

**بررسی تأثیر ماساژ رفلکسی در درمان وریدهای واریسی: یک مطالعه مروری**

نیره ناصری

کارشناسی ارشد پرستاری داخلی - جراحی، عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد  
E-mail: n\_naseri@pnu.iaun.ac.ir - naseri@nm.mui.ac.ir

**مقدمه و هدف:** وریدهای واریسی، یک بیماری مزمن شایع در میان جمعیت بزرگسالان بوده که بازتاب‌هایی را در کیفیت زندگی آنها به همراه دارد. لذا انجام تحقیق در این راستا بویژه در زمینه کاهش علائم مرتبط با بیماری نظیر درد و همچنین پیشگیری از وقوع وریدهای واریسی جدید و متوقف سازی رشد وریدهای موجود ضروری به نظر می‌رسد. در این میان، یکی از مداخلات درمانی پیشنهادی، انجام ماساژ رفلکسی است که مطالعه موجود نیز، به منظور بررسی اثربخشی این روش درمانی در درمان وریدهای واریسی انجام گردیده است.

**مواد و روش‌ها:** در راستای دستیابی به هدف مطالعه، جستجو در منابع اطلاعاتی مختلف مانند Science Direct، Ebsco، Google scholar و Ovid انجام شده و در نهایت ۶ مقاله مربوط به بررسی تأثیر ماساژ رفلکسی در درمان وریدهای واریسی، از سال ۲۰۰۰ الی ۲۰۱۶ به دقت مورد مطالعه و بررسی قرار گرفت. **یافته‌ها:** پس از انجام جستجو در منابع اطلاعاتی موجود، مطالعات اندکی در زمینه نقش ماساژ رفلکسی در پیشگیری و درمان وریدهای واریسی یافت گردید؛ که البته نتایج چند مطالعه محدود انجام شده، موید اثرات مثبت این روش در برقراری تعادل مجدد عصبی - عروقی می‌باشد که این اثرات، ناشی از نرمال کردن جریان خون وریدی، فعال سازی گردش خون وریدی و پیشگیری از استاز وریدی می‌باشد. تشریح بیشتر نحوه اثربخشی ماساژ رفلکسی در درمان وریدهای واریسی، در مقاله کامل ارایه خواهد گردید.

**بحث و نتیجه گیری:** اگرچه شواهد اندکی در زمینه اثربخشی ماساژ رفلکسی بعنوان یکی از روش‌های طب مکمل و جایگزین در درمان وریدهای واریسی وجود دارد، این روش می‌تواند در تکنیک‌های غیر تهاجمی درمان وریدهای واریسی، بعنوان یک راهکار درمانی مطرح باشد، لذا درمانگران بایستی نحوه انجام ماساژ رفلکسی را آموخته و بطور صحیح به بیماران مبتلا آموزش دهند. البته انجام مطالعات گسترده‌تر با تعداد نمونه بیشتر، جهت تعمیم پذیری بیشتر یافته‌ها الزامی به نظر می‌رسد.

**واژه‌های کلیدی:** وریدهای واریسی، ماساژ رفلکسی، استاز وریدی