



دانشگاه علوم پزشکی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی

عنوان:

بررسی تاثیر آموزش بر اساس مدل خودتنظیمی بر پیگیری پس از زایمان در زنان
با سابقه دیابت بارداری

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد

در

رشته مامایی

نگارنده:

فهمیه خوش نژاد

استاد راهنما

دکتر سیده فاطمه واثق رحیم پرور

استاد مشاور

دکتر محسن حق بین

استاد مشاوره آمار

دکتر مجتبی آزادبخت

تابستان ۱۳۹۶

چکیده

بررسی تاثیر آموزش بر اساس مدل خودتنظیمی بر پیگیری پس از زایمان در زنان با سابقه دیابت بارداری

مقدمه و هدف: در زنان با سابقه دیابت بارداری، پیگیری پس از زایمان، شامل انجام غربالگری دیابت و تغییر سبک زندگی (رعایت ورزش و رژیم غذایی) توصیه شده است. خودتنظیمی و عدم تعویق گری با اجرای این پیگیری ها مرتبط بوده است. هدف از این مطالعه، تعیین تاثیر آموزش مبتنی بر مدل خودتنظیمی بر پیگیری های پس از زایمان در زنان با سابقه دیابت بارداری است.

روش کار: در این مطالعه کارآزمایی بالینی تصادفی، ۹۶ زن با سابقه دیابت بارداری به روش نمونه گیری چندمرحله ای تصادفی از مراکز بهداشتی درمانی شهر قم انتخاب شدند. نمونه ها به روش تصادفی ساده به دو گروه ۴۸ نفری تقسیم شدند. پرسشنامه های اطلاعات فردی، خودتنظیمی (SRQ)، تعویق در انجام فعالیت های ورزشی (EPS) و تعویق در رعایت رژیم غذایی (HDPS)، قبل از مداخله، توسط کلیه نمونه ها تکمیل شد. سپس به گروه مداخله بر اساس مدل خودتنظیمی میلر و براون، در چهار جلسه ۶۰ دقیقه ای به مدت یکماه آموزش داده شد. بلافاصله و شش هفته بعد از مداخله، پرسشنامه ها مجدداً توسط هر دو گروه تکمیل شدند. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از نرم افزار SPSS-18 و آزمون های آماری تی مستقل، کای اسکور و تی زوجی استفاده شد.

یافته ها: قبل از انجام مداخله، گروه های مداخله و کنترل از نظر متغیرهای دموگرافیک، میانگین خودتنظیمی، تعویق فعالیت های ورزشی و تعویق رژیم غذایی سالم همگن بودند. بلافاصله و شش هفته پس از مداخله، میانگین نمرات خودتنظیمی ($P < 0/001$)، تعویق فعالیت های ورزشی ($P < 0/001$) و تعویق رژیم غذایی سالم ($P < 0/001$) در گروه مداخله به طور معناداری تغییر یافت ولی در گروه کنترل تغییر معناداری در هیچکدام از این متغیرها مشاهده نشد. از سوی دیگر میانگین نمرات خودتنظیمی ($P = 0/39$)، تعویق فعالیت های ورزشی ($P = 0/65$) و تعویق رژیم غذایی سالم ($P = 0/56$) در شش هفته پس از مداخله نسبت به بلافاصله پس از مداخله تغییر معناداری نداشت. علاوه بر این، در شش هفته پس از مداخله، میزان انجام غربالگری دیابت در گروه مداخله به طور معناداری از گروه کنترل بیشتر بود ($P = 0/002$).

نتیجه گیری: آموزش زنان با سابقه دیابت بارداری بر اساس مدل خودتنظیمی، موجب کاهش تعویق گری در رعایت رژیم غذایی و انجام ورزش و افزایش انجام غربالگری دیابت گردید. توصیه می شود از مدل خودتنظیمی برای آموزش به این زنان جهت ارتقای پیگیری پس از زایمان استفاده شود.

کلیدواژه ها: مدل خودتنظیمی، دیابت بارداری، پیگیری پس از زایمان، تعویق گری



Tehran University of Medical Sciences
School of Nursing and Midwifery

Title:

**The effects of education according to self-regulation model on postpartum
follow-up in women with a history of gestational diabetes**

**"A thesis submitted as partial fulfillment of the requirements for Master of Science
(MSc) Degree"**

**In
Midwifery**

By

Mrs.Fahime Khoshnejad

Supervisor

Dr. Seyedeh Fatemeh Vasegh Rahimparvar

Consultants

**Dr.Mohsen Haghbin
Dr.Mojtaba Azadbakht**

2017

Abstract

The effects of education according to self-regulation model on postpartum fallow-up in wopen with a history of gestational diabetes

Intoduction: In women with a history of gestational diabetes mellitus (GDM), postpartum fallow-up including diabetes screening and changing the life style (healty exercise and diet), is recommended. The follow-up is related to self-regulation and procrastination. The aim of this study was to determine the effects of education according to self-regulation model on postpartum fallow-up in wopen with a history of GDM .

Methods: In this randomized clinical trial study, 92 women with a resent GDM was selected with multi-stage sampling method from health centers of Qom. The samples were devided to two equal groups with randomized method. The demographic questionnair, Self-regulation Questionnaire, Exercise Procrastination Scale and Healthy Diet Procrastination Scale was complited by the samples before intervention. Then the intervention group were educated based on Miller and Brown Self-regulation Model in four 60 minutes sessions. The questionnairs were complited immediatly and six weeks after intervention by the two groups. SPSS-18 software and T-test, Chi-square test and paired t-test were used to analyze the data.

Resultes: Before intervention, two groups were homogeneous in terms of demographic variables, and all the mean of the three scales. Immediately and six weeks after intervention, the mean scors of self-regulation ($P<0.001$), exercise procrastination ($P<0.001$), and healthy diet procrastination ($P<0.001$) were significantly changed in the intervention group, but in the control group did not change significantly in any of the variables. On the other hand, the mean scores of self-regulation ($P=0.39$), exercise procrastination ($P=0.65$) and healthy diet procrastination ($P=0.56$) in six weeks after intervention were not significantly different from the scores of immediatly after intervention. In addition, six weeks after intervention, the rate of postpartum screening in intervention group was significantly more than the control group ($P=0.002$).

Conclusions: Education based on Self-regulation Model decreases the procrastination in exercise and healthy diet and increases the rate of diabetes screening in women with a recent GDM. It is recommended that this model was used to education of these women for promotion of postpartum follow-up.

Key words: self-regulation, gestational diabetes, postpartum fallow up, procrastination