



دانشگاه علوم پزشکی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی تهران
پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد

عنوان:

بررسی تاثیر آموزش خودمراقبتی از طریق بازدید منزل بر کنترل فشارخون و
رفتارهای خودمراقبتی در میانسالان مبتلا به پرفشاری خون اولیه

نگارنده:

سارا حضرتی گنبد

استاد راهنما:

دکتر شهزاد پاشایی پور

استاد مشاور:

دکتر معصومه ذاکری مقدم

سال ۱۳۹۸

چکیده

مقدمه: بیماری پرفشاری خون یکی از بیماری های مزمن شایع است؛ که روزه روز روزه افزایش است و عوارض جبران ناپذیر فراوانی به دنبال دارد و نیاز به خودمراقبتی دارد. همچنین برنامه بازدید منزل، یکی از روش های آموزشی در خصوص آموزش رفتارهای خودمراقبتی است. مطالعه حاضر با هدف تعیین تاثیر آموزش خودمراقبتی از طریق بازدید منزل بر کنترل فشارخون و رفتارهای خودمراقبتی در میانسالان مبتلا به پرفشاری خون اولیه در سال ۱۳۹۷ انجام گرفت.

مواد و روش ها: در این مطالعه کارآزمایی بالینی تصادفی، تعداد ۱۱۰ نفر از میانسالان مبتلا به فشارخون از مراکز سلامت جنوب تهران انتخاب و با استفاده از جدول اعداد تصادفی در دو گروه مداخله و کنترل (هر گروه ۵۵ نفر) قرار گرفتند. معیارهای ورود به پژوهش محدوده سنی ۳۰-۵۹ سال، داشتن سواد خواندن و نوشتن، تشخیص قطعی بیماری و عدم وجود ناتوانی در امر خودمراقبتی بود. ابزار گردآوری داده ها، پرسشنامه استاندارد اطلاعات دموگرافیک و پرسشنامه H-SCALE که شامل ۳۰ سوال در ۶ بعد رفتار خودمراقبتی بیماران پرفشاری خون بود. روایی و پایایی آن توسط Warren و همکاران سنجیده شده و ۰/۷۰ بود. در این مطالعه نیز پایایی ابزار ۰/۸۰ سنجیده شد. طیف نمرات در ابعاد مختلف متفاوت می باشد و به صورت جداگانه سنجیده شده است. برنامه آموزشی مبتنی بر بازدید منزل به صورت یک جلسه در هفته برای گروه مداخله طی دو ماه انجام گرفت و یک ماه پس از اتمام مداخله، اطلاعات مجدداً از هر دو گروه مداخله و آزمون جمع آوری گردید. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS16 با کمک آمار توصیفی و آزمون های پارامتریک در سطح معنی داری ۰/۰۵ ارزیابی شد.

یافته ها: میانگین و انحراف معیار سنی شرکت کنندگان $49/67 \pm 6/51$ بود. در گروه مداخله میانگین و انحراف معیار نمرات چهار بعد رفتارهای خودمراقبتی؛ کنترل منظم فشارخون ($1/0 \pm 37/22$)، رژیم غذایی کم نمک ($26/26 \pm 29/89$)، فعالیت فیزیکی منظم ($4/3 \pm 97/21$) و تبعیت از دارودرمانی ($4/0 \pm 27/89$) افزایش یافت و در مقایسه با گروه کنترل در سطح معنی داری بود ($P < 0/05$). ولی میانگین و انحراف معیار نمرات در دو بعد دیگر یعنی مدیریت وزن ($2/4 \pm 16/9$) و عدم استعمال سیگار ($0/0 \pm 139/071$) تغییرات معنی دار نبود ($P > 0/05$). همچنین میانگین و انحراف معیار تغییرات فشارخون سیستول ($6/10 \pm 74/11$) و فشارخون دیاستول ($2/10 \pm 79/42$) بود و این تغییرات در گروه مداخله معنی دار نبود ($P > 0/05$).

نتیجه گیری: نتایج این مطالعه نشان داد که طراحی برنامه آموزشی خودمراقبتی از طریق برنامه بازدید منزل نسبت به آموزش های رایج، نتایج بهتری در ارتقاء رفتارهای خودمراقبتی بیماران مبتلا به پرفشاری خون داشته است.

کلیدواژه ها: رفتارهای خودمراقبتی، بازدید منزل، پرفشاری خون، میانسالان



Teheran University of Medical Sciences

School of Nursing and Midwifery

Title:

The effect of home-based self-care education on blood pressure control and self-care behaviors in middle-aged adults with hypertension

A thesis /dissertation submitted as partial fulfillment of the requirements for Master of Science (M.Sc)

By:

Sara Hazrati Dome

Supervisor:

Dr. Shahzad Pashaei Pour

Advisor:

Dr. Ma'soumeh Zakeri Moghaddam

2019

Abstract

Introduction: Hypertension is one of the most common chronic diseases which is increasing day by day and leads to irreversible side effects and requires self care. The home visit program is also one of the educational methods for teaching self-care behaviors. The aim of this study was to determine the effect of home-based self-care education on blood pressure control and self-care behaviors in middle-aged people with primary hypertension

Materials and Methods: This randomized clinical trial study was performed on 110 middle-aged hypertensive patients referred to two health centers in south of Tehran. Samples were selected according to inclusion criteria and then divided into two groups of 55 intervention and control groups using simple random allocation based on randomization table. Data were collected using standard demographic questionnaire and H-SCALE questionnaire with 6 dimensions of self care behaviors in hypertensive patients. The home based educational program was conducted as a weekly session for the intervention group for two months and one month after the intervention, the data were again collected from both intervention and test groups. Data were analyzed by SPSS16 using descriptive statistics and parametric tests. Significance level was 0.05.

Results: Mean and standard deviation of age of participants was 49.67 \pm 6.51. Mean and standard deviation of intervention in four dimensions of self-care behaviors: regular blood pressure control (1.37 \pm 0.22), low salt diet (26.29 \pm 26.89), regular physical activity (4.97 \pm 3.21) And adherence to drug therapy increased (4.27 \pm 0.89) and was significantly ($P < 0.05$) higher than the control group. But the mean and standard deviation of scores in the two other dimensions of weight management (2.16 \pm 4.9) and smoking (-0.19 \pm 0.071) were not significantly different ($P > 0.05$). The mean and standard deviation of systolic blood pressure (-1.74 \pm 10.11) and diastolic blood pressure (-2.79 \pm 10.42) were statistically significant ($P > 0.05$).

Conclusion: The results of this study showed that designing a self-care education program through home visitation program had better results in promoting self-care behaviors in hypertensive patients

Keywords: Home-visit, Hypertension, Middle Ages, Self-Care Behaviors