

## عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش همتا بر سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت در رابطین بهداشت

## محل انتشار:

نشریه آموزش پرستاری، دوره 6، شماره 2 (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسندگان:

منیره رستگار - Mashhad University of Medical Sciences, Mashhad, Iran

حمیدرضا زنده طلب - Mashhad University of Medical Sciences, Mashhad, Iran

سید رضا مظلوم - Mashhad University of Medical Sciences, Mashhad, Iran

مهری یآوری - Mashhad University of Medical Sciences, Mashhad, Iran

## خلاصه مقاله:

مقدمه: سبک زندگی ناسالم و مشکلات ناشی از آن، توجه بیشتر به برنامه‌های آموزش و ارتقاء سلامت را در میان گروه‌های مختلف جامعه ایجاد می‌نماید. بنابراین، این مطالعه با هدف اثربخشی آموزش همتا بر سبک‌زندگی ارتقاء دهنده سلامت در رابطین بهداشت انجام شد. روش کار: در این مطالعه نیمه تجربی، ابتدا با نمونه‌گیری در دسترس، ۵۹ واحد پژوهش از ۴ مرکز تحت پوشش مرکز بهداشت شماره ۳ مشهد براساس نتایج مطالعه مقدماتی انتخاب شدند. سپس به طور تصادفی، ۲ مرکز به گروه آزمون (۲۹ نفر) و ۲ مرکز دیگر به گروه شاهد (۳۰ نفر) اختصاص داده شد. در گروه آزمون بعد از انتخاب آموزش دهندگان همتا، مداخله آموزشی طی ۶ جلسه ۴۵-۶۰ دقیقه‌ای در قالب گروه‌های کوچک و آموزش مشارکتی اجرا شد. در گروه شاهد برنامه متداول مراکز انجام شد. در هر دو گروه، پرسشنامه استاندارد سبک زندگی قبل و ۴ هفته بعد از مداخله تکمیل شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با نرم افزار SPSS-۱۶ و آزمونهای تی، من ویتنی، ویلکاکسون و مجذور کای انجام شد. یافته‌ها: بعد از مداخله، میانگین نمرات سبک زندگی در گروه آزمون در مقایسه با قبل از مداخله در تمامی ابعاد افزایش معنی‌داری داشت ( $P < 0.01$ )، در حالی‌که در گروه شاهد در تمامی ابعاد به جز مسئولیت‌پذیری سلامتی افزایش معنی‌داری مشاهده نشد ( $P = 0.05$ ). نتیجه‌گیری: آموزش همتا در ارتقاء سبک زندگی رابطین بهداشت موثر است، بنابراین بکارگیری آموزش همتا در برنامه آموزشی رابطین بهداشت توصیه می‌گردد.

## کلمات کلیدی:

Peer education, Lifestyle, Health promotion, Health volunteers, آموزش همتا،

سبک زندگی، ارتقای سلامت، رابطین بهداشت

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1356984>

