

EMOTIONAL-COGNITIVE-BEHAVIORAL INTERVENTION

Comparing the Effectiveness of Couple-oriented Emotional-Cognitive-Behavioral Intervention and Patient-oriented Cognitive-Behavioral Intervention on Improving the Quality of Marital Relationship in Women with Rheumatoid Arthritis: A Pilot Study

ABSTRACT

Background and objective: Rheumatoid Arthritis (RA) is a chronic autoimmune disorder. Besides its physical effect on the body, it could also cause depression and anxiety which could affect spouse and the rest of the family. The aim of this study was to design and test the effectiveness of a couple-oriented emotional-cognitive-behavioral intervention model and compare it with a patient-oriented cognitive-behavioral intervention model on improving the quality of the relationship between couples in women suffering from rheumatoid arthritis.

Methods: The research design was quasi-experimental with a pre-test, a post-test and 3 months of follow-up. The research samples consisted of 90 women with rheumatoid arthritis participated in this study through judgmental sampling. They were assigned to three groups including couple-oriented group, patient-oriented group and control group. The data was gathered through Golombok -Rust Inventory of Marital State (GRIMS) that was filled by participations at the pre-test, post-test and follow-up after 3 months. The inflammatory marker CRP levels were also measured through blood tests before and after interventions. The experimental groups participated in couple-oriented intervention (7 sessions with couples) and patient-oriented (7 sessions only with patients) and the control group remained on the waiting list. Data was analyzed using repeated measures multivariate analysis of variance (MANOVA) and Post hoc test through SPSS16.

Results: Despite the effectiveness of both types of intervention, the couple-oriented intervention had more effect size ($d = 0.20$) compared with patient-oriented intervention ($d=0.06$) on the quality of the marital relationship even in three-month follow-up. Despite the reduction of inflammatory marker CRP levels in posttest, still there was no significant difference ($F_{(2,87)} = 0.33$; $p<0.71$) in the levels of the inflammatory marker in pre and posttests of the 3 groups.

Conclusion: The couple-oriented emotional cognitive-behavioral-intervention can be used as an effective intervention to improve marital state in patients with rheumatoid arthritis.

Paper Type: Research Article.

Keywords: Rheumatoid Arthritis, Couples-oriented intervention, Patient-oriented intervention, Marital relationship, Tehran.

► **Citation:** Besharat MA, Salehi M, Rostamian A, Ghorbani N. Comparing the Effectiveness of Couple-oriented Emotional-Cognitive-Behavioral Intervention and Patient-oriented Cognitive-Behavioral Intervention on Improving the Quality of Marital Relationship in Women with Rheumatoid Arthritis: A Pilot Study. Iranian Journal of Health Education and Health Promotion. Summer 2015; 3 (2): 95-104.

MohammadAli Besharat

Professor of Dept. of Health Psychology, Faculty of Psychology and Education, Univ. of Tehran (UT), Tehran, Iran

Maryam Salehi

* Ph.D. Candidate in Health Psychology, Faculty of Psychology and Education, Univ. of Tehran (UT), Tehran, Iran (Corresponding author) m1_salehi@yahoo.com

Abdulrahman Rostamian

Associate Professor, Dept. of Rheumatology, School of Medicine, Tehran University of Medical Sciences (TUMS), Tehran, Iran.

Nima Ghorbani⁴

Associate Professor, Faculty of Psychology and Education, Univ. of Tehran (UT), Tehran, Iran

Received: 09 March 2015

Accepted: 05 June 2015

مداخله شناختی - رفتاری - هیجانی

مقایسه اثربخشی مداخله شناختی - رفتاری - هیجانی زوج محور و مداخله بیمار محور بر

کیفیت رابطه زوجین در بیماران مبتلا به آرتریت روماتوئید:

یک مطالعه مقدماتی

چکیده

زمینه و هدف: آرتریت روماتوئید یک بیماری مزمن خودایمنی است که علاوه بر عوارض جسمی می تواند منجر به تجربه افسردگی و اضطراب شود و اثرات آن می تواند به همسر و اعضای خانواده نیز گسترش یابد. هدف این پژوهش طراحی و آزمون اثربخشی یک الگوی مداخله شناختی - رفتاری - هیجانی زوج محور و مقایسه آن با یک الگوی شناختی - رفتاری بیمار محور بر کیفیت رابطه زوجین در زنان مبتلا به آرتریت روماتوئید بود.

مواد و روش ها: طرح پژوهش از نوع شبه تجربی با پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری سه ماهه بود. تعداد ۹۰ نفر از زنان مبتلا به بیماری آرتریت روماتوئید از طریق نمونه گیری قضاوتی در این پژوهش شرکت کردند و به صورت تصادفی به سه گروه مداخله زوج محور، مداخله بیمار محور و یک گروه کنترل اختصاص یافتند. مقیاس وضعیت زناشویی گلوبیک - راست (GRIMS) پیش، پس و نیز سه ماه پس از مداخله توسط شرکت کنندگان تکمیل شد و شاخص آنزیم التهاب (CRP) از طریق انجام آزمایش خون پیش و پس از مداخله سنجیده شد. گروه های آزمایش در برنامه مداخله زوج محور (۷ جلسه با حضور زوجین) و برنامه مداخله بیمار محور (۷ جلسه صرفاً حضور شخص بیمار) شرکت کردند و گروه کنترل در فهرست انتظار باقی ماند. داده ها با استفاده از تحلیل واریانس چندمتغیری با رویکرد اندازه گیری مکرر همراه با آزمون تعقیبی و از طریق SPSS ۱۶ تجزیه و تحلیل شدند.

یافته ها: علیرغم مؤثر بودن هر دو نوع مداخله، مداخله زوج محور ($d = -0.20$) در مقایسه با مداخله بیمار محور ($d = -0.06$) دارای اندازه اثر بیشتری در کیفیت رابطه زناشویی بود و این تفاوت در پیگیری سه ماهه نیز پایدار بود. علیرغم کاهش آنزیم التهابی (CRP) در پس آزمون، تفاوت معناداری (0.33) ($F = 2.87$; $p > 0.05$) بین سه گروه وجود نداشت.

نتیجه گیری: مداخله شناختی - رفتاری - هیجانی زوج محور به عنوان مداخله ای مؤثر می تواند جهت بهبود کیفیت رابطه زوجین در بیماران آرتریت روماتوئید به کار گرفته شود.

نوع مقاله: مطالعه پژوهشی.
کلیدواژه ها: آرتریت روماتوئید، مداخله زوج محور، مداخله بیمار محور، رابطه زناشویی، تهران.

محمدعلی بشارت

استاد گروه روان شناسی، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

مریم صالحی

* دانشجوی دکتری روان شناسی سلامت، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران
(نویسنده مسئول) salehi@yahoo.com_m1

عبدالرحمن رستمیان

استادیار گروه روماتولوژی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

نیما قربانی

دانشیار گروه روان شناسی، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۱۲/۱۸

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۴/۰۳/۱۵

◀ **استناد:** بشارت م.ع، صالحی م، رستمیان ع، قربانی ن. مقایسه اثربخشی مداخله شناختی - رفتاری - هیجانی زوج محور و مداخله بیمار محور بر کیفیت رابطه زناشویی در بیماران مبتلا به آرتریت روماتوئید: یک مطالعه مقدماتی. فصلنامه آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت. تابستان ۱۳۹۴؛ ۳(۲): ۹۵-۱۰۴.

مقدمه

آرتريت روماتوئيد^۱، يك بيماري مزمن خودايمنى است كه با حمله سلول‌هاى ايمنى به مفاصل، زردپى و استخوان‌ها منجر به التهاب و تورم بافت‌هاى مفصلى و تخریب آن‌ها مى‌شود. در مراحل پيشرفته اين بيمارى، قلب، عروق و ريه‌ها نيز درگير مى‌شوند (۱). اين بيمارى، پس از بيمارى‌هاى قلبى دومين عامل ناتوانى شغلى در آمريكا است (۲). ميانگين اميد به زندگى در اين بيماران ۳ تا ۷ سال كمتر از ديگر افراد است (۳). بيمارى آرتريت روماتوئيد به عنوان يك بيمارى مزمن، علاوه بر درد، محدوديت‌هاى حرکتى و ناتوانى، مى‌تواند منجر به تجربه افسردگى و اضطراب شود و اثرات آن مى‌تواند به همسر و اعضاى خانواده نيز گسترش يابد (۴).

در واقع شروع يك بيمارى مزمن و کاهش سلامت جسمانى، تهديدى بالقوه براى كيفيت زندگى زناشويى زوجين است. احتمال دارد بيمارى، تعادل زوجى را متاثر سازد و زوجين را به بازنگرى مجدد درباره ساختار و محتوای رابطه وادار كند (۵). زوجيني كه با يك بيمارى پيچيده مواجه هستند، ممكن است از طريق بازسازى مجدد نقش‌هاى زوجى و تعامل مشاركتى در نگهدارى تعادل رابطه موفق شوند، اما مشكلات مراقبت مى‌تواند منجر به تعارضات زوجى و ناكامى گردد (۶). در افراد مبتلا به آرتريت روماتوئيد به دنبال ناتوانى در ايفاي نقش‌ها و مسؤليت‌هاى سابق احساسات نامنى همراه با شرمندگى و احساس گناه افزايش مى‌يابد و احساس بي‌كفايتى و نياز مداوم به عذرخواهى، در يك چرخه معيوب رشد مى‌كند (۷). مطالعه ۳۳ فرد مبتلا به آرتريت روماتوئيد و همسرشان نشان داد كه اين بيماران و همسرانشان نگرانى‌هاى مشابهى داشتند مثل خستگى، نگرانى از آينده، نگرانى از مسووليت مراقبت از بيمار و تقاضاهائى كه از همسر بيمار وجود دارد (۸).

چندين الگوى مداخله شناختى-رفتارى به صورت بيمارمحور و نيز خانواده/زوج محور جهت کاهش تأثيرات بيمارى در ابعاد روان‌شناختى و خانوادگى براى افراد مبتلا به بيمارى آرتريت روماتوئيد مطرح شده است. در الگوهاى بيمارمحور، كه صرفاً به

آموزش فرد بيمار مى‌پردازد، اغلب مداخلات شناختى-رفتارى عمدتاً بر هدف‌گذارى، مديريت استرس و درد، كنترل افكار منفى، حل مساله، انحراف توجه، نگرش‌هاى ناكارآمد و مهارت‌هاى مقابله و آرامش‌آموزى (۹)، فرايند ايجاد خودكارآمدى، تسلط بر مهارت، الگوسازى، تفسير مجدد نشانگان و ترغيب انجام رفتار خودمديريتى (۱۰) تاكيد كرده اند. بسيارى از مداخلات شناختى-رفتارى بيمارمحور نشان داده اند كه در بهبود كارآمدى مقابله، کاهش درد و ناتوانى و افسردگى مؤثرند و داراى پيامدهاى مثبتى براى افراد مبتلا به آرتريت روماتوئيد هستند (۱۱-۱۵). عليرغم دستاوردهاى مثبت مداخلات بيمارمحور، ساير مطالعات نشان داده اند كه سازگارى و مقابله كارآمد در زنان مبتلا به آرتريت روماتوئيد با نگرش همسر و حمايتى بودن آنان مرتبط است. در افراد داراى همسران خرده‌گير رفتارهاى مقابله ناكارآمد بيشتر مشاهده مى‌شود (۱۶) و پاسخ‌هاى همدلانه همسر به عنوان سپرى در مقابل اثرات منفى افسردگى همسر، بر پيامدهاى عملكردى و زناشويى براى بيماران آرتريت روماتوئيد اثرگذار است (۱۷). بنابراین، بيمارى آرتريت روماتوئيد علاوه بر ظرفيت عملكرد و توانايى‌هاى فردى بيمار، مى‌تواند روابط بين فردى و كيفيت زندگى زناشويى را به صورت تعاملى متاثر سازد و بايستى به مداخلات خانواده‌محور و يا زوج‌محور توجه شود.

مداخلات خانواده/زوج‌محور اندكى در حيطه بيمارى آرتريت روماتوئيد طراحي شده است كه اجراى پروتكل درمان شناختى-رفتارى بيمارمحور همراه با حضور همسر يا يكي از اعضاى خانواده (۱۸) آموزش رفتاردرمانى و توجه مشروط اعضاى خانواده هنگام بروز رفتارهاى درد در بيمار و ارائه حمايت اجتماعى (۱۹) از جمله اين مداخلات است. هرچند كه فراهليل ۲۵ مطالعه درباره نتايج مداخلات زوج محور در بيمارى‌هاى مزمن جسمى از جمله آرتريت روماتوئيد نشان مى‌دهد كه اين مداخلات اثر مثبت معنادارى بر نشانگان افسردگى بيمار، كارکرد زناشويى و نيز درد داشته است و مؤثرتر از مداخلات روانى اجتماعى براى صرفاً فرد بيمار است (۲۰)، بايد گفت كه نتايج

1. Rheumatoid Arthritis (RA)

مطالعات مداخلات خانواده محور/زوج محور درباره بیماران مبتلا به آرتریت روماتوئید همخوانی ندارد. به عنوان مثال، ریمسما و همکاران (۲۱) در تحقیق خود روی ۲۱۸ نفر بیمار مبتلا به آرتریت روماتوئید نشان دادند که شرکت اطرافیان مهم بیمار در دوره آموزشی نه تنها مثبت نیست بلکه در مقایسه با گروه گواه و گروه مداخله بیمار محور اثر منفی دارد و موجب افزایش خستگی و کاهش خودکارآمدی بیمار می‌شود. مطالعه دیگری نشان داد که شرکت همسر فرد مبتلا به آرتریت روماتوئید در جلسات آموزشی گروه درمانی شناختی- رفتاری، در مقایسه حضور بیماران به تنهایی در جلسات، نه تنها مفید نیست بلکه پس از پایان مداخله موجب کاهش میزان حمایت اجتماعی دریافتی بیماران کمتر شده است؛ هرچند که در پیگیری شش ماه بعد، گروهی که با همسران خود در جلسات حضور یافته بودند، صرفاً از نظر ارتباط با همسر درباره مسائل بیماری شان، وضعیت بهتری داشتند (۲۲). از طرف دیگر، مداخلات زوج محور اندازه اثر پایینی دارند. بنابر این، باید در چنین مداخلاتی تأثیر همسر بر رفتارهای سلامت بیمار، تعارضات ارتباطی، حمایت زوجی یا کیفیت زناشویی تمرکز شود. جهت گیری تحقیقات آینده نیز باید، مقایسه مداخلات زوج محور با مداخلات بیمار محور مبتنی بر شواهد، و ارزیابی مکانیزم‌های تغییر باشد (۲۰).

نبودن تعریف عملیاتی مداخله مطابق ساختار نظری مناسب، کم توجهی به تأثیر بیماری بر روابط و نقش‌های زوجی، الگوهای تعاملی و نیز مشکلات احتمالی در حوزه روابط جنسی از جمله خلاهای پژوهشی موجود در حوزه مداخلات روان شناختی برای افراد مبتلا به آرتریت روماتوئید و خانواده‌های آنان است و توجه به جنبه‌های شناختی - رفتاری - هیجانی در زوجین و بررسی اسنادهای زوجین، تعاملات رفتاری منفی، چگونگی ابراز هیجانات مرتبط با بیماری و نیز حوزه‌هایی از زندگی مشترک که تحت تأثیر بیماری قرار گرفته‌اند (مثل کیفیت زندگی، نقش‌ها و مسوولیت‌ها و در مجموع رضایت زناشویی) ضروری است. بنابر این، هدف پژوهش حاضر، طراحی و آزمون اثربخشی یک

مداخله شناختی- رفتاری- هیجانی زوج محور بر کاهش مشکلات زناشویی و افزایش کیفیت رابطه زوجی در زنان مبتلا به آرتریت روماتوئید است. فرضیه‌های پژوهش حاضر به شرح ذیل هستند:

۱. میزان اثربخشی الگوی شناختی - رفتاری - هیجانی زوج محور در مقایسه با الگوی مداخله شناختی- رفتاری بیمار محور در بهبود کیفیت رابطه زوجین بیماران آرتریت روماتوئید بیشتر است.
۲. میزان اثربخشی الگوی شناختی - رفتاری - هیجانی زوج محور در مقایسه با الگوی مداخله شناختی- رفتاری بیمار محور در کاهش آنزیم التهابی CRP بیماران آرتریت روماتوئید بیشتر است.

مواد و روش‌ها

نوع پژوهش: این مطالعه به دلیل بررسی تأثیر دو روش مداخله شناختی - رفتاری - هیجانی زوج محور و مداخله شناختی- رفتاری بیمار محور، کاربردی و نیز از نوع شبه‌آزمایشی است. به این معنا که در آن انتخاب شرکت‌کنندگان تصادفی نبوده است بلکه صرفاً گمارش آن‌ها به گروه‌های آزمایشی و گواه به صورت تصادفی انجام شده است. برای کارآزمایی بالینی در این پژوهش از طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون و پیگیری سه ماهه استفاده شد.

شرایط لازم برای شرکت در پژوهش عبارت بودند از:

الف) دریافت تشخیص آرتریت روماتوئید توسط متخصص روماتولوژی؛ ب) رضایت داوطلب برای شرکت در پژوهش؛ ج) متأهل بودن؛ د) داشتن حداقل مدرک تحصیلی سیکل؛ و ه) نداشتن بیماری روانپزشکی مستلزم مصرف دارو در زمان انجام پژوهش. معیارهای اخلاقی مد نظر در این پژوهش عبارت بودند از رازداری، توجه به آسیب‌نشدن شرکت‌کنندگان بر اثر مداخله، قطع مداخله به محض بروز احتمال آسیب و نهایتاً مجاز بودن شرکت‌کنندگان به انصراف.

جامعه آماری و نمونه: جامعه آماری شامل کلیه بیماران آرتریت روماتوئید مراجعه‌کننده به درمانگاه روماتولوژی مجتمع بیمارستانی امام خمینی تهران و نیز دو مطب خصوصی در شهر تهران (واقع در شمال شرقی و نیز مرکز شهر) بود. نمونه‌گیری

جنسی. محتوای جلسات گروه آزمایشی زوج محور در جدول ۱ نشان داده شده است. محتوای دوره شناختی - رفتاری بیمار محور برگرفته از برنامه خودمدیریتی بیماران مبتلا به آرتریت روماتوئید (۱۴) است که تأثیرات مثبت این مداخله حتی تا پنج سال نیز حفظ شده است. محتوای دوره شامل: (۱) مهارت حل مساله، (۲) مهارت جرئت ورزی، (۳) آرامش آموزی، (۴) فنون مدیریت درد و انحراف توجه، (۵) چالش با شناخت و باورهای ناکارآمد، و (۶) مدیریت زمان است. محتوای جلسات در جدول ۲ نشان داده شده است.

جدول ۱. طرح مداخله شناختی-رفتاری-هیجانی زوج محور

جلسه	محتوا
۱	آشنایی با بیماری آرتریت روماتوئید؛ آموزش منطق درمان شناختی - رفتاری - هیجانی
۲	تأثیر بیماری بر ارتباط زوجین و نقش‌ها؛ بررسی الگوهای تعاملی زوجین؛ علیت چرخشی در تعارضات زناشویی
۳	اهمیت رابطه جنسی؛ تغییرات رابطه جنسی بعد از بیماری؛ شناسایی نگرش‌های مشکل ساز نسبت به فعالیت جنسی؛ موضوع زنانگی-مردانگی، ایفای نقش ناتوان یا بیمار؛ نگرانی درباره جذابیت؛ پیش‌بینی درد
۴	بررسی جنبه های مثبت و جنبه های منفی رابطه زناشویی و نیز روابط جنسی و هیجانانگیز مربوطه؛ چالش با انتظارات و اسنادهای ناکارآمد زوجین
۵	آموزش خیال پردازی، آرامش آموزی؛ تصور بدنی مثبت
۶	آموزش فنون سکس تراپی (این جلسه به صورت تک جنسیتی برگزار شد)
۷	جمع بندی، مدیریت عود

جدول ۲. برنامه مداخله درمان شناختی - رفتاری بیمار محور

جلسه	محتوا
۱	آشنایی با بیماری روماتوئید آرتریت؛ آموزش منطق درمان، هدف گذاری، رابطه هیجانانگیز با درد
۲	آرامش آموزی مختصر، فنون انحراف توجه، تغییر شکل تصویری درد
۳	چالش با باورهای ناکارآمد مرتبط با بیماری، خودگویی مثبت مقابله‌ای
۴	مهارت حل مساله
۵	شناخت درمانی، افکار خودآیند، مدیریت زمان. برنامه ریزی برای فعالیت لذت بخش درجه بندی شده
۶	شناسایی نگرش‌های مشکل ساز، مهارت جرئت ورزی
۷	جمع بندی، مدیریت عود

به شیوه قضاوتی انجام شد. نمونه اولیه شامل ۱۵۰ نفر بود که تعداد ۴۱ نفر به دلیل انطباق نداشتن ساعت کلاس با برنامه آنان، دوری مسیر، رضایت نداشتن همسر جهت شرکت در دوره و غیره از شرکت در پژوهش انصراف دادند. تعداد ۱۹ نفر نیز به دلیل شرکت نکردن در همه جلسات، پاسخ ناقص به پرسشنامه و یا دسترسی نداشتن به آنان در مرحله پیگیری از تحلیل آماری کنار گذاشته شدند و بدین ترتیب نمونه پژوهش به ۹۰ نفر تقلیل یافت و به صورت تصادفی به سه گروه اختصاص داده شدند: دو گروه آزمایشی و یک گروه گواه. گروه آزمایشی اول (مداخله زوج محور) شامل ۳۰ نفر، گروه آزمایشی دوم شامل (مداخله بیمار محور) ۲۹ نفر و گروه گواه شامل ۳۱ نفر بود. جلسات مداخله برای گروه زوج محور به صورت ۱۴ تا ۱۶ نفره برگزار گردید و جلسات گروه بیمار محور بین ۱۴ تا ۱۵ نفره اجرا شد. گروه‌ها عبارت بودند از:

۱. گروه آزمایشی مداخله شناختی-رفتاری-هیجانی زوج محور: شرکت در ۶ جلسه مداخله شناختی-رفتاری-هیجانی زوج محور توسط بیمار و همسر و به دلیل رعایت حریم افراد و مسایل فرهنگی، یک جلسه به صورت جداگانه برای زنان و مردان تشکیل شد تا افراد بتوانند بدون دغدغه و شرم از حضور جنس مخالف به طرح نظر و سوالات خود درباره مشکلات جنسی بپردازند.

۲. گروه آزمایشی مداخله شناختی-رفتاری بیمار محور: شرکت در ۷ جلسه مداخله شناختی-رفتاری صرفاً توسط شخص بیمار و بدون حضور همسر.

۳. گروه گواه: دوبار تماس تلفنی و احوال پرسی (جهت کنترل سوگیری حمایت اجتماعی).

محتوای آموزشی: مداخله شناختی-رفتاری-هیجانی زوج محور شامل این موارد بود: (۱) آشنایی با بیماری آرتریت روماتوئید، (۲) شناسایی الگوهای تعاملی ناکارآمد زوجین در حیطه بیماری و ایجاد الگوهای تعاملی انطباقی؛ (۳) مهارت شناسایی و مدیریت هیجان‌های منفی مرتبط با بیماری؛ و (۴) بهبود کیفیت رابطه

ابزار سنجش: اولین ابزار مورد استفاده پرسشنامه وضعیت زناشویی گلوبوبوک- راست^۱ بود. این پرسشنامه (۲۳) یک مقیاس ۲۸ سؤالی است. پرسش‌ها در مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت، مشکلات موجود در روابط زناشویی زوجین را از نمره صفر تا سه در زمینه میزان حساسیت^۲ و توجه زوجین نسبت به نیازهای یکدیگر، تعهد^۳ وفاداری^۴، مشارکت^۵، همدردی^۶، ابراز محبت، اعتماد، صمیمیت^۷ و همدلی زوجین می‌سنجد. حداقل نمره آزمودنی در این مقیاس صفر و حداکثر نمره ۸۴ است. نمره بالا به معنی شدت مشکلات زناشویی و نمره پایین به معنی پایین بودن میزان مشکلات زناشویی و خوب بودن کیفیت رابطه زناشویی است. فرم فارسی این پرسشنامه نمره کل مقیاس با آلفای کرونباخ ۰/۹۲ برای نمونه‌ای از زن‌ها و ۰/۹۴ برای شوهرها محاسبه شد که نشانه همسانی درونی بالای پرسشنامه است (۲۴). ضرایب همبستگی بین نمره‌های آزمودنی با در دو نوبت با فاصله دو هفته برای کل آزمودنی با $r = 0.77$ ، آزمودنی‌های زن $r = 0.73$ و آزمودنی‌های مرد $r = 0.75$ نشانه پایایی باز آزمایی خوب پرسشنامه است. ابزار دیگر شامل سنجش شاخص پاراکلینیکی میزان میزان پروتئین واکنشی سی^۸ از طریق آزمایش خون است. سرم CRP یکی از پروتئین‌های مرحله حاد^۹ است که عمدتاً توسط کبد در پاسخ به اینترلوکین شش (۶-IL) ساخته می‌شود (۲۵) و مفیدترین نشانگر بیوشیمیایی برای ارزیابی فعالیت التهابی (۲۶) و فعالیت بیماری در بیماران مبتلا به آرتریت روماتوئید به شمار می‌رود (۲۷). کلیه شرکت‌کنندگان در سه زمان به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند و نیز جهت بررسی شاخص التهاب یعنی آنزیم CRP از کلیه شرکت‌کنندگان پیش و پس از مداخله آزمایش خون به عمل آمد.

روش تجزیه و تحلیل آماری: به دلیل داشتن سه گروه نمونه و

1. Golombok Rust Inventory of Marital State (GRIMS)
2. sensitivity
3. commitment
4. loyalty
5. cooperation
6. sympathy
7. intimacy
8. C-Reactive Protein (CRP)
9. Acute Phase Proteins

وجود سه نوبت اندازه‌گیری (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل واریانس چندمتغیری با رویکرد اندازه‌گیری مکرر همراه با آزمون تعقیبی و از طریق SPSS ۱۶ انجام شد.

یافته‌ها

میانگین سن کل آزمودنی‌ها ۴۴/۵ سال با انحراف معیار ۶/۷ بود. سایر مشخصات جمعیت شناختی هر سه گروه نمونه در جدول ۳ آورده شده است. پیش از اجرای آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر، پیش فرض برقرار بودن کرویت (یعنی برابر بودن واریانس تفاوت تمام زوج‌های اندازه‌گیری مکرر) با انجام آزمون موخلی بررسی شد. معنادار شدن آماره موخلی ($\chi^2 = 298.834$; $df = 2$; $P > 0.001$) نشان داد که پیش فرض کرویت برقرار نیست و بنابر این درجات آزادی تعدیل شده گرین هاووس-گیسر، مبنای گزارش مقدار F قرار گرفت.

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار سه گروه بر حسب سن، مدت ازدواج و بیماری

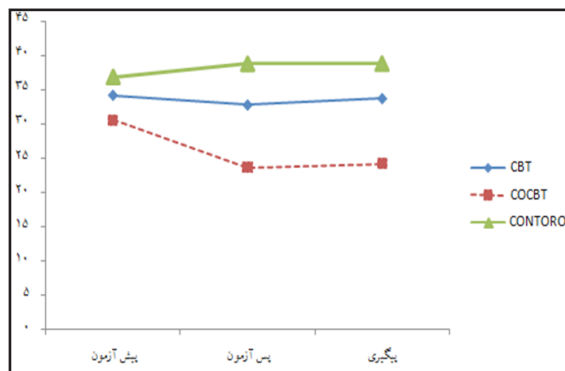
متغیر	بیمار محور	زوج محور	کنترل	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین
سن	۴۳/۲۴	۷/۹۶	۴۷/۲	۸/۶۳	۴۳/۲۲	۳/۶۴	
مدت ازدواج	۲۱/۶۵	۶/۸۴	۲۴/۷	۸/۵	۲۱/۹	۵/۱۹	
مدت بیماری	۴/۷۹	۳/۱۹	۵/۵۳	۵/۱	۵/۴۵	۲/۶۱	

جدول ۴ میانگین، انحراف معیار و نتایج آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر در وضعیت زناشویی را در پیش آزمون، پس‌آزمون و پیگیری سه ماهه نشان می‌دهد. بر این اساس، بین نمرات وضعیت زناشویی در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری ($F_{(1.04,90.66)} = 6.02$; $p < 0.05$) بدون توجه به عامل گروهی تفاوت معنادار وجود دارد. هم چنین روند تغییر نمرات وضعیت زناشویی از پیش‌آزمون به پس‌آزمون و پیگیری (تعامل زمان و گروه) در سه گروه زوج محور، بیمار محور و گواه تفاوت معناداری ($F_{(2.08,90.66)} = 10.73$ $p < 0.05$) داشته است.

جدول ۴. میانگین، انحراف معیار و نتایج آزمون تحلیل واریانس اندازه گیری مکرر در کیفیت رابطه زناشویی سه گروه زوج محور، بیمار محور و گواه در سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری

گروه	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری		منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	اندازه اثر	توان آزمون
	SD	M	SD	M	SD	M								
بیمار محور	۱۳/۱۷	۳۴/۲	۱۲/۹۵	۳۲/۷۹	۱۲/۰۵	۳۳/۷۲	زمان	۲۲۱/۴	۱/۰۴	۲۱۲/۵۱	۶/۰۲	۰/۰۱	۰/۰۶۵	۰/۶۹۲
زوج محور	۱۱/۲۵	۳۰/۵۶	۸/۲۴	۲۳/۶۶	۸/۴۷	۲۴/۱۳	تعامل زمان و گروه	۷۸۹/۵	۲/۰۸	۳۷۸/۸۳	۱۰/۷۳	۰/۰۰	۰/۲۰	۰/۹۹۰
گواه	۸/۱۲	۳۶/۸۳	۶/۲۲	۳۸/۸	۶/۲۱	۳۸/۸۳	خطا (زمان و تعامل با گروه)	۳۲۰۰/۵	۹۰/۶۶	۳۵/۳				
کل	۱۱/۱۷	۳۳/۹	۱۱/۳	۳۱/۸۲	۱۰/۹۶	۳۲/۲۸								

گروه	پیش آزمون	پس آزمون	پیگیری	F	سطح معناداری	اندازه اثر	توان آزمون
زوج محور و گواه	۱۱۹۸/۸۹۰	۱۰۸۴/۳۰۵	۱۱۹۸/۸۹۰	۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۲۲/۰۲۴
بیمار محور و گواه	۱۷۱/۳۳۱	۹۲/۳۵۹	۱۷۱/۳۳۱	۱	۰/۰۲۸	۰/۰۲۸	۵/۱۰۱



نمودار ۱. میانگین نمرات کیفیت رابطه زناشویی در سه گروه در سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری

جدول ۶ نتایج آزمون تحلیل واریانس اندازه گیری مکرر برای مقایسه میانگین CRP سه گروه زوج محور، بیمار محور و گواه در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون را نشان می دهد. نتایج جدول ۶ نشان می دهد که بین نمرات CRP در پیش آزمون، پس آزمون (بدون توجه به عامل گروهی) تفاوت معنادار وجود دارد ($F_{(1,87)} = 33.07; p < 0.01$) ولی تعامل زمان و گروه معنادار نیست ($F_{(2,87)} = 0.33; p < 0.71$) در نتیجه تفاوت معناداری بین سه گروه در سه مرحله وجود ندارد. بنابر این، فرضیه اثربخشی بیشتر مداخله زوج محور بر آنزیم التهابی CRP تأیید نمی شود.

جدول ۵ تفاوت دو به دوی گروه ها را در سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری نشان می دهد. طبق جدول ۵، هر دو نوع مداخله در مقایسه با گروه گواه، تأثیر معنی داری در بهبود وضعیت زناشویی داشته اند ولی تنها در مداخله زوج محور این تفاوت معنادار در پیگیری سه ماهه پایدار مانده است. هم چنین، دونوع مداخله هم از پیش آزمون به پس آزمون و هم از پیش آزمون به پیگیری تفاوت معناداری با یکدیگر داشته اند که بر حسب میانگین ها، این تفاوت به نفع مداخله زوج محور است. اندازه اثر گروه آزمایشی زوج محور ($d = 0/20$) و گروه بیمار محور ($d = 0/06$) بود. به این ترتیب، فرضیه اول پژوهش مبنی بر اینکه میزان اثربخشی مداخله زوج محور در کاهش مشکلات زناشویی بیش از مداخله بیمار محور است، تأیید می شود. نمودار ۱ میانگین نمرات وضعیت زناشویی در سه گروه زوج محور، بیمار محور و گواه در سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری را نشان می دهد و مطابق آن، بیشترین کاهش مشکلات زناشویی در مرحله پس آزمون در گروه زوج محور بود.

جدول ۵. آزمون مقابله ها جهت مقایسه سه گروه در پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری در کیفیت رابطه زناشویی

گروه	شاخص	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
زوج محور و بیمار محور	پیش - پس آزمون	۴۴۳/۸۲۵	۱	۴۴۳/۸۲۵	۶/۱۶۸	۰/۰۱۶
	پیش آزمون - پیگیری	۵۲۲/۱۳۸	۱	۵۲۲/۱۳۸	۶/۸۸۵	۰/۰۱۱

جدول ۶. نتایج آزمون تحلیل واریانس اندازه گیری مکرر برای مقایسه میانگین CRP سه گروه زوج محور، بیمار محور و گواه و در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون

توان آزمون	اندازه اثر	سطح معناداری	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	منبع تغییرات	پس آزمون		پیش آزمون		گروه
								SD	M	SD	M	
۱	۰/۲۷	۰/۰۰	۳۳/۰۷	۹۲۱/۰۹	۱	۹۲۱/۰۸	زمان	۶/۶۳	۳/۸۲	۱۲/۰۱	۸/۹۶	بیمار محور
۰/۱۰	۰/۰۰۸	۰/۷۱	۰/۳۳۴	۹/۳	۲	۱۸/۶۰	تعامل زمان و گروه	۵/۳	۳/۴۶	۸/۱۹	۷/۱	زوج محور
				۲۷/۸۴۶	۸۷	۲۴۲۲/۶	خطا (زمان و تعامل با گروه)	۵/۶۸	۴/۵۸	۱۱/۳۵	۹/۳۸	گواه
								۵/۸۴	۳/۹۶	۱۰/۵۷	۸/۴۸	کل

بحث

نتایج این پژوهش نشان داد که مداخله شناختی-رفتاری زوج محور در مقایسه با مداخله شناختی-رفتاری بیمار محور دارای اندازه اثر بیشتری در بهبود کیفیت رابطه زوجین بوده و تأثیرات آن در دوره پیگیری سه ماهه نیز پایدار بوده است. بنابراین، فرضیه اول پژوهش تایید شد. برتری مداخله زوج محور با نتایج مطالعات زیر همخوانی دارد. مرور ۳۰ مطالعه و بررسی تأثیر رفتارهای خاص اعضای خانواده و الگوهای ارتباطی بر خودمدیریتی بیماری‌های مزمن و نتایج بالینی آن در بیماری‌های آرتروز، قلبی عروقی، دیابت و کلیه نشان داد که تاکید خانواده بر اتکا به خود،^۱ پیشرفت شخصی، انسجام خانوادگی^۲ و پاسخ‌های توجه‌آمیز به نشانگان بیماری مرتبط است با پیامدهای بهتر برای بیمار و در مقابل، پاسخ‌های انتقادی، فزون حمایت‌گرانه، کنترل‌گرانه و پرت‌کننده حواس، به مدیریت بیماری، با پیامدهای منفی برای بیمار مرتبط است (۲۸). هم‌چنین، فراتحلیل ۱۲ مطالعه تصادفی کنترل شده درباره بیماران آرتروز روماتوئید نشان داد که در پنج مطالعه رویکرد درمان زوج محور مزایای معناداری در مقایسه با رویکرد درمانی بیمار محور داشت و فقط یک مطالعه برتری مداخله بیمار محور را نشان داد (۲۹). هرچند که در مطالعه دیگری درباره تفاوت درمان زوج محور و بیمار محور و حمایتی در آرتروز زانو، تفاوت معناداری در پیامد درمانی دو گروه به دست نیامد. با این حال، گروه بیمار محور در شش ماه آینده، بهبودی عملکرد و کاهش

درد داشتند و گروه زوج محور در ۶ ماه آینده، کاهش افسردگی و نگرش ناخوشایند (تأثیر غیرمستقیم زوج‌درمانی) داشتند. پاسخ حمایتی همسر با خشم و تحریک‌پذیری کمتر زوجین، حمایت زوجی بالاتر و پاسخ انحرافی بیشتر نسبت به درد همراه بود (۳۰). به علاوه، نتایج این پژوهش با مطالعات ونلانک ولد و همکاران (۲۱) و ریمسما و همکاران (۲۲) مبنی بر تأثیر منفی مداخلات زوج محور در بیماری آرتروز روماتوئید همخوانی ندارد. دلیل احتمالی این ناهمخوانی آن است که در پژوهش‌های مزبور از محتوای آموزشی خاصی برای افراد مهم زندگی بیمار استفاده نشده است؛ بلکه همسر یا یکی از اعضای خانواده بیمار، صرفاً در جلسات مربوط به بیمار شرکت کرده است. یکی از تبیین‌های مطرح برای مؤثرتر بودن مداخله زوج محور آن است که این مداخله از طریق تغییر میزان برازش^۳ بین تقاضاهای روانی اجتماعی این بیماری و سبک عملکرد خانواده منجر به بهبود وضعیت زناشویی شده است که خود تأییدی است بر رویکرد سیستم‌های خانواده - بیماری (۳۱). این الگو مبتنی بر مفهوم تعامل سیستمی بین یک بیماری و خانواده است که در طی زمان نمو می‌یابد و میزان برازش بین تقاضاهای روانی اجتماعی این بیماری، سبک عملکرد خانواده و نیز منابع، تعیین‌کننده اولیه موفقیت در مقابله و یا انطباق ناکارآمد خواهد بود.

از طرف دیگر، از آنجا که حمایت اجتماعی یکی از پیشایندهای مقابله مؤثر با بیماری آرتروز روماتوئید است و بر

1. self - reliance
2. family cohesion

3. fit

زیستی - روانی - اجتماعی و سیستمی تاکید می‌کند. از محدودیت‌های پژوهش حاضر، شبه‌آزمایشی بودن پژوهش و تک‌جنسیتی بودن نمونه آماری پژوهش (زنان مبتلا به آرتريت روماتوئید) است که می‌تواند مشکلاتی را در تعمیم جنسیتی داده‌ها مطرح می‌کند.

سپاسگزاری

از افرادی که به عنوان آزمودنی در این پژوهش شرکت کردند، از اساتید و کارکنان محترم درمانگاه روماتولوژی مجتمع بیمارستانی امام خمینی (ره) و اساتید و متخصصان محترمی که صمیمانه و خالصانه در این پژوهش با ما همکاری نمودند، تشکر و قدردانی می‌شود.

References

1. Freeman DL. Harrison's principles of internal medicine. JAMA: The Journal of the American Medical Association. 2001;286(8):971-2. [View Link](#)
2. Chung CP, Sokka T, Arbogast PG, Pincus T. Work disability in early rheumatoid arthritis: higher rates but better clinical status in Finland compared with the US. Annals of the Rheumatic Diseases. 2006; 65 (12): 1653-1657. [Abstract](#)
3. Landi F, Liperoti R, Russo A, Capoluongo E, Barillaro C, Pahor M, et al. Disability, more than multimorbidity, was predictive of mortality among older persons aged 80 years and older. Journal of clinical epidemiology. 2010;63(7):752-9. [Abstract/FREE Full Text](#)
4. Gettings L. Psychological well-being in rheumatoid arthritis: a review of the literature. Musculoskeletal Care. 2010; 8 (2) : 99-106. [Abstract](#)
5. Korporaal M, Van Groenou MI, Tilburg TG. Health Problems and Marital Satisfaction among Older Couples. Journal of Aging and Health. 2013; 25 (8): 1279-1298. [Abstract](#)
6. Radcliffe E, Lowton K, Morgan M. Co-construction of chronic illness narratives by older stroke survivors and their spouses. Sociology of Health & Illness. 2013; 35 (7): 993-1007. [Abstract/FREE Full Text](#)
7. Sperry L. Treating Patients With Arthritis: The Impact of Individual, Couple, and Family Dynamics. The Family Journal. 2009;17(3):263-6. [Abstract](#)
8. Foxall MJ, Kollasch C, McDermott S. Family stress and coping in rheumatoid arthritis. Arthritis & Rheumatism. 1989;2(4):114-21. [Abstract](#)
9. Sharpe L, Sensky T, Timberlake N, Ryan B, Allard S. Long-

ارزیابی درماندگی تأثیر می‌گذارد (۳۲) و می‌تواند میزان فعالیت بیماری آرتريت روماتوئید را در ۳ تا ۵ سال بعد از تشخیص اولیه بیماری پیش‌بینی کند (۱۱). مداخله زوج‌محور از طریق افزایش حمایت اجتماعی منجر به کاهش احساس درماندگی و بهبود وضعیت زناشویی شده است. تبیین احتمالی دیگر آن است که بهبود رابطه جنسی از طریق توجه به هیجانات و فنون سکس‌تراپی منجر به بهبود وضعیت زناشویی شده باشد. از طرف دیگر، با توجه به این که اندازه اثر مداخله شناختی-رفتاری-هیجانی زوج‌محور ($d=0.20$) در حد کم طبقه‌بندی می‌شود، بایستی از طریق افزایش تعداد جلسات آموزشی و اضافه کردن مهارت‌های ارتباطی بر میزان اندازه اثر افزود.

از نظر شاخص آنزیم التهابی CRP تفاوت معناداری بین گروه‌ها وجود نداشت؛ که نشان‌دهنده عدم تأثیر دو نوع مداخله روان‌شناختی بر فعالیت دستگاه ایمنی و آنزیم التهابی است؛ بنابراین، فرضیه دوم پژوهش تأیید نمی‌شود. با این حال، میزان آنزیم مزبور در همه گروه‌ها در پس‌آزمون کاهش یافته است که حاکی از تأثیر مصرف داروهای تجویزی است.

نتیجه‌گیری

در پژوهش حاضر مداخله زوج‌محور از طریق تاکید بر علیت چرخشی و بافت رابطه در مشکلات بین زوجین، کاهش مشکلات جنسی و تصحیح اسنادهای ناکارآمد موجب بهبود کیفیت رابطه زوجین شده است. بنابراین، می‌توان به دو دسته پیامد عملی و نظری پژوهش اشاره نمود. در سطح عملی و بالینی، تهیه و اجرای برنامه‌های مداخلات شناختی-رفتاری - هیجانی زوج‌محور درباره بیماری آرتريت روماتوئید می‌تواند منجر به بهبود کیفیت رابطه زناشویی این بیماران شده و سازگاری با بیماری را هم در سطح فردی و زوجی افزایش دهد. اجرای چنین مداخلاتی می‌تواند به عنوان درمان الحاقی در کاهش تأثیرات خانوادگی این بیماری مؤثر باشد. در سطح نظری نیز یافته‌های پژوهش حاضر ضمن حمایت از نظریه‌های شناختی - رفتاری بر مؤثر تر بودن رویکردهای

- arthritis. Behavior Therapy. 1993;23(1):13-30. [Abstract](#)
21. Martire LM, Schulz R, Helgeson VS, Small BJ, Saghabi EM. Review and meta-analysis of couple-oriented interventions for chronic illness. Annals of behavioral medicine. 2010;40(3):325-42. [Abstract/FREE Full Text](#)
22. Riemsma RP, Kirwan JR, Taal E, Rasker, HJ. Patient education for adults with rheumatoid arthritis. Cochrane Database of Reviews. 2003 (2). [Abstract](#)
23. van Lankveld W, van Helmond T, Näring G, de Rooij DJ, van den Hoogen F. Partner participation in cognitive-behavioral self-management group treatment for patients with rheumatoid arthritis. The Journal of rheumatology. 2004;31(9):1738-45. [Abstract](#)
24. Rust J, Bennun I, Crowe M, Golombok S. The Golombok Rust inventory of marital state (GRIMS). Sexual and Marital Therapy. 1986;1(1):55-60. [Abstract](#)
25. Besharat MA. A preliminary study on the psychometric properties of Golombok-Rust Inventory of Marital Status. Research Report. University of Tehran.
26. Libby P, Ridker PM, Maseri A. Inflammation and atherosclerosis. Circulation. 2002;105(9):1135-43. [Abstract/FREE Full Text](#)
27. Razeghi E, Parkhideh S, Ahmadi F, Khashayar P. Serum CRP levels in pre-dialysis patients. Renal failure. 2008;30(2):193-8. [Abstract](#)
28. Yildirim K, Karatay S, Melikoglu MA, Gureser G, Ugur M, Senel K. Associations between acute phase reactant levels and disease activity score (DAS28) in patients with rheumatoid arthritis. Annals of Clinical & Laboratory Science. 2004;34(4):423-6. [Abstract](#)
29. Martire LM, Schulz R, Keefe FJ, Rudy TE, Starz TW. Couple-oriented education and support intervention: Effects on individuals with osteoarthritis and their spouses. Rehabilitation Psychology. 2007;52(2):121. [Abstract](#)
30. Martire LM, Schulz R, Keefe, FJ, Rudy TE, Starz, TW. Couple-oriented education and support intervention for osteoarthritis: Effects on spouses' support and responses to patient pain. Families, Systems & Health. 2008; 26 (2): 185-195. [Abstract](#)
31. Rolland JS. Mastering family challenges in serious illness and disability. Normal family processes. 1993:444-73. [Abstract/FREE Full Text](#)
32. Smith CA, Wallston KA. Adaptation in patients with chronic rheumatoid arthritis: Application of a general model. Health Psychology. 1992; 11 (3): 151-162. [Abstract](#)
- term efficacy of a cognitive behavioural treatment from a randomized controlled trial for patients recently diagnosed with rheumatoid arthritis. Rheumatology. 2003;42(3):435-41. [Abstract](#)
10. Vahedian-Shahroodi M, Elaheh L-m, Esmaily H, Tehrani H, Hamidreza M-H. Prediction of Osteoporosis Preventive Behaviors using the Health Belief Model. Iranian Journal of Health Education & Promotion. 2014;2(3):199.. [Abstract/FREE Full Text](#)
11. Evers AW, Kraaimaat FW, van Riel PL, de Jong AJ. Tailored cognitive-behavioral therapy in early rheumatoid arthritis for patients at risk: a randomized controlled trial. Pain. 2002;100(1):141-53. [Abstract/FREE Full Text](#)
12. Bradley LA, Young LD, Anderson KO, Turner RA, Agudelo CA, Mcdaniel LK, et al. Effects of psychological therapy on pain behavior of rheumatoid arthritis patients. treatment outcome and six-month followup. Arthritis & Rheumatism. 1987;30(10):1105-14. [Abstract](#)
13. Zautra AJ, Davis MC, Reich JW, Nicassario P, Tennen H, Finan P, et al. Comparison of cognitive behavioral and mindfulness meditation interventions on adaptation to rheumatoid arthritis for patients with and without history of recurrent depression. Journal of consulting and clinical psychology. 2008;76(3):408. [Abstract](#)
14. Sharpe L, Allard S, Sensky T. Five-year followup of a cognitive-behavioral intervention for patients with recently-diagnosed rheumatoid arthritis: Effects on health care utilization. Arthritis Care & Research. 2008;59(3):311-6. [Abstract/FREE Full Text](#)
15. Warsi A, LaValley MP, Wang PS, Avorn J, Solomon DH. Arthritis self-management education programs: A meta-analysis of the effect on pain and disability. Arthritis & Rheumatism. 2003; 48 (8): 2207-2213. [Abstract/FREE Full Text](#)
16. Manne SL, Zautra AJ. Spouse criticism and support: their association with coping and psychological adjustment among women with rheumatoid arthritis. Journal of personality and social psychology. 1989;56(4):608. [Abstract](#)
17. Stephenson E, DeLongis A, Esdaile JM, Lehman AJ. Depressive Symptoms and Rheumatoid Arthritis: Spouse Empathic Responding as a Buffer. Arthritis Care & Research. 2014; 66 (4): 532-541. [Abstract/FREE Full Text](#)
18. Rosland A-M, Heisler M, Piette JD. The impact of family behaviors and communication patterns on chronic illness outcomes: a systematic review. Journal of behavioral medicine. 2012;35(2):221-39. [Abstract/FREE Full Text](#)
19. Lorig KR, Mazonson PD, Holman HR. Evidence suggesting that health education for self-management in patients with chronic arthritis has sustained health benefits while reducing health care costs. Arthritis & Rheumatism. 1993;36(4):439-46. [Abstract](#)
20. Radojevic V, Nicassio PM, Weisman MH. Behavioral intervention with and without family support for rheumatoid