

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

Ranjbar. N¹

Khedmatgozari. A²

*Sadeghigolafshanl. M³

Farhadi. S⁴

Hojjati. H⁵

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

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

نگار رنجبر^۱، علی خدمتگزار^۲، *مائه صادقی گل افشانی^۳، سکینه فرهادی^۴، حمید حجتی^۵

چکیده

مقدمه: ترس از خواب یکی از اختلالات جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه جنگی می باشد. **هدف:** با توجه به اهمیت بررسی عوامل مرتبط با ترس از خواب، مطالعه حاضر با هدف بررسی ارتباط ترس از خواب با اضطراب مرگ در جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه جنگی انجام گرفت. **مواد روش ها:** 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 نمونه گیری این مطالعه سرشماری می باشد. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه ترس از خواب (FOSI-SF) و پرسشنامه اضطراب مرگ تمپلر (Tmpler) می باشد. اطلاعات بعد از جمع آوری با نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۱ آزمون آماری (ضریب همبستگی اسپیرمن و آزمون کروسکال والیس) تجزیه تحلیل شد. **یافته ها:** میزان ترس از خواب $47/52 \pm 14/27$ و میزان اضطراب مرگ $9/69 \pm 2/56$ بود. آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن ارتباط معنی داری را نشان داد ($r = 0/27$, $P = 0/002$). طوری که با افزایش ترس از خواب میزان اضطراب مرگ افزایش پیدا می کرد. **بحث و نتیجه گیری:** نتایج این مطالعه نشان داد با کاهش ترس از خواب میزان اضطراب مرگ کاهش پیدا می نماید. 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

زخم نامرئی جنگ یاد می شود (۵). حدود ۴۰ درصد از افرادی که مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه جنگ می شوند. به مرور به سمت مزمن شدن می روند. بیش از یک سوم افراد علائم را ۱۰ سال بعد نشان می دهند (۲، ۵). استرس های ناشی از این اختلال موجب بروز تجارب منفی در زندگی به همراه کاهش کیفیت زندگی و اختلال در عملکرد روزانه جانبازان می شود (۶). گاهی مشکلات روانی ناشی از جنگ ممکن است

اختلال استرس پس از سانحه یک پاسخ روانی در برابر یک استرس شدید می باشد (۱). جنگ به عنوان یکی از مهم ترین علل بروز این اختلال به شمار می آید (۲). شیوع اختلال استرس پس از سانحه در مردم عادی ۸-۴ درصد و در سربازان نظامی ۲۵-۹ درصد می باشد (۳). در ایران نیز فراوانی این اختلال در پرسنل نظامی ۱۴/۹ درصد گزارش شده است (۴). لذا، از این اختلال به عنوان

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

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 و گران 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 $r=0/22$ ، 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 (گران و علی آباد 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 FOSI-SF Fear of Sleep Inventory-Short Form بود. این پرسشنامه در سال ۲۰۱۴ توسط پروکسما (Pruiksma) مخصوص جانبازان مبتلا به 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 خواب بالا می‌باشد (۱۲). پایایی این پرسشنامه با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و همچنین ضریب همبستگی $(P=0/8)$ و روایی آن با روش روایی همگرا $(P=0/1)$ مورد تأیید قرار گرفت (۱۲). همچنین در مطالعه درکسل (Drexler) در سال ۲۰۱۹ پایایی این پرسشنامه با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ مورد تأیید قرار گرفت (۱۸). در ایران نیز توسط پژوهشگران این مطالعه، بعد از کسب رضایت کتبی از طریق ایمیل از نویسنده اصلی

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.

ضریب همبستگی $0/83$ مورد تأیید 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 کولموگوروف (Kolmogorov) با آمار استنباطی ضریب همبستگی اسپیرمن (Spearman Correlation) و آزمون کروسکال والیس (Kruskal Wallis) در سطح معنی‌داری $0/05$ تجزیه و تحلیل شد. این پژوهش در کمیته اخلاق زیستی دانشگاه آزاد اسلامی واحد چالوس با کد اخلاق به شماره $IR.IAU.CHALUS.REC.1398.003$ 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

این پرسشنامه و ترجمه آن و تأیید 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 $r=0/86$ و همچنین همبستگی درونی آن با ضریب آلفای کرونباخ $r=0/87$ مورد تأیید 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 تأیید 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

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	۴۷/۹۱ (۱۵/۱۷)	$P = 0/91$
	۶۹-۶۰	۴۶/۷۷ (۱۱/۷۹)	
	۸۰-۷۰	۴۴/۸۷ (۹/۵۶)	
تعداد فرزندان	۰	۴۷/۸ (۲۲/۰۷)	$P = 0/42$
	۱-۲	۴۵/۲ (۱۱/۷۲)	
	۳-۴	۴۸/۶۱ (۱۵/۱)	
	بالای ۵	۶۱/۲ (۱۸/۴۵)	
	ابتدایی	۴۲/۰۷ (۱۲/۵)	
تحصیلات	متوسطه	۴۷/۹۲ (۱۴/۹۱)	$P = 0/81$
	دیپلم	۵۰ (۱۴/۴۲)	
	فوق دیپلم	۴۹/۳۱ (۱۵/۱۷)	
	لیسانس	۴۶/۵۲ (۱۴/۲۸)	
	فوق/دکتری	۴۶/۲۵ (۱۴/۴)	
شغل	بازنشسته	۴۳/۶۵ (۱۴/۶۲)	$P = 0/001$
	کارمند	۴۶/۳۱ (۱۳/۸)	
	آزاد	۵۸/۱۷ (۱۲/۰۴)	

($P=0/048$) 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

واحدهای پژوهش $57/18 \pm 6/42$ سال و میانگین تعداد فرزندان $2/74 \pm 1/6$ فرزند و از نظر تحصیلات بیشترین درصد $27/2$ درصد (۳۴ نفر) لیسانس و از نظر شغل $46/6$ درصد (۶۲ نفر) کارمند بودند. میانگین امتیاز ترس از خواب $47/52 \pm 14/27$ و میزان اضطراب مرگ $9/69 \pm 2/56$ بود. آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن ارتباط معنی‌داری را بین ترس از خواب و اضطراب مرگ نشان داد ($r=0/27$, $P=0/002$) 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 ($P=0/91$)، تحصیلات ($P=0/81$)، تعداد فرزندان ($P=0/42$) را نشان نداد؛ اما این آزمون بین ترس از خواب با شغل اختلاف معنی‌داری را نشان داد ($P=0/001$) 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 ($P=0/35$)، تحصیلات جانبازان ($P=0/06$)، تعداد فرزندان ($P=0/39$) اختلاف معنی‌داری را نشان نداد. ولی این آزمون بین اضطراب مرگ با سن جانبازان اختلاف معنی‌داری را نشان داد

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 (۲/۲۶) ۹/۹۷	$P = 0/048$
	۶۹-۶۰	۲۲ (۲/۹۶) ۸/۳۶	
	۸۰-۷۰	۱۸ (۳/۷) ۱۰/۰۱	
تعداد فرزندان	۰	۵ (۱/۶۲) ۸/۱۹	$P = 0/39$
	۱-۲	۵۸ (۲/۲۵) ۹/۴۶	
	۳-۴	۵۷ (۲/۶۸) ۱۰/۰۵	
	بالای ۵	۵ (۲/۶۸) ۸/۲۱	
تحصیلات	ابتدایی	۱۴ (۲/۲۷) ۹/۴۴	$P = 0/06$
	متوسطه	۱۸ (۲/۲۲) ۱۱/۴۴	
	دیپلم	۱۶ (۲/۸۲) ۹/۴۳	
	فوق دیپلم	۲۹ (۲/۵۳) ۸/۹۳	
	لیسانس	۳۴ (۲/۲۶) ۱۰/۰۲	
	فوق‌ادکتری	۱۴ (۲/۲۲) ۹/۱۱	
شغل	بازنشسته	۴۳ (۲/۶۱) ۹/۴۴	$P = 0/34$
	کارمند	۶۲ (۲/۳۱) ۱۰/۰۶	
	آزاد	۲۰ (۲/۲۱) ۹/۱۱	

گفت از آنجايي كه كيفيت خواب نقش مهمي در سلامتي، نشاط، افزايش طول عمر انسان و کاهش استرس و اضطراب دارد (۲۳) آموزش بهداشت خواب موجب تغييرات مثبت رفتاري و حفظ آرامش دروني و بهبود كيفيت خواب جانبازان مي گردد (۱۰). لذا، آموزش بهداشت خواب و مراقبت هاي پرستاري در جهت تسريع در كيفيت خواب موجب افزايش سلامت روان مي گردد (۲۹). از محدوديت هاي اين مطالعه دسترسي به واحدهاي پژوهش بود كه محقق براي حل اين مشكل هم زمان با طرح پايش سلامت جانبازان و خانواده هاي آنها كه با همكاري بنياد شهيد و هلال احمر برگزار شد به واحدهاي پژوهش دسترسي پيدا نمود.

نتايج مطالعه حاضر نشان داد ترس از خواب موجب کاهش اضطراب مرگ در جانبازان با اختلال استرس پس از سانحه مي گردد. لذا، از آنجايي كه اختلالات خواب به خصوص ترس از خواب و كابوس هاي شبانه از علائم رايج استرس پس از سانحه مي باشد، اين اختلال موجب کاهش سلامت روان و افزايش اضطراب مي گردد. بر همين اساس لازم است مراقبين بهداشتي به اهميت آموزش بهداشت خواب توجه ويژه اي داشته باشند.

تشكر و قدرداني

اين مطالعه ماحصل طرح تحقيقاتي مصوب دانشكده علوم پزشكي دانشگاه آزاد اسلامي واحد علي آباد كتول به شماره تصويب ۲۱۵۷۹ مورخ ۹۷/۱۲/۱۸ دانشگاه آزاد اسلامي واحد چالوس مي باشد. پژوهشگران اين مطالعه بر خود لازم مي دانند از همكاري مسئولين بنياد شهيد و ايتارگران و همچنين جانبازان شركت كننده در اين مطالعه تشكر و قدرداني مي گردد.

تضاد منافع

بدين وسيله نويسندگان تصريح مي نمايند كه هيچ گونه تضاد منفعي در خصوص پژوهش حاضر وجود ندارد.

شناختي مي شود (۲۳، ۲۴). لذا، مي توان گفت اضطراب مرگ و اختلال ترس از خواب از علائم اختلال استرس پس از سانحه جنگي مي باشد كه نقش مهمي در کاهش سلامت سربازان بازگشته از جنگ دارد (۲۵، ۲۶). گاهي استرس و ترس از خواب آن قدر در جانبازان اختلال استرس پس از سانحه شديد است كه موجب رنج و ناراحتي زيادي در آنها مي گردد (۲۷). اغلب تداوم علائم ترس از خواب در جانبازان موجب تشديد استرس مي گردد (۱۰، ۲۸). زيرا به دليل ماهيت مزمن اين بيماري و تكرار خاطرات و استرس هاي ناشي از جنگ جانبازان دچار اختلال در كيفيت خواب و بروز پيامدهاي روانشناختي نظير ترس و استرس مي شوند (۷). اختلال در تمرکز و تحريك پذيري به عنوان يكي از پيامدهاي رواني اختلال خواب در جانبازان مي باشد كه موجب اختلال در كيفيت زندگي آنها مي گردد (۲۹).

نتايج اين مطالعه بين ترس از خواب با شغل ارتباط معني داري را نشان داد. طوري كه ميزان ترس از خواب در جانبازان با شغل آزاد بيشتر بود. جانبازان با اختلال استرس پس از سانحه جنگي به دليل سطح بالاي استرس ها دچار محدوديت هاي و مشكلات شغلي مي باشد كه اين مسئله مي تواند به دليل نقص در روابط بين فردي و عدم تحمل استرس ها باشد (۳۰). لذا، مي توان گفت به دليل فشارهاي شغلي بيشتر در كار آزاد و پايين بودن آستانه تحمل در جانبازان مشكلات شغلي و به دنبال آن استرس هاي شغلي بيشتر مي باشد كه اين مسئله نقش مهمي در افزايش استرس و بي خوابي در جانبازان دارد (۲۹).

همچنين نتايج اين مطالعه بين اضطراب مرگ با سن جانبازان اختلاف معني داري را نشان داد. طوري كه ميزان اضطراب مرگ در جانبازان با سن بالاتر، كمتر بود. مطالعات مشابه نشان داد ميزان اضطراب مرگ در افراد مسن تر كمتر از افراد با سن پايين تر مي باشد (۱۵). زيرا با افزايش سن ميزان حمايت هاي اجتماعي بيشتر مي شود. همچنين به مرور قدرت سازگاري جانبازان با استرس ها ممكن است بيشتر شود (۳، ۳۱). در مجموع مي توان

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 Management*. 2018; 6(6): 1-7. <http://dx.doi.org/10.21859/jhpm-07041>
- 6- Meshkinyazd A, Heydari A. The effectiveness of group logotherapy 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, Akhondzadeh 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- Drexel 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.

- 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 psychiatr 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/10.1007/s11126-019-09694-5> <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.