



دانشگاه علوم پزشکی تهران  
دانشکده پرستاری و مامایی

عنوان:

**بررسی تأثیر آموزش الکترونیکی مراقبت‌های دوران بارداری به همسران  
بر خودمراقبتی و استرس درک شده زنان باردار نخست‌زا**

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد  
در  
پرستاری سلامت جامعه

نگارنده:

فریبا عباسی زاده نظام آباد

استاد راهنما:

دکتر شهزاد پاشایی پور

اساتید مشاوره:

دکتر نسرين نیک پیما

دکتر فرشاد شریفی

## چکیده :

**مقدمه و هدف:** سلامت زنان در تمام مراحل زندگی آنان از اولویت های هر جامعه محسوب می شود مرحله ی بارداری، از مهم ترین، حساس ترین و پر استرس ترین و در عین حال لذت بخش ترین مراحل زندگی هر زن بشمار می آید. به همین دلیل، بهبود سلامت مادران و مراقبت های دوران بارداری یکی از اولویت های اصلی سازمانی جهانی بهداشت است. سلامت مادران در دوران بارداری نیازمند مشارکت و همکاری مردان می باشد. مردان به منظور حمایت از همسر خود در دوران بارداری نیازمند آموزش و اطلاعات می باشند. استفاده از فضای مجازی، یکی از اصول مهم آموزش در مراقبت های بهداشتی بوده و رسانه های مجازی و شبکه های اجتماعی جز جدایی ناپذیر زندگی در قرن حاضر می باشند. به همین دلیل پژوهش حاضر با هدف تعیین تأثیر آموزش الکترونیکی مراقبت های دوران بارداری به همسران بر خودمراقبتی و استرس درک شده زنان باردار نخست را انجام شده است.

**روش کار:** در این کارآزمایی بالینی تصادفی شده، ۷۰ زن باردار مراجعه کننده به مراکز خدمات جامع سلامت جنوب شهر تهران واجد معیارهای ورود در بازه زمانی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ وارد مطالعه شدند. نمونه های پژوهش با تخصیص تصادفی بلوکی به دو گروه آزمون و کنترل تخصیص داده شدند. ابزارهای گردآوری اطلاعات دموگرافیک و پرسشنامه خودمراقبتی در دوران بارداری و پرسشنامه استرس درک شده در ابتدای مطالعه برای گروه آزمون و کنترل تکمیل شد. سپس برای گروه آزمون، مداخله آموزش الکترونیکی مراقبت های دوران بارداری به همسرانشان در گروه های ۱۰-۵ نفره به صورت ۸ جلسه به مدت ۶۰ دقیقه، هفته ای دو بار به صورت آنلاین (تماس های تصویری اسکایپ) و ارایه مطالب آموزشی و پرسش و پاسخ آنلاین (واتساپ) انجام شد. ۸ هفته پس از پایان مداخله پرسشنامه های مورد نظر برای هر دو گروه تکمیل و داده ها با استفاده از آزمون های آماری (آزمون های آنالیز واریانس اندازه گیری تکراری، کای دو، تست دقیق فیشر وتی مستقل و تی زوجی) در نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۶ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. میزان P کمتر از ۰/۰۵ معنی دار در نظر گرفته شد.

**یافته ها:** در این مطالعه در نهایت ۶۹ نفر از زنان باردار مراجعه کننده به مراکز خدمات جامع سلامت جنوب شهر تهران مورد بررسی و تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. بر اساس نتایج آزمون t مستقل، قبل از مداخله آموزشی، میانگین نمره خودمراقبتی دوران بارداری در دو گروه آزمون و کنترل به ترتیب  $41/76 \pm 4/48$  در مقابل  $2/10 \pm 31/51$  تفاوت معناداری داشت ( $p < 0/001$ ) و بعد از انجام مداخله میانگین نمره خودمراقبتی در گروه آزمون و کنترل به ترتیب  $2/57 \pm 49/70$  در مقابل  $2/55 \pm 31/45$  نشان دهنده این است مداخله باعث ایجاد تفاوت معنادار آماری شده است ( $p < 0/001$ ) و همچنین میانگین نمره استرس درک شده زنان باردار در دو گروه آزمون و کنترل قبل از مداخله به ترتیب  $3/13 \pm 49/05$  در مقابل  $4/12 \pm 49/57$  تفاوت معناداری نداشت ( $p = 0/564$ ) و بعد از مداخله میانگین نمره استرس درک شده زنان باردار گروه آزمون و کنترل به ترتیب  $1/80 \pm 49/00$  در مقابل  $5/01 \pm 50/20$  نشان دهنده این است که تفاوت معنادار آماری بین دو گروه نسبت به هم پیدا نشده است ( $p = 0/353$ ).

**نتیجه گیری:** به طور کلی نتایج مطالعه حاضر نشان داد که آموزش الکترونیکی مراقبت های دوران بارداری به همسران بر خودمراقبتی زنان باردار موثر بوده است اما بر استرس درک شده زنان باردار نخست زا موثر نبود. در نتایج نشان داده شد که آموزش الکترونیکی همسران زنان باردار می تواند موانع حضور آنان در کلاس های آموزش مراقبت های دوران بارداری در زمان بارداری همسرشان را تا حدودی برطرف کند و می تواند گامی موثر در بهبود سلامت زنان باردار باشد. لذا توصیه می شود که سیاست گذاران و برنامه ریزان حیطة سلامت از آموزش الکترونیکی همسران زنان باردار در مراکز بهداشتی- درمانی استفاده نمایند.

**کلمات کلیدی:** آموزش الکترونیکی، مراقبت های دوران بارداری، خودمراقبتی، استرس درک شده



**Teheran University of Medical Sciences  
School of Nursing and Midwifery**

**Title:**

**The effect of e-learning pregnancy care training for  
husbands on self-care and perceived stress in nulliparous  
pregnant women**

**By:**

Fariba Abaszade Nezamabad

**Supervisor :**

Dr. Shahzad Pashaiepour

**Consultant:**

Dr.Nasrin Nikpeyma

Dr.Farshad Sharifi

**2022**

## Abstract

**Introduction & Aim:** Women's health in all stages of their lives is considered one of the priorities of every society. The pregnancy stage is one of the most important, sensitive and stressful and at the same time the most enjoyable stages of every woman's life. For this reason, improving maternal health and prenatal care is one of the main priorities of the World Health Organization. The health of mothers during pregnancy requires the participation and cooperation of men. Men need education and information in order to support their wives during pregnancy. The use of virtual space is one of the important principles of education in health care, and virtual media and social networks are an integral part of life in this century. For this reason, the current study was conducted with the aim of determining The effect of e-learning pregnancy care training for husbands on self-care and perceived stress in nulliparous pregnant women.

**Materials and methods:** In this randomized clinical trial, 70 pregnant women referred to comprehensive health service centers in the south of Tehran, who met the inclusion criteria, were included in the study in the period of 2019-2019. The research samples were assigned to two test and control groups by random block allocation. Demographic information collection tools and self-care questionnaire during pregnancy and perceived stress questionnaire were completed at the beginning of the study for the test and control groups. Then, for the test group, the intervention of electronic prenatal care training to their wives in groups of 5-10 people in 8 sessions for 60 minutes, twice a week online (Skype video calls) and providing educational materials and questions and Offline response (WhatsApp) was done. 8weeks after the end of the intervention, the desired questionnaires for both groups were completed and data were collected using statistical tests (repeated measurement analysis of variance, chi-square, independent Fisher-Weight exact test and paired t-test) were analyzed in SPSS (26 versions) statistical software. P value less than 0.05 was considered significant.

**Result:** In this study, 69 pregnant women referring to comprehensive health service centers in the south of Tehran were examined and analyzed According to the results of the independent t test, before the educational intervention, the average score of self-care during pregnancy in the two test and control groups was  $41.76 \pm 4.48$  vs.  $31.51 \pm 2.10$ , respectively, and there was a significant difference ( $p < 0.001$ ). And after the intervention, the average score of self-care in the test and control groups was  $49.70 \pm 2.57$  respectively versus  $31.45 \pm 2.55$ , indicating that the intervention caused a statistically significant difference ( $p < 0.001$ ). Also, the average score of perceived stress of pregnant women in the two test and control groups before the intervention was  $49.05 \pm 3.13$  versus  $49.57 \pm 4.12$  respectively ( $p = 0.564$ ). And after the intervention, the average score of perceived stress of pregnant women in the test and control groups was  $49.00 \pm 1.80$  respectively versus  $50.20 \pm 5.01$ , indicating that no statistically significant difference was found between the two groups. ( $p = 0.353$ ).

**Conclusion:** In general, the results of the present study showed that the electronic education of prenatal care to the spouses was effective on the self-care of pregnant women, but it was not effective on the perceived stress of nulliparous pregnant women. In the results, it was shown that the electronic education of pregnant women's husbands can partially remove the obstacles of their attending prenatal care classes during their husband's pregnancy and it can be an effective step in improving the health of pregnant women. Therefore, it is recommended that health policy makers and planners use electronic training for the spouses of pregnant women in health centers.

**Key words:** E-learning, prenatal care, self-care, perceived stress