



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی

بررسی تأثیر اجرای برنامه چند بعدی پیشگیری از سقوط بر وقوع سقوط و کیفیت
زندگی سالمندان ساکن سرای سالمندی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد
در رشته پرستاری

استاد راهنما: دکتر طاهره نجفی قزلجه

نگارش:

مهدی جعفری عوری

دی ۱۳۹۲

چکیده

بررسی تأثیر اجرای برنامه چند بعدی پیشگیری از سقوط بر وقوع سقوط و کیفیت زندگی سالمندان ساکن سرای سالمندی.

زمینه و هدف: زمین خوردن یکی از مشکلات شایع دوران سالمندی است که به سبب بروز تغییرات حسی-حرکتی رخ می دهد. سقوط موجب عوارض جسمی، روحی، مالی و در نتیجه کاهش کیفیت زندگی سالمندان می شود. از آنجا که علل سقوط چند عاملی می باشد بنابراین روش های پیشگیری به صورت چند بعدی ضروری می باشند، لذا این مطالعه با هدف بررسی تأثیر اجرای برنامه چند بعدی پیشگیری از سقوط بر وقوع سقوط و کیفیت زندگی سالمندان ساکن سرای سالمندی انجام شده است.

روش تحقیق: این مطالعه نیمه تجربی از نوع پیش آزمون-پس آزمون با تعداد ۶۰ سالمند (۱۸ مرد و ۴۲ زن) دارای ویژگی شرکت در مطالعه بوده و با نمونه گیری تمام شماری وارد مطالعه شدند. ابزار گردآوری داده ها، فرم مشخصات دموگرافیک و بیماری، فرم ثبت دفعات سقوط و کیفیت زندگی Lipad بود. مداخله چند بعدی بر روش های پیشگیری از عوامل خطر مربوط به سقوط در ابعاد آموزش به سالمند و مراقبین سالمند، ورزش به ترتیب شامل ورزش کششی، تعادلی، قدرتی و اصلاح محیطی متمرکز بود. قبل و بلافاصله پس از ۶ ماه از شروع مداخله داده ها توسط همکار پژوهش گردآوری شدند. سپس داده ها با نرم افزار SPSS نسخه ۱۶ و آزمون های آماری: t زوج، ANOVA، من ویتنی و ویلکاکسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها: یافته های پژوهش بیانگر آن بود که میانگین و انحراف معیار دفعات سقوط در شش ماه قبل از مداخله و ۶ ماه بعد از مداخله به ترتیب 0.70 ± 0.20 و 0.546 ± 0.20 بودند. همچنین میانگین و انحراف معیار کیفیت زندگی سالمندان در شش ماه قبل از مداخله و ۶ ماه بعد از مداخله به ترتیب 10.45 ± 56.48 و 10.41 ± 77.43 بودند. نتایج نشان داد واحدهای پژوهش قبل و بعد از مداخله تفاوت معنی دار آماری از نظر کیفیت زندگی و دفعات سقوط داشتند ($Pvalue < 0.001$).

نتیجه گیری: اجرای برنامه چند بعدی پیشگیری از سقوط همراه با کاهش تعداد دفعات سقوط و افزایش کیفیت زندگی سالمندان بود. تحلیل علل زمین افتادن و پیشگیری از آن نیاز به مداخله چند بعدی جهت کاهش یا حذف اثرات چند عاملی سقوط را نشان می دهد. پرستاران لازم است که به چگونگی پیشگیری از آن با توجه به چند عللی بودن عامل سقوط پی ببرند و با به کار گیری هوشمندان این اصول چند بعدی، بتوانند در کاهش زمین افتادن سالمندان دخالت کنند.

واژه های کلیدی: سالمندی، سقوط، کیفیت زندگی، برنامه چند بعدی پیشگیری از سقوط



Tehran University of Medical Sciences
Faculty of Nursing and Midwifery

The effect of a multifaceted fall prevention program on number of fall and
quality of life in institutionalized old people

By: mehdi jaefri oori

Under Supervision of Dr.Najafi

A thesis submitted to the Graduate Studies Office
In partial fulfillment of the requirements for

The degree of Master of Science in
The Nursing

October, ۲۰۱۳

Abstract

Due to changes in the sensory – motor, Falling is a common problem among aging and cause Reduction of physical, emotional, financial and quality of life among them. Since the causes of fall are multifactorial, so This study investigated the effects of a multifaceted program to prevent falls and fall on the quality of life of elderly nursing home residents

Methods: This quasi-experimental pre-test - post-test with 60 elderly individuals (18 males and 42 females) participated in the study and were enrolled by All number of sampling. Instrumentation of data collection were demographic and disease form, numbering of fall form and lipid quality of life questionnaire. Multidimensional intervention was prevention of fall and risk factors that associated with of fall. environmental reform, education and exercises for elders and caregivers. the exercise includes stretching, balance and strength. Before and after 6 months of intervention, data were collected by the research fellow. spss version 16 software and paired t-test, one-way ANOVA, Mann-Whitney and Wilcoxon tests were used for analysis of data.

Results: The findings showed that the mean and standard deviation falling within the six months before and six months after intervention was 7.0 ± 0.2 and 5.6 ± 2.0 also The mean and standard deviation of the quality of life in the six months before and 6 months after the intervention was 45.1 ± 48.56 and 41.1 ± 43.77 . The results showed significant differences in quality of life and frequency of falls in older adults before and after of the intervention ($P < 0.001$).

Conclusion: Multifaceted program to prevent falls associated with reduction in the number of fall and increasing the quality of life in elders. Analysis of the Causes and Prevention of falling shows a multifaceted intervention to reduce or eliminate the effects of multifactorial fall. Nurses need to understand how to prevent it, according to several causes of fall and with the clever use of multi-dimensional, they can reduce the older people falling

Keywords: Elderly, falls, quality of life, multi-dimensional program to prevent fall