

عنوان مقاله:

بررسی میزان مصرف شیر و لبنیات و وضعیت دریافت کلسیم و ویتامین D در گروهی از نظامیان نیروی دریایی

محل انتشار:

فصلنامه طب دریا، دوره 1، شماره 3 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

سهراب سالی

منصور بابایی - Health Management Research Center, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: کلسیم و ویتامین D از مواد مغذی ضروری در سلامت جسمی و روانی نظامیان به حساب می آید. سربازان و نیروهای نظامی همواره در خطر شکستگی های استخوانی قرار دارند که موجب می شود توجه به میزان مصرف منابع کلسیم و ویتامین D همچون شیر و لبنیات در آنها دوچندان باشد. هدف مطالعه حاضر بررسی میزان مصرف شیر و لبنیات و وضعیت دریافت کلسیم و ویتامین D در نظامیان نیروی دریایی می باشد. روش ها: این مطالعه بر روی ۸۹ نفر از نظامیان نیروی دریایی در شهر بندرعباس در سال ۱۳۹۷ انجام گرفت. بعد از ثبت اطلاعات دموگرافیک، بررسی فعالیت های حرکتی با پرسشنامه فعالیت فیزیکی و بررسی کلسیم و ویتامین D دریافتی با FFQ۱۶۸ ثبت شد. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۰ تجزیه و تحلیل شد. یافته ها: تعداد ۸۹ نفر از مردان نظامی نیروی دریایی با میانگین سنی $32/6 \pm 5/1$ سال حضور داشتند. میانگین ساعت خواب، $7/2$ ساعت در روز بود. میانگین انرژی دریافتی روزانه 2973 کیلوکالری بدست آمد. میانگین مصرف گروه لبنیات $1/2$ واحد در روز و شیوع کمبود دریافت کلسیم $77/5\%$ گزارش شد. افراد مورد مطالعه به طور میانگین $20/2\%$ کمبود دریافت ویتامین D داشته و $79/8\%$ افراد متوسط دریافت ویتامین D نرمال یا بالاتر داشتند. همچنین در مورد کلسیم، به طور متوسط $48/3\%$ کمتر از استاندارد و $51/7\%$ میزان دریافت کلسیم نرمال و یا بالاتر داشتند. نتیجه گیری: تعداد زیادی از افراد نیروی دریایی مورد مطالعه دریافت لبنیات و کلسیم کمتر از میزان استاندارد داشتند ولی در مورد ویتامین D اکثر افراد دریافت استانداردی را نشان دادند. با این وجود برای قضاوت دقیق تر توصیه می شود سطح سرمی ویتامین D اندازه گیری شود.

کلمات کلیدی:

Nutrition, Calcium, Vitamin D, Dairy, Navy, تغذیه, کلسیم, ویتامین D, لبنیات, نیروی دریایی.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1695881>

