



بررسی تاثیر رایحه درمانی با علف لیمو در کاهش اضطراب بیماران تحت جرمگیری و تسطیح ریشه

تهیه کننده: مهتا سادات واعظ پور
کد طرح: ۱۶۳۳۳
گروه هدف: متخصصان و پژوهشگران
پاییز ۱۴۰۳



علف لیمو، گیاهی شگفت انگیز

علف لیمو یک نوع علف معطر است که انوعی از ترکیبات زیست فعال با ویژگی های درمانی گسترده را در خود جای داده است. عصاره این گیاه دارای اثرات آنتی باکتریال، ضد قارچ، آنتی اکسیدان، ضد التهاب، ضد درد، و آرام بخشی است و همچنین به دلیل کاربرد فراوان در صنعت غذا و طب سنتی بسیار مورد توجه است.

رایحه درمانی چیست؟

رایحه درمانی یکی از موثرترین تکنیک های غیردارویی ضد اضطراب محسوب میشود. رایحه درمانی به معنای استفاده از اسانس استخراج شده از گیاهان برای بهبود سلامت جسمانی و روانی است و روشی ساده، کم خطر و کم هزینه است که میتواند موجب کاهش درد و اضطراب شود. در این روش با استفاده از رایحه عصاره گیاهان با به کارگیری حس بویایی و تاثیر بر سیستم لیمبیک (که با ضربان قلب، فشار خون، تنفس، حافظه، احساسات و تعادل هورمونی در ارتباط است) در عملکرد شناختی یا خلق و خوی فرد تغییر صورت میگیرد.

مطالعه ای با هدف تعیین اثر بخشی رایحه درمانی با علف لیمو در کاهش اضطراب دندانپزشکی

چرا رایحه درمانی؟

استرس و اضطراب بیماران حین کار دندانپزشکی میتواند در روند درمان اختلال ایجاد کند و مانع از مراجعات بعدی برای پیگیری درمان شود و یا بار کاری تیم درمان کننده و زمان اختصاص یافته به درمان و حتی جلسات کار را افزایش دهد. بنابراین همواره به دنبال راهی برای کاهش اضطراب و ترس دندانپزشکی هستیم. رایحه درمانی نوعی روش غیر دارویی نسبتا بدون عوارض جانبی و هزینه بسیار اندک است که در صورت موثر واقع شدن، میتواند راهی بسیار مناسب برای کاهش اضطراب دندانپزشکی باشد.

به دلیل اثرات درمانی و سودمندی که در مطالعات برای رایحه عصاره علف لیمو ذکر شده است، و همچنین ایمن بودن آن، بر آن شدیم که تاثیر رایحه درمانی با علف لیمو را در کاهش اضطراب بیماران دندانپزشکی (تحت جرمگیری و تسطیح ریشه) بررسی کنیم.

آیا میتوان گفت رایحه درمانی با علف لیمو در کاهش اضطراب دندانپزشکی موثر است؟

با توجه به نتایج این مطالعه به نظر میرسد که استنشاق اسانس علف لیمو میتواند اضطراب بیماران دندانپزشکی و تغییرات فیزیولوژیک مرتبط با آن (مانند تغییرات فشار خون و ضربان قلب) را کاهش دهد. بنابراین، رایحه درمانی با علف لیمو میتواند به عنوان روشی کمکی برای کاهش اضطراب دندانپزشکی به کار گرفته شود.

