



دانشگاه علوم پزشکی تهران

دانشکده پرستاری و مامایی

بررسی تاثیر توانمندسازی به روش بحث گروهی بر توانمندی و سبک زندگی مبتلایان  
به پرفشاری خون در مراجعین به مراکز بهداشتی درمانی

پایان نامه

جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد پرستاری آموزش بهداشت جامعه

استاد راهنما: صغری نیکپور

استاد مشاور: افتخارالسادات حاجی کاظمی

مشاور آمار: حمید حقانی

دانشجو: نسرين خيبر

اردیبهشت ۱۳۹۱

## چکیده:

### عنوان: بررسی تاثیر توانمندسازی به روش بحث گروهی بر توانمندی و سبک زندگی مبتلایان به پرفشاری خون در مراجعین به مراکز بهداشتی درمانی

زمینه: پرفشاری خون به عنوان شایعترین بیماری غیر واگیر و شایعترین عامل خطر بیماری های قلبی عروقی با رشد روزافزون خود در کنار بی علامت بودن و گستره پیامدهای آن باعث شده به عنوان مسئله بهداشتی مهم مورد توجه قرار گیرد. پیشگیری و کنترل پرفشاری خون مبتنی بر اصلاح سبک زندگی است که لازمه آن توانایی و مسئولیت پذیری فرد برای اصلاح عادات، رفتار و شیوه زندگی خود است. از اینرو این مطالعه با هدف بررسی تاثیر توانمندسازی به روش بحث گروهی بر توانمندی و سبک زندگی مبتلایان به پرفشاری خون انجام شد.

**روش پژوهش:** این مطالعه نیمه تجربی به صورت تک گروهی همراه با پیش آزمون و پس آزمون بر روی ۳۶ نفر از مبتلایان به پرفشاری خون اولیه انجام شد. نمونه ها در چهار گروه ۹ نفره قرار گرفتند و برای هر کدام ۶ جلسه برنامه بحث گروهی ۹۰ دقیقه ای برگزار شد. ابزار پژوهش پرسشنامه اطلاعات فردی، ابعاد توانمندسازی و ابعاد سبک زندگی بود. برای تحلیل داده ها از آزمون آماری تی زوجی استفاده شد.

**یافته ها:** بحث گروهی توانست منجر به ارتقاء توانمندی ( $t = -2/11$ ،  $p = 0/042$ ) و همچنین باعث ارتقاء سبک زندگی گردد ( $t = -4/64$ ،  $p = 0/000$ ). در میان ابعاد توانمندسازی بحث گروهی بر بعد شدت درک شده ( $p = 0/001$ ) و بعد از آن بر حساسیت درک شده ( $p = 0/015$ ) بیشترین تاثیر را داشته است و بر ابعاد سبک زندگی بیشترین تاثیر را بترتیب بر وضعیت خواب ( $p = 0/000$ ) سپس بر وضعیت استرس ( $p = 0/017$ ) و وضعیت تغذیه ( $p = 0/023$ ) داشته است.

**نتیجه گیری:** توانمندسازی به روش بحث گروهی می تواند برای مبتلایان به پرفشاری خون منجر به افزایش شدت درک شده و حساسیت درک شده مبتلایان گردیده و ابعادی از سبک زندگی آنها را ارتقاء دهد.

**کلید واژه:** توانمندسازی، توانمندی، سبک زندگی، پرفشاری خون، بحث گروهی



Tehran University of medical science

School of nursing and Midwifery

**Effect of empowering through group discussion on empowerment  
and lifestyle of patients with hypertension in who referred to health  
centers.**

**Thesis for graduation in educated community health nursing**

Supervisor: soghra nikpoor

Adviser: eftekharalsadat hajikazemi

Statistics adviser: hamid haghani

Student: nasrin khaybar

May/2012

## **Abstract**

### **Title: Effect of empowering through group discussion on empowerment and lifestyle of patients with hypertension in who referred to health centers.**

**Back ground:** hypertension is the most common non-communicable diseases and the most common risk factor for cardiovascular disease. An increasing trend in the prevalence and being asymptomatic and having a wide range of health consequences, make hypertension as an important health challenge. Prevention and control of hypertension is based on lifestyle modification which requires the ability and responsibility to correct habits, behavior and lifestyle. Therefore this study was conducted to evaluate the effect of empowering through group discussion on empowerment and lifestyle of sufferers from hypertension.

**Method:** In this single group pretest- posttest study, 36 subjects with essential hypertension were entered. Subjects were divided in to four groups, 90-minute group discussion sessions were held for each group. Baseline and secondary empowerment and lifestyle of patients were measured by questionnaire. Data were analysis by pair t-test.

**Finding:** group discussion could promote the empowerment ( $p=0.042$ ) and lifestyle ( $p=0.000$ ) of hypertensive individuals. In empowerment, group discussion had the greatest impact on the perceived severity ( $p=0.001$ ) and perceived susceptibility ( $p=0.015$ ) .in lifestyle it had the greatest impact on sleep ( $p=0.000$ ), stress ( $p=0.017$ ) and nutritional status ( $p=0.023$ ) in participants.

**Conclusion:** Empowerment through group discussion for patients with hypertension can increasing perceived severity and perceived susceptibility of patients of sufferers and enhance some aspect of their lifestyle.

**Key words:** Empowerment, empowering, lifestyle, hypertension, group discussion