

روان و سیستم ایمنی بدن

نگارش:

اسماعیل حقی

دکتر علیرضا غفاری

زهرا پوری

الناز بهاری

عنوان و نام پدیدآور : روان و سیستم ایمنی بدن / نگارش اسماعیل حقی... [و دیگران].
مشخصات نشر : اردبیل: دانشگاه جامع علمی- کاربردی، مرکز آموزش عالی علمی - کاربردی جمعیت هلال احمر استان
اردبیل، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری : جدول: ۵/۱۴ × ۵/۲۱ س.م. شابک: 978-600-96545-4-3

وضعیت فهرست نویسی : فیا

یادداشت : نگارش اسماعیل حقی، عذرا غفاری، زهرا نوری، الناز بهاری فر.

یادداشت : کتابنامه: ص. ۹۹ - ۱۱۰.

موضوع : آسیب شناسی ایمنی

موضوع : Immunopathology

موضوع : سیستم ایمنی

موضوع : Immune system

موضوع : روان درمانی

موضوع : Psychotherapy

موضوع : حمایت اجتماعی

موضوع : Social advocacy

موضوع : تاب آوری

موضوع : (Resilience (Personality traits

شناسه افزوده : اسماعیل حقی

شناسه افزوده : دانشگاه جامع علمی- کاربردی، مرکز آموزش عالی علمی - کاربردی جمعیت هلال احمر استان اردبیل

شناسه افزوده : University of Applied Science and Technology, Center for Applied Science and Red Crescent Ardabil

شناسه افزوده : ۱۳۹۶/۹/۵۸۲/۱۵RC

رده بندی کنگره :

رده بندی دیویی : ۶۱۶/۰۷۹

شماره کتابشناسی ملی : ۵۰۸۶۴۴۱

عنوان کتاب: روان و سیستم ایمنی بدن

تالیف: اسماعیل حقی، دکتر عذرا غفاری، زهرا نوری، الناز بهاری فر

ناشر: مرکز علمی کاربردی هلال احمر استان اردبیل

چاپ و صحافی: چاپخانه نگین

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۲۵۰۰۰ تومان

نوبت چاپ: اول- ۱۳۹۷

شابک: 978-600-96545-4-3

صفحه	عنوان
۱	مقدمه
	فصل اول سیستم ایمنی بدن
۴	مکانیسم دفاعی بدن
۴	دفاع غیر اختصاصی
۴	اجزای نخستین خط دفاع غیر اختصاصی
۵	دومین خط دفاع غیر اختصاصی
۶	دفاع اختصاصی
	فصل دوم تاب آوری به عنوان یک متغیر روان شناختی
۱۱	تاب آوری
۱۲	تاب آوری از دیدگاه انسان شناسی
۱۳	تاب آوری از دیدگاه روان شناسی
۱۳	تاب آوری از دیدگاه جامعه شناسی
۱۴	تاب آوری از دیدگاه تعلیم و تربیت
۱۴	ویژگی های تاب آوری
۱۵	ویژگی های فردی
۱۶	ویژگی های ارتباطی
۱۶	ویژگی های جامعه
۱۷	ویژگی های فرهنگی
۱۷	ویژگی های بوم شناسی جسمانی
۱۸	مروری بر تاب آوری
۱۸	شناسایی کیفیت های تاب آوری
۱۹	فرآیند تاب آوری
۲۰	نظریه تاب آوری

۲۱	رویکردهای نظری به تاب آوری
۲۱	رویکرد سالیوتوژنیک به تاب آوری
۲۲	مدل بوم شناسی به تاب آوری
۲۳	رویکرد کامیفر به تاب آوری
۲۳	مدل های تاب آوری
۲۳	مدل عامل جبرانی
۲۴	مدل رویارویی
۲۵	مدل مانع فزینی
۲۵	اهمیت تاب آوری
۲۶	انواع تاب آوری
۲۶	تاب آوری عمومی
۲۶	تاب آوری حقیقی
۲۷	تاب آوری تلقیحی
۲۷	عوامل خطر و حمایتی
۲۸	ماهیت پویای تاب آوری
۲۹	خاستگاه اصلی پژوهش تاب آوری
	فصل سوم حمایت اجتماعی ادراک شده و عزایان یک متغیر روان شناختی
۳۲	حمایت اجتماعی ادراک شده
۳۳	ابعاد حمایت اجتماعی
۳۴	انواع حمایت اجتماعی
۳۶	منابع حمایت اجتماعی
۳۷	نظریه های مهم حمایت اجتماعی
۳۷	۱-فرضیه حمایتی یا سپری یا الگوی میان گیرنده (حفاظت کننده)
۳۹	۲-فرضیه اثرات عمده یا مستقیم حمایت اجتماعی
۴۰	۳- فرضیه ادراکی (دریافتی) حمایت اجتماعی

- ۴۱ نقشهای حمایت اجتماعی
- ۴۲ حمایت اجتماعی و سلامت روانی
- ۴۲ منابع ارتقاء حمایت اجتماعی

فصل چهارم راهبرد های مقابله ای به عنوان یک متغیر روان شناختی

- ۴۵ راهبردهای مقابله ای
- ۴۵ تعریف راهبردهای و مهارتهای مقابله ای
- ۴۶ انواع راهبردهای مقابله
- ۴۶ الف) مقابله ای کارآمد
- ۴۶ ب) مقابله ای ناکارآمد
- ۴۷ دیدگاه های راهبردهای مقابله
- ۴۷ دیدگاه اول:
- ۴۷ دیدگاه دوم:
- ۴۷ دیدگاه سوم:
- ۴۸ انواع مقابله ای کارآمد
- ۴۸ مقابله ای متمرکز بر مسأله
- ۴۹ مقابله ای متمرکز بر هیجان
- ۵۱ مقابله ای ناکارآمد و غیر مفید
- ۵۲ عوامل موثر بر انتخاب راهبردهای مقابله ای
- ۵۲ عوامل مربوط به منبع مقابله
- ۵۴ عوامل مربوط به ارزیابی های موقعیتی
- ۵۵ اهمیت آموزش مهارت های راهبردهای مقابله ای

فصل پنجم تحقیقات و بررسی های داخلی و خارجی انجام یافته در خصوص رابطه متغیر

های روان شناختی با فعالیت سیستم ایمنی

- ۵۷ پیشینه های داخلی پژوهش
- ۶۰ پیشینه خارجی پژوهش

فصل ششم کلیات و روش شناسی پژوهش

۶۵	اهداف پژوهش
۶۶	فرضیه ها
۶۷	جامعه آماری
۶۷	روش نمونه گیری و حجم نمونه
۶۷	ابزار گرد آوری اطلاعات
۶۹	روش گرد آوری اطلاعات
۵۷	روش تجزیه و تحلیل اطلاعات
۷۰	نتایج تحقیقات
۷۰	ویژگی های جمعیت شناختی
۷۱	یافته های توصیفی
۷۲	یافته های استنباطی
	فصل هفتم تحلیل فرضیه های پژوهش حاضر و تبیین یافته های حاصل از آن
۷۹	تحلیل و تبیین
۸۴	نتیجه گیری
۸۷	منابع و مأخذ

انسان در محیطی زندگی می‌کند که عوامل و میکروارگانیسمهای^۱ بیماری‌زای متعددی سلامتی وی را بطور دائم تهدید می‌کند. پوست و پرده‌های مخاطی به عنوان یک سد حفاظتی از ورود این عوامل به بدن جلوگیری می‌نمایند. با وجود این عبور عوامل بیماری‌زا از نواحی آسیب دیده و ضعیف این سد حفاظتی امکان پذیر می‌باشد. سیستم ایمنی^۲ بخشی از بدن است که وظیفه شناسایی سلول‌ها و مولکول‌های خودی را از بیگانه و از بین بردن یا بی‌خطر کردن آن‌ها را برعهده دارد (میتوز^۳ و همکاران، ۲۰۰۶).

عوامل روانشناختی می‌توانند دستگاه ایمنی بدن را تغییر دهند و بدین طریق خطر ابتلا به بیماری‌های عفونی و بدخیم و حتی خطر مرگ را افزایش دهند. برخی ویژگی‌ها نیز به عنوان عوامل مقاوم در برابر این تغییر عمل می‌کنند (حمید و اکبری شایه، ۱۳۹۲).

مطالعات بالینی نشان می‌دهد که فشار روانی ناشی از رویدادهای روزمره زندگی به تدریج فعالیت سیستم‌های مختلف بدن از جمله سیستم ایمنی را تحت تأثیر قرار داده و می‌تواند آنها را تضعیف و مختل سازد. متغیرهای گوناگون این تأثیر را تعدیل و یا تقویت نموده و در نتیجه انسان به دلیل تضعیف سیستم ایمنی بدن مستعد ابتلا به بیماری‌های روانی و جسمانی می‌شود (پیاک^۴ و همکاران، ۲۰۰۴).

معمولاً اولین تأثیر استرس بر سیستم ایمنی، افزایش فعالیت فردی در واقع نوعی آمادگی و بسیج است که با افزایش تعداد عملکرد سلولهای سیستم ایمنی در حواجلو می‌کند ولی متعاقباً کاهش عملکرد سیستم ایمنی را به دنبال دارد و در استرسهای حیرت‌زمن، ظرف چند ساعت قابل جبران است. با طولانی شدن زمان استرس شدت تغییرات سیستم ایمنی بیشتر شده و انواع بیشتری از سلولها را درگیر می‌کند. تجمع استرسها باعث می‌شود یک استرس کوچک هم در شرایطی بتواند موجب اختلال عملکرد سیستم ایمنی و بروز بیماری شود.

1 - Microorganisms

2 - Immune System

3 - Matthews

4 - Peake

امروزه در این حیطه، مطالعات مربوط به روان اعصاب ایمنی شناختی^۱ به دنبال کشف منابع مقاومت در برابر اثرات منفی استرس می باشند (مورن^۲ و همکاران، ۲۰۰۸).
 با توجه به نقش متغیرهای روانشناختی در فعالیت سیستم ایمنی بدن این کتاب با هدف بررسی نقش متغیرهای روانشناختی در فعالیت سیستم ایمنی بدن گردآوری و تدوین شده است.

www.ketab.ir

1 - Psychoneuro Immunology

2 - Moren