

عنوان مقاله:

بررسی تأثیر مشاوره بر سبک زندگی زنان یائسه

محل انتشار:

اولین همایش ملی بهداشت خانواده و اصلاح شیوه زندگی (سال: 1389)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

مریم حاجی اسماعیل لو - کارشناس ارشد مامایی-عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه گرو

پروین عابدی - دکتری تغذیه- عضو هیئت علمی دانشکده پرستاری مامایی دانشگاه علوم پزشکی

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر یک مطالعه نیمه تجربی و از نوع مطالعات قبل و بعد می باشد و هدف از انجام آن تعیین تأثیر مشاوره دوران یائسگی بر ابعاد مختلف سبک زندگی شامل عادات غذایی، فعالیت بدنی، استفاده از نور آفتاب، قرارگیری در معرض دود سیگار، اوقات فراغت، خواب، استراحت و استفاده از خدمات درمانی می باشد. نمونه های پژوهش تعداد 60 نفر از زنان 45-60 ساله ای بودند که حداقل 12 ماه از آخرین قاعدگی آنها می گذشت، بیماری سیستمیک شناخته شده و یائسگی زودرس در اثر بیماری یا جراحی نداشته، دارای حداقل سواد خواندن و نوشتن و قادر به پاسخگویی به سئوالات بودند. این افراد از طریق کارکنان بهداشت خانواده و رابطین بهداشتی در مرکز بهداشتی درمانی شماره 1 شهرستان ماکو به پژوهشگر معرفی شدند. اطلاعات اولیه سبک زندگی از طریق پرسشنامه و به روش مصاحبه جمع آوری گردید و سپس برنامه های مشاوره ای به صورت گروهی با تعداد حداکثر 12 نفر در شش جلسه یک و نیم ساعته برگزار شد. مرحله دوم جمع آوری اطلاعات 6 هفته پس از آخرین جلسه مشاوره انجام گرفت و تجزیه و تحلیل آماری با استفاده از آمار توصیفی و آزمون های تی زوجی و مک نمار و کندانال انجام شد. نتایج این پژوهش نشان داد که اختلاف معنی داری در عادات غذایی، فعالیت بدنی، استفاده از نور آفتاب، خواب و استراحت، استفاده از اوقات فراغت و خدمات درمانی در اعضای مورد پژوهش قبل و بعد از مشاوره وجود دارد $P = 0/000$ همچنین تفاوت معنی داری قرار گیری در معرض دود سیگار در اعضای مورد پژوهش قبل و بعد از مشاوره مشاهده نشد بنابراین مشاهدات این تحقیق نشان داد که مشاوره در بهبود سبک زندگی و ایجاد تغییر رفتار در جهت افزایش سلامتی زنان در دوران یائسگی تأثیر داشته است. لذا با توجه به یافته های پژوهش و نیز افزایش امید به زندگی و سالیانی که خانم ها بعد از یائسگی سپری می کنند، لزوم انجام مشاوره دوران یائسگی و حمایت و مراقبت از این قشر را تأکید می کند

کلمات کلیدی:

یائسگی، سبک زندگی، مشاوره یائسگی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/123515>

