

عنوان مقاله:

بررسی رابطه بین طول مدت خواب و قند خون بیماران مبتلا به دیابت نوع 2

محل انتشار:

فصلنامه پرستاری دیابت زابل، دوره 2، شماره 3 (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

منصور غفوری فرد - دانشجوی دکتری پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی تبریز، تبریز، ایران

نصیبه لازاری - کارشناس ارشد پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی ارومیه، بیمارستان امام خمینی ارومیه، ارومیه، ایران

طاهره طلوعی پورلنجوانی - کارشناس ارشد پرستاری، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ورامین- پیشوا، گروه پرستاری، ورامین، ایران

رضا قانع قشلاق - دانشجوی دکترای پرستاری، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، گروه پرستاری، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه و هدف: خواب یکی از اجزای مهم سبک زندگی انسان بوده و اختلال در آن باعث ایجاد مشکلات زیادی می شود. تغییر مدت خواب با بیماری های قلبی عروقی، مشکلات متابولیکی و افزایش وزن و چاقی ارتباط دارد. پژوهش حاضر به منظور بررسی رابطه بین طول مدت خواب و تغییرات قند خون بیماران دیابتی نوع دو صورت گرفته است. مواد و روش ها: این مطالعه توصیفی-تحلیلی روی 108 بیمار دیابتی نوع دو انجام شد. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه محقق ساخته استفاده شد. از آزمون های آماری تی تست، آنوای یکطرفه و کای اسکور برای تجزیه و تحلیل داده ها استفاده شد. یافته ها: یافته ها نشان داد که بین قند خون ناشتا و طول مدت خواب شبانه همبستگی وجود داشت ($p=0/0001$) و $r=0/33$. میانگین طول مدت خواب بیماران $1/8 \pm 6/2$ ساعت بود. شاخص توده بدنی زنان دیابتی به طور معناداری بیش از مردان دیابتی بود ($p=0/007$). همچنین قند خون بیماران دیابتی با خواب بیش از 8 ساعت بیشتر از سایر بیماران دیابتی بود ($p=0/01$). بحث و نتیجه گیری: مطالعه حاضر نشان داد که بیماران دیابتی با طول مدت خواب شبانه زیاد، قند خون ناشتای بالاتری دارند. بنابراین پیشگیری از اختلالات خواب با تاکید بر بهداشت خواب و توصیه به خواب شبانه طبیعی و به میزان کافی در بیماران دیابتی جهت پیشگیری از تغییرات قند خون ضروری به نظر می رسد.

کلمات کلیدی:

خواب، دیابت، قندخون

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/705243>

