در جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه پرداخت.

مواد و روش‌ها

این مطالعه توصیفی همبستگی بر روی ۱۲۵ جانباز استرس پس از سانحه جنگ در سال ۱۳۹۸ انجام شد. محیط این پژوهش بنیاد شهید گرگان و علی آباد کتول، همچنین ستاد شاهد و ایثارگران دانشگاه آزاد اسلامی بود. روش نمونه‌گیری به صورت غیر تصادفی و از بین جانبازانی که تمایل به شرکت در این مطالعه را داشتند صورت گرفت. حجم نمونه این مطالعه بر اساس نرم‌افزار آماری G*Power و بر اساس مطالعه دهداری و همکاران با توان آزمون ۸۰ درصد، ضریب همبستگی r=۰/۲۲، سطح معنی‌داری ۰/۰۵ و فاصله اطمینان ۹۵ درصد به تعداد ۱۲۵ نفر محاسبه شد (۱۹). شرایط ورود به این مطالعه جانبازان با تشخیص اختلال استرس پس از سانحه جنگی و دارای پرونده پزشکی با تشخیص درصد جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه جنگی در بنیاد شهید استان و شهر (گرگان و علی‌آباد کتول)، فاقد سابقه بستری در بخش روان به دلیل مشکلات سوء مصرف مواد یا اختلالات سایکوتیک، دارای سابقه ابتلا به اختلال استرس پس از سانحه جنگ عدم وجود سابقه سایر جانبازی‌ها نظیر قطع عضو، سابقه شیمیایی و دارای درصد جانبازی بالای ۲۵ درصد بودند. معیارهای خروج از این مطالعه شامل انصراف از تکمیل پرسشنامه به دلیل شرایط روحی بود که در این مطالعه تمامی جانبازان به سؤالات پاسخ دادند.

ابزار گردآوری داده‌ها در این مطالعه، پرسشنامه ترس از خواب Fear of Sleep Inventory-Short Form (FOSI-SF) بود. این پرسشنامه در سال ۲۰۱۴ توسط پروکسما (Pruiksma) مخصوص جانبازان مبتلا اختلال استرس پس از سانحه جنگ طراحی شد. این پرسشنامه ۲۳ سؤالی بر اساس مقیاس لیکرت ۵ گزینه‌ای تقریباً هر شب، چندین بار در طول هفته، ۱ یا ۲ بار در هفته، در طول ماه خیلی کم و هرگز نمره‌گذاری شد. نمرات این پرسشنامه بین ۹۲ تا ۰ بود. نمره بالا نشان‌دهنده ترس از خوب بالا می‌باشد (۱۲). پایایی این پرسشنامه با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و همچنین ضریب همبستگی (P =۰/۸) و روایی آن با روش روایی همگرا (P =۰/۰۱) مورد تائید قرار گرفت (۱۲). همچنین در مطالعه درکسل (Drexl) در سال ۲۰۱۹ پایایی این پرسشنامه با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ مورد تائید قرار گرفت (۱۸). در ایران نیز توسط پژوهشگران این مطالعه، بعد از کسب رضایت کتبی از طریق ایمیل از نویسنده اصلی

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-12]
[DOI: 10.52547/mcs.8.2.101]

این پرسشنامه و ترجمه آن و تائید روایی محتوی و صوری آن، توسط ۱۰ تن از اعضای هیئت علمی دانشگاه با تخصص (دکترای پرستاری، دکترای روانشناسی و روان‌پزشک) پایایی آن بر روی ۱۰ نفر با روش آزمون مجدد با ضریب همبستگی r =۰/۸۶ و همچنین همبستگی درونی آن با ضریب آلفای کرونباخ r=۰/۸۷ مورد تائید قرار گرفت. ابزار دوم در این مطالعه پرسشنامه اضطراب مرگ تمپلر (Templer Death Anxiety Scale) می‌باشد. پرسشنامه اضطراب مرگ تمپلر توسط پروفسور دونالد تمپلر در سال ۱۹۷۰ طراحی شده و در حدود ۴۰ سال است که از آن به عنوان پرسشنامه معتبر برای اندازه‌گیری اضطراب مرگ استفاده می‌شود (۲۰). روایی و پایایی آن در کشورها و مقالات مختلف تائید شده است. این پرسشنامه شامل ۱۵ آیتم با گزینه صحیح و غلط است که در مورد ۹ آیتم از ۱۵ آیتم به انتخاب پاسخ صحیح امتیاز یک و در مورد ۶ آیتم به انتخاب گزینه غلط، امتیاز یک تعلق می‌گیرد. جمع امتیازات پرسشنامه از دامنه ۰ تا ۱۵ می‌باشد که امتیاز بالاتر نشان‌دهنده اضطراب مرگ بالاتر است (۲۱). پایایی این پرسشنامه در مطالعه زاهدی و همکاران با روش کودر ریچاردسون (Richardson Kuder) با ضریب همبستگی ۰/۸۳ مورد تائید قرار گرفت (۲۲).

داده‌ها بعد از جمع‌آوری وارد نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۱۶ شد. توسط آمار توصیفی (جداول، میانگین و انحراف معیار) و بعد از مشخص شدن نرمال نمودن داده‌ها توسط آزمون کولموگروف (Kolmogorov) با آمار استنباطی ضریب همبستگی اسپیرمن (Spearman Correlation) و آزمون کروسکال والیس (Kruskal Wallis) در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ تجزیه و تحلیل شد. این پژوهش در کمیته اخلاق زیستی دانشگاه آزاد اسلامی واحد چالوس با کد اخلاق به شماره IR.IAU.CHALUS.REC.۱۳۹۸.۰۰۳ تصویب گردید. قبل از شروع مطالعه محقق ضمن توضیح اهداف پژوهش و تأکید بر محرمانه ماندن اطلاعات و بی‌خطر بودن این مطالعه رضایت کتبی از واحدهای پژوهش اخذ شد. همچنین به تمامی شرکت کنندگان در این مطالعه اطمینان داده شد که هر زمان خواستند می‌توانند از مطالعه خارج شوند.

یافته‌ها

در این مطالعه ۱۲۵ نفر از جانبازان شرکت داشتند. میانگین سن

جدول ۱ - ارتباط ترس از خواب با مشخصات جمعیت شناختی جانبازان اختلال استرس پس از سانحه

متغیرهای جمعیت شناختی ترس خواب		تعداد	میانگین (انحراف معیار)	سطح معناداری*
سن	۵۹-۵۰	۵۵	۴۷/۹۱ (۱۵/۱۷)	P = ۰/۹۱
	۶۹-۶۰	۲۲	۴۶/۷۷ (۱۱/۷۹)	
	۸۰-۷۰	۱۸	۴۴/۸۷ (۹/۵۶)	
تعداد فرزندان	۰	۵	۴۷/۸ (۲۲/۰۷)	P = ۰/۴۲
	۱-۲	۵۸	۴۵/۲ (۱۱/۷۲)	
	۳-۴	۵۷	۴۸/۶۱ (۱۵/۱)	
	بالای ۵	۵	۶۱/۲ (۱۸/۴۵)	
تحصیلات	ابتدایی	۱۴	۴۲/۰۷ (۱۲/۵)	P = ۰/۸۱
	متوسطه	۱۸	۴۷/۹۲ (۱۴/۹۱)	
	دیپلم	۱۶	۵۰ (۱۴/۴۲)	
	فوق دیپلم	۲۹	۴۹/۳۱ (۱۵/۱۷)	
	لیسانس	۳۴	۴۶/۵۲ (۱۴/۲۸)	
	فوق/دکتری	۱۴	۴۶/۲۵ (۱۴/۴)	
شغل	بازنشسته	۴۳	۴۳/۶۵ (۱۴/۶۲)	P=۰/۰۰۱
	کارمند	۶۲	۴۶/۳۱ (۱۳/۸)	
	آزاد	۲۰	۵۸/۱۷ (۱۲/۰۴)	

*کروسکال والیس

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.52547/mcs.8.2.101]

واحدهای پژوهش ۶/۴۲±۵۷/۱۸ سال و میانگین تعداد فرزندان ۱/۶±۲/۷۴ فرزند و از نظر تحصیلات بیشترین درصد ۲۷/۲ درصد (۳۴ نفر) لیسانس و از نظر شغل ۴۶/۶ درصد (۶۲ نفر) کارمند بودند. میانگین امتیاز ترس از خواب ۱۴/۲۷±۴۷/۵۲ و میزان اضطراب مرگ ۲/۵۶±۹/۶۹ بود. آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن ارتباط معنی‌داری را بین ترس از خواب و اضطراب مرگ نشان داد (P =۰/۰۰۲، r =۰/۲۷) به طوری که با افزایش ترس از خواب میزان اضطراب مرگ افزایش می‌یافت.

آزمون آماری کروسکال والیس ارتباط معناداری بین ترس از خواب با سن جانبازان (P=۰/۹۱)، تحصیلات (P=۰/۸۱)، تعداد فرزندان (P=۰/۴۲) را نشان نداد؛ اما این آزمون بین ترس از خواب با شغل اختلاف معنی‌داری را نشان داد (P=۰/۰۰۱) طوری که میزان ترس از خواب در افراد با شغل آزاد بیشتر بود. (جدول ۱)

آزمون آماری کروسکال والیس بین اضطراب مرگ با شغل جانبازان (P=۰/۳۵)، تحصیلات جانبازان (P=۰/۰۶)، تعداد فرزندان (P=۰/۳۹) اختلاف معنی‌داری را نشان نداد. ولی این آزمون بین اضطراب مرگ با سن جانباز اختلاف معنی‌داری را نشان داد (P=۰/۰۴۸) طوری که میزان اضطراب مرگ در جانبازان با سن پایین‌تر بیشتر بود. (جدول ۲)

بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف تعیین ارتباط ترس از خواب با اضطراب مرگ جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه جنگ انجام شد. نتایج یک مطالعه حاکی از آن بود اغلب جانبازانی که کابوس‌های شبانه بیشتری دارند میزان ترس از خواب در آن‌ها بیشتر می‌باشد (۱۲). اغلب تکرار حوادث ناگوار موجب ترس از خواب و بی‌خوابی در جانبازان می‌گردد (۱۱). ساکونی (Saconi) در مطالعه خود نشان داد میزان آشفتگی و ترس از خواب در سربازان بازگشته از جنگ بسیار بالاتر می‌باشد (۸). همچنین نتایج آماری نشان داد افزایش ترس از خواب موجب افزایش اضطراب مرگ در جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه می‌گردد. نتایج مطالعه‌ای نشان داد ترس از خواب موجب تشدید مشکلات روان‌شناختی نظیر ترس و اضطراب می‌گردد (۱۸). زیرا کاهش کیفیت خواب موجب کاهش سلامت روان، بروز اختلالات خلقی و کاهش عملکرد

جدول ۲ - ارتباط اضطراب مرگ با مشخصات جمعیت شناختی جانبازان اختلال استرس پس از سانحه

متغیرهای جمعیت شناختی	اضطراب مرگ	تعداد	میانگین (انحراف معیار)	سطح معناداری*
سن	۵۹-۵۰	۵۵	۹/۹۷ (۲/۲۶)	P = ۰/۰۴۸
	۶۹-۶۰	۲۲	۸/۳۶ (۲/۹۶)	
	۸۰-۷۰	۱۸	۱۰/۰۱ (۳/۷)	
تعداد فرزندان	۰	۵	۸/۱۹ (۱/۶۲)	P = ۰/۳۹
	۲-۱	۵۸	۹/۴۶ (۲/۲۵)	
	۴-۳	۵۷	۱۰/۰۵ (۲/۶۸)	
	بالای ۵	۵	۸/۲۱ (۲/۶۸)	
تحصیلات	ابتدایی	۱۴	۹/۴۴ (۲/۲۷)	P = ۰/۰۶
	متوسطه	۱۸	۱۱/۴۴ (۲/۲۲)	
	دیپلم	۱۶	۹/۴۳ (۲/۸۲)	
	فوق دیپلم	۲۹	۸/۹۳ (۲/۵۳)	
	لیسانس	۳۴	۱۰/۰۲ (۲/۲۶)	
	فوق/دکتری	۱۴	۹/۱۱ (۲/۲۲)	
شغل	بازنشسته	۴۳	۹/۴۴ (۲/۶۱)	P = ۰/۳۴
	کارمند	۶۲	۱۰/۰۶ (۲/۳۱)	
	آزاد	۲۰	۹/۱۱ (۲/۲۱)	

* آزمون کروسکال والیس

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-12]
[DOI: 10.52547/mcs.8.2.101]

شناختی می‌شود (۲۳، ۲۴). لذا، می‌توان گفت اضطراب مرگ و اختلال ترس از خواب از علائم اختلال استرس پس از سانحه جنگی می‌باشد که نقش مهمی در کاهش سلامت سربازان بازگشته از جنگ دارد (۲۵، ۲۶). گاهی استرس و ترس از خواب آن قدر در جانبازان اختلال استرس پس از سانحه شدید است که موجب رنج و ناراحتی زیادی در آن‌ها می‌گردد (۲۷). اغلب تداوم علائم ترس از خواب در جانبازان موجب تشدید استرس می‌گردد (۱۰، ۲۸). زیرا به دلیل ماهیت مزمن این بیماری و تکرار خاطرات و استرس‌های ناشی از جنگ جانبازان دچار اختلال در کیفیت خواب و بروز پیامدهای روانشناختی نظیر ترس و استرس می‌شوند (۷). اختلال در تمرکز و تحریک‌پذیری به عنوان یکی از پیامدهای روانی اختلال خواب در جانبازان می‌باشد که موجب اختلال در کیفیت زندگی آن‌ها می‌گردد (۲۹).

نتایج این مطالعه بین ترس از خواب با شغل ارتباط معنی‌داری را نشان داد. طوری که میزان ترس از خواب در جانبازان با شغل آزاد بیشتر بود. جانبازان با اختلال استرس پس از سانحه جنگی به دلیل سطح بالای استرس‌ها دچار محدودیت‌های و مشکلات شغلی می‌باشد که این مسئله می‌تواند به دلیل نقص در روابط بین فردی و عدم تحمل استرس‌ها باشد (۳۰). لذا، می‌توان گفت به دلیل فشارهای شغلی بیشتر در کار آزاد و پایین بودن آستانه تحمل در جانبازان مشکلات شغلی و به دنبال آن استرس‌های شغلی بیشتر می‌باشد که این مسئله نقش مهمی در افزایش استرس و بی‌خوابی در جانبازان دارد (۲۹).

همچنین نتایج این مطالعه بین اضطراب مرگ با سن جانبازان اختلاف معنی‌داری را نشان داد. طوری که میزان اضطراب مرگ در جانبازان با سن بالاتر، کمتر بود. مطالعات مشابه نشان داد میزان اضطراب مرگ در افراد مسن‌تر کمتر از افراد با سن پایین‌تر می‌باشد (۱۵). زیرا با افزایش سن میزان حمایت‌های اجتماعی بیشتر می‌شود. همچنین به مرور قدرت سازگاری جانبازان با استرس‌ها ممکن است بیشتر شود (۳، ۳۱). در مجموع می‌توان گفت از آنجایی که کیفیت خواب نقش مهمی در سلامتی، نشاط، افزایش طول عمر انسان و کاهش استرس و اضطراب دارد (۲۳) آموزش بهداشت خواب موجب تغییرات مثبت رفتاری و حفظ آرامش درونی و بهبود کیفیت خواب جانبازان می‌گردد (۱۰). لذا، آموزش بهداشت خواب و مراقبت‌های پرستاری در جهت تسریع در کیفیت خواب موجب افزایش سلامت روان می‌گردد (۲۹). از محدودیت‌های این مطالعه دسترسی به واحدهای پژوهش بود که محقق برای حل این مشکل هم‌زمان با طرح پایش سلامت جانبازان و خانواده‌های آن‌ها که با همکاری بنیاد شهید و هلال احمر برگزار شد به واحدهای پژوهش دسترسی پیدا نمود.

نتایج مطالعه حاضر نشان داد ترس از خواب موجب کاهش اضطراب مرگ در جانبازان با اختلال استرس پس از سانحه می‌گردد. لذا، از آنجایی که اختلالات خواب به خصوص ترس از خواب و کابوس‌های شبانه از علائم رایج استرس پس از سانحه می‌باشد، این اختلال موجب کاهش سلامت روان و افزایش اضطراب می‌گردد. بر همین اساس لازم است مراقبین بهداشتی به اهمیت آموزش بهداشت خواب توجه ویژه‌ای داشته باشند.

تشکر و قدردانی

این مطالعه ماحصل طرح تحقیقاتی مصوب دانشکده علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علی آباد کتول به شماره تصویب ۲۱۵۷۹ مورخ ۹۷/۱۲/۱۸ دانشگاه آزاد اسلامی واحد چالوس می‌باشد. پژوهشگران این مطالعه بر خود لازم می‌دانند از همکاری مسئولین بنیاد شهید و ایثارگران و همچنین جانبازان شرکت کننده در این مطالعه تشکر و قدردانی می‌گردد.

تضاد منافع

بدین وسیله نویسندگان تصریح می‌نمایند که هیچ گونه تضاد منافعی در خصوص پژوهش حاضر وجود ندارد.

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.52547/mcs.8.2.101]

References

1- Sarbanan A, Alimohammadzadeh K, Hojjati H. Relationship between self-efficacy and perceived stress in spouses of veterans with post-traumatic stress disorder. Military Caring Sciences. 2017; 4(2): 102-10. http://dx.doi.org/10.29252/mcs.4.2.102

2- Hojjati H, Habibi K, Alimohammadzadeh K. Effectiveness of reality therapy on empathy of the spouses of veterans with post-traumatic stress disorder. Military Caring Sciences. 2020;7(1):1-7. http://dx.doi.org/10.29252/mcs.7.1.1

3- Aloustani S, Bekmaz K, Sadeghloo A, Hojjati H. The comparison of social support against the life quality of The spinal cord injury under stress. Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology. 2020. http://dx.doi.org/10.37506/ijfmt.v14i2.3221

4- Hamzeh M, Hojjati H, Akhondzadeh G. The relationship between post-secondary stress and academic motivation in the children of veterans of mazandaran province. Military Caring Sciences. 2020; 7(3): 207-14. http://dx.doi.org/10.29252/mcs.7.3.207

5- Habibi K, Alimohammadzadeh K, Hojjati H. The effect of group reality therapy on the coping of spouses of veterans with post-traumatic stress disorder. Journal of Health Promotion Managment. 2018; 6(6): 1-7. http://dx.doi.org/10.21859/jhpm-07041

6- Meshkinyazd A, Heydari A. The effectiveness of group logo-therapy training on the quality of life of spouses of veterans with post-traumatic stress disorder. Journal of military medicine. 2020; 22(8): 829-36.

7- Hojjati H, Ebadi A, Akhoondzadeh G, Zarea K, Sirati M, Heravi M, et al. Sleep quality in spouses of war veterans with post-traumatic stress: A qualitative study. Military Caring Sciences. 2017; 4(1): 1-9. http://dx.doi.org/10.29252/mcs.4.1.1

8- Saconi B, Polomano RC, Compton PC, McPhillips MV, Kuna ST, Sawyer AM. The influence of sleep disturbances and sleep disorders on pain outcomes among veterans: A systematic scoping review. Sleep Med Rev. 2021; 56: 101411. http://dx.doi.org/10.1016/j.smrv.2020.101411 http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/33348172

9- Raskind MA, Peskind ER, Chow B, Harris C, Davis-Karim A, Holmes HA, et al. Trial of prazosin for post-traumatic stress disorder in military veterans. N Engl J Med. 2018; 378 (6): 507-17. http://dx.doi.org/10.1056/NEJMoa1507598 http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29414272

10- Mohamadi S, Hojjati H. The effect of continuous care model on sleep quality in veterans with post-traumatic stress disorder referred to psychiatric clinics of Alborz province. Journal of Military Medicine. 2019; 21(4): 418-24.

11- Werner GG, Riemann D, Ehring T. Fear of sleep and trauma-induced insomnia: A review and conceptual model. Sleep Med Rev. 2021;55:101383. http://dx.doi.org/10.1016/j.smrv.2020.101383 http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32992229

12- Pruiksma KE, Taylor DJ, Ruggero C, Boals A, Davis JL, Cranston C, et al. A psychometric study of the Fear of Sleep Inventory-Short Form (FoSI-SF). J Clin Sleep Med. 2014; 10(5): 551-8. http://dx.doi.org/10.5664/jcsm.3710 http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24812541

13- Hamama-Raz Y, Mahat-Shamir M, Pitcho-Prelorentzos S, Zaken A, David UY, Ben-Ezra M, et al. The link between death anxiety and post-traumatic symptomatology during terror: Direct links and possible moderators. Psychiatry Res. 2016; 245: 379-86. http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2016.08.059 http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27591947

14- Dadgari F, Rouhi M, Farsi Z. Death anxiety in nurses working in critical care units of Aja hospitals. Military Caring Sciences. 2015; 2(3): 150-7. http://dx.doi.org/10.18869/acadpub.mcs.2.3.150

15- Salehi F, Mohsenzade F, Arefi M, Salehi Zahabi S, Amirifard N. Death anxiety in patients with cancer in kermanshah. Iranian Journal of Cancer Care. 2019; 1(1): 24-9. http://dx.doi.org/10.29252/ijca.1.1.24

16- Mavrogiorgou P, Haller K, Juckel G. Death anxiety and attitude to death in patients with schizophrenia and depression. Psychiatry Res. 2020; 290: 113148. http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113148 http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32497968

17- Eggen AC, Reyners AKL, Shen G, Bosma I, Jalving M, Leighl NB, et al. Death anxiety in patients with metastatic non-small cell lung cancer with and without brain metastases. J Pain Symptom Manage. 2020; 60(2): 422-9 e1. http://dx.doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.02.023 http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32145337

18- Drexl K, Kunze AE, Werner GG. The german version of the fear of sleep inventory - short form: A psychometric study. European Journal of Trauma & Dissociation. 2019; 3(4): 221-8. http://dx.doi.org/10.1016/j.ejtd.2019.05.004

19- Dehdari T, Taatti R, Chaboksavar F. The relationship between sleep quality and psychological condition in college students. Rahavard Salamat Journal. 2016; 2(1): 1-9.

20- Templer DI, Awadalla A, Al-Fayez G, Frazee J, Bassman L, Connelly HJ, et al. Construction of a death anxiety scale–extended. OMEGA - Journal of Death and Dying. 2016; 53(3): 209-26. http://dx.doi.org/10.2190/bqfp-9uln-nuly-4jdr

21- Ranjbar Hajabadi N, Ebrahimi R, Farhadi S, Hamid H, Tabrs M. The relationship between frequency of prayer and death anxiety in cancer patients. Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology. 2020. http://dx.doi.org/10.37506/ijfmt.v14i3.10748

22- Zahedi Bidgol Z, Tagharrobi Z, Sooki Z, Sharifi K. Death anxiety and its predictors among older adults. Journal of Holistic Nursing and Midwifery. 2020: 101-10. http://dx.doi.org/10/32598/jhnm.30.2.101

23- Jafari A, Heidari-soureshjani R, Zarea K. Investigation of relationship between sleep quality and stress, anxiety and depression among students in the shoushtar faculty of medical sciences. Educational Development of Judishapur .2018; 9(3):197-205.

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.52547/mcs.8.2.101]

24- Farzaneh F, Momayyezi M, Lotfi MH. Relationship between quality of sleep and mental health in female students of Shahid Sadoughi University of medical sciences (2015). Journal of Fundamentals of Mental Health. 2018; 20(2): 167-71.

25- Russell DW, Cohen GH, Gifford R, Fullerton CS, Ursano RJ, Galea S. Mental health among a nationally representative sample of united states military reserve component personnel. soc psychiatry psychiatr epidemiol. 2015; 50(4): 639-51. http://dx.doi.org/10.1007/s00127-014-0981-2 http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25421591

26- Hoelterhoff M, Chung MC. Self-efficacy as an agentic protective factor against death anxiety in PTSD and psychiatric co-morbidity. Psychiatr Q. 2020; 91(1): 165-81. http://dx.doi.org/10/1007s11126-019-09694-5 http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31802409

27- Bosch J, Weaver TL, Neylan TC, Herbst E, McCaslin SE. Impact of engagement in exercise on sleep quality among veterans with posttraumatic stress disorder symptoms. Mil Med. 2017;182(9):e1745-e50. http://dx.doi.org/10.7205/MILMED-D-16-00385 http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28885931

28- Waits A, Tang YR, Cheng HM, Tai CJ, Chien LY. Acupressure effect on sleep quality: A systematic review and meta-analysis. Sleep Med Rev. 2018; 37: 24-34. http://dx.doi.org/10.1016/j.smrv.2016.12.004 http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28089414

29- Taheri Tanjani P, Khodabakhshi H, Etemad K, Mohammadi M. Effect of sleep hygiene education on sleep quality and general health of elderly women with sleep disorders living in Birjand City, Iran, in 2016. Iranian Journal of Ageing. 2019; 14(2): 248-59.

30- Ebadi A, Fallahi Khoshknab M, Tavallaie A. Consequences of living with posttraumatic stress disorder: A qualitative study. Journal of Qualitative Research in Health Sciences. 2012; 1(2): 92-101.

31- Hojjati H, Ebadi A, Zare K, Akoundzadeh G, Alostani J, Nouhi E. Relationship between social support and quality of life dimensions of spouses of veterans with posttraumatic stress disorder. 2017.

[Downloaded from mcs.ajaums.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.52547/mcs.8.2.101]