

## عنوان مقاله:

تبعیت از رفتارهای خودمراقبتی در بیماران مبتلا به فشار خون بالا

## محل انتشار:

فصلنامه سواد سلامت، دوره 4، شماره 3 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

## نویسندگان:

آسیه پیرزاده - آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

طاهره سیما پیمان - کارشناسی ارشد-گروه آموزش بهداشت- دانشکده بهداشت- دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

اکبر حسن زاده - مربی- گروه آمار- دانشکده بهداشت- دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

فیروزه مصطفوی - دانشیار گروه آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

## خلاصه مقاله:

مقدمه و هدف: پیروی از رفتارهای خودمراقبتی در بیماران فشار خون بالا عامل مهمی در مدیریت فشار خون است. از این رو، این مطالعه با هدف تعیین رفتارهای خودمراقبتی در بیماران مبتلا به فشار خون بالا در اصفهان انجام شد. مواد و روش ها: یک مطالعه مقطعی، با 210 بیمار مبتلا به فشار خون بالا که به مراکز بهداشتی درمانی اصفهان در سال 2016 مراجعه کرده اند (2016). نمونه گیری تصادفی چند مرحله ای بود. پرسشنامه H-SCALE شامل اطلاعات مربوط به پیروی از دارو، رژیم غذایی کم نمک، سیگار کشیدن، فعالیت بدنی و مدیریت وزن با مصاحبه تکمیل شد. دادهها با استفاده از نرمافزار آماری SPSS و نسخه 20 تجزیه و تحلیل شدند و از آمار توصیفی و تحلیلی و همچنین آزمون t مستقل و مجذور کای استفاده شد. سطح معنی داری 0.05 تعیین شده است. نتایج: در این مطالعه میانگین سنی افراد  $3/57 \pm 9/8$  سال بود. بیش از 90٪ از مردان و بیش از 80٪ از خانمها گزارش داده اند که به داروهای فشار خون بالا پایبند هستند. پایبندی به رژیم غذایی کم نمک در مردان به ترتیب بیشتر از 15.4٪ زن و 6٪ بود. اما زنان بیشتر از مردان (5/11٪) فعالیت بدنی (8/22٪) را دنبال کردند. نتایج نشان داد که از نظر تبعیت از درمان بین زن و مرد ( $P = 0.034$ )، عدم مصرف سیگار ( $P = 0.001$ ) و فعالیت بدنی ( $p = 0.004$ ) تفاوت معناداری وجود دارد. نتیجه گیری: اگرچه بیش از 90٪ از شرکت کنندگان در توصیف داروها یا مدیریت وزن برای مراقبت از خود رعایت کرده اند، اما میزان پیروی از رژیم کم نمک و فعالیت بدنی همچنان نیاز به بهبود دارد. به نظر می رسد که مربیان بهداشتی باید برای بهبود رفتارهای خود مراقبتی پروتکل خاصی تهیه کنند.

## کلمات کلیدی:

خودمراقبتی، فشار خون بالا، فعالیت بدنی، رژیم غذایی، پیگیری دارو

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/978933>

