

عنوان مقاله:

بررسی اعتیاد به اینترنت و ارتباط آن با کیفیت خواب و افسردگی در میان دانشجویان خوابگاهی دانشکده بهداشت لارستان

محل انتشار:

فصلنامه بهداشت کار و ارتقای سلامت، دوره 5، شماره 2 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

بهرام کوهنورد - *Department of Occupational Health and Safety Engineering, School of Public Health, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran*

مرجان اسدیار - *Department of Public Health, Ewaz School of Health, Larestan School of Medical Sciences, Larestan, Iran*

مرضیه هنربخش - *Department of Occupational Health Engineering, Ewaz School of Health, Larestan School of Medical Sciences, Larestan, Iran*

محمدرضا زارع - *Department of Environmental Health Engineering, Ewaz School of Health, Larestan School of Medical Sciences, Larestan, Iran*

زهرا شاه محمدی - *Department of Public Health, Ewaz School of Health, Larestan School of Medical Sciences, Larestan, Iran*

خلاصه مقاله:

چکیده مقدمه: اعتیاد به اینترنت بر سلامت و بهداشت روان تاثیر منفی می گذارد و منجر به ناراحتی و اختلال بالینی می شود لذا این مطالعه با هدف بررسی ارتباط بین اعتیاد به اینترنت با کیفیت خواب و افسردگی در دانشجویان خوابگاهی انجام شد. روش بررسی: این پژوهش یک مطالعه توصیفی - تحلیلی بود. از آنجایی که در این مطالعه تمام دانشجویان ساکن خوابگاه ها شرکت کرده اند (۹۵ نفر)، روش نمونه گیری بصورت سرشماری انجام شد. در این طرح از سه پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ، پرسشنامه افسردگی گلدبرگ و پرسشنامه کیفیت خواب پترزبورگ استفاده شد. جهت آنالیز آماری داده ها از آمار توصیفی همچون میانگین، انحراف معیار و همچنین آزمون های آماری تحلیلی نظیر آنالیز واریانس یکطرفه با نرم افزار SPSS ۲۲ استفاده شد. یافته ها: از بین دانشجویان مورد بررسی ۶۳ نفر (۳/۶۶٪) از لحاظ اعتیاد به اینترنت در سطح نرمال بودند، ۳۱ نفر (۶/۳۲٪) اعتیاد خفیف و ۹۵ نفر اعتیاد شدید به اینترنت داشتند. بررسی ۶۷ نفری میزان افسردگی در بین دانشجویان نشان داد که از بین ۹۵ نفر، تعداد ۲۲ نفر دارای افسردگی خفیف به متوسط و ۱۰ نفر دارای افسردگی مرزی هستند. میانگین نمره کیفیت خواب دانشجویان 38.7 ± 8.2 بود و ارتباط معنی داری بین آن و اعتیاد به اینترنت وجود داشت ($P < 0.01$). بحث و نتیجه گیری: با توجه به شیوع اعتیاد به اینترنت بین دانشجویان و ارتباط معنی دار آن با افسردگی و بی خوابی، باید برنامه ریزی های لازم به منظور پیشگیری از این مشکل بهداشتی انجام شود.

کلمات کلیدی:

Internet addiction, sleep quality, depression, student, dormitory, اعتیاد به اینترنت، کیفیت خواب، افسردگی، دانشجو، خوابگاه

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1268094>



