

عنوان مقاله:

مقایسه تاثیر آموزش خود مراقبتی و مدیریت استرس بر کیفیت زندگی و مشکلات تغذیه ای سالمندان دیابتی

محل انتشار:

سومین همایش ملی روانشناسی، تعلیم و تربیت و سبک زندگی (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسندگان:

زیا برقی ایرانی - عضو هیئت علمی گروه روانشناسی دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

زهرا وحیدی - کارشناس ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

بابک لطفی - کارشناس ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: پژوهش حاضر با هدف مقایسه تاثیر آموزش خودمراقبتی و مدیریت استرس بر کیفیت زندگی و مشکلات تغذیه ای سالمندان دیابتی و استفاده از این برنامه در مراکز سالمندان و مراکز درمانی و دیابتی انجام شد مواد و روش ها: روش این پژوهش نیمه آزمایشی با پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری با 2 گروه آزمایشی و 1 گروه کنترل از نوع مداخله ای-مقایسه ای بود. جامعه آماری در این پژوهش سالمندان بالای 60 سال سن و مبتلا به بیماری دیابت و ساکن شرق شهر تهران در سال 1397 بودند. حجم نمونه شامل 45 نفر از سالمندان دیابتی بود که به دو گروه آزمایش (هر گروه 15 نفر) و یک گروه کنترل 15 نفر) تفکیک شدند. نمونه در این پژوهش به صورت در دسترس از بین سالمندان دیابتی تهران به صورت در دسترس در شرق تهران انتخاب شد. از پرسشنامه های کیفیت زندگی WHOQOL و سنجش فشرده تغذیه MNA، جهت جمع آوری اطلاعات استفاده شد. دوره آموزش خودمراقبتی به صورت گروهی برای گروه اول آزمایش و آموزش مدیریت استرس برای گروه دوم آزمایش اجرا گردید. یافته ها: نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد که آموزش خود مراقبتی و مدیریت استرس بر مشکلات تغذیه ای سالمندان دیابتی تاثیر دارد و آموزش خود مراقبتی در کاهش مشکلات تغذیه ای موثرتر از آموزش مدیریت استرس است. آموزش خود مراقبتی و مدیریت استرس بر کیفیت زندگی سالمندان دیابتی تاثیر دارد و آموزش خود مراقبتی در افزایش کیفیت زندگی موثرتر از آموزش مدیریت استرس است.

کلمات کلیدی:

خودمراقبتی، مدیریت استرس، کیفیت زندگی، مشکلات تغذیه ای، سالمندان دیابتی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1020933>

