



دانشگاه علوم پزشکی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی

عنوان:

**بررسی خطر شکستگی های ناشی از پوکی استخوان و ارتباط آن با سبک زندگی
ارتقا دهنده سلامت در زنان کارگر شاغل در بیمارستان های دانشگاه علوم پزشکی
گیلان سال ۱۴۰۰**

پایان نامه جهت اخذ مدرک کارشناسی ارشد پرستاری سلامت جامعه

نگارنده:

لیلا فلاح

استاد راهنما:

دکتر شهزاد پاشایی پور

استاد مشاور:

دکتر سربیه پورتقی

دکتر مژگان اسدی

استاد مشاور آمار:

دکتر فرشاد شریفی

چکیده

مقدمه و هدف: زنان نیمی از جمعیت جامعه را تشکیل می دهند که برای حفظ و ارتقای سلامتی خود و پیشگیری از بیماری‌ها، اقدامات و فعالیت‌هایی را انجام می‌دهند که این مجموعه سبک زندگی آنها را تشکیل می‌دهد. مهم‌ترین رفتارهای مراقبتی در رفتارهای ارتقا دهنده سلامت شامل رفتارهای تغذیه‌ای سالم، فعالیت فیزیکی، مدیریت استرس، مسئولیت‌پذیری در قبال سلامتی، سلامت معنوی و ارتباط بین فردی می‌باشد. از آنجایی که زنان کارگر از قشر آسیب پذیر جامعه بوده که توجه به سلامت آنان از اولویتهای حوزه سلامت زنان است و همچنین از آنجایی که شواهد لازم در مورد خطر شکستگی های ناشی از پوکی استخوان به عنوان یک بیماری مزمن و محدود کننده البته قابل پیشگیری در مورد آنان یافت نشد، لذا مطالعه حاضر با هدف تعیین خطر شکستگی های ناشی از پوکی استخوان و ارتباط آن با سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت در زنان کارگر شاغل در بیمارستان های دانشگاه علوم پزشکی گیلان در سال ۱۴۰۰ انجام شد.

روش کار: این یک مطالعه توصیفی-همبستگی از نوع مقطعی بود که در بیمارستان های دانشگاه علوم پزشکی گیلان در شهر رشت انجام شد. جامعه پژوهش زنان کارگر شاغل در بیمارستان های دانشگاه علوم پزشکی گیلان بودند که معیارهای ورود به پژوهش را داشتند. معیار های ورود شامل سن بالای ۴۰ سال تا ۵۹ سال، عدم مصرف برخی داروها مانند کورتون، عدم سابقه پوکی استخوان، تکلم و فهم زبان فارسی و حداقل ۱ سال سابقه کاری داشتند. نمونه گیری به صورت تمام شماری بود و ۱۵۰ زن کارگر شاغل در بیمارستان های علوم پزشکی گیلان وارد پژوهش شدند. در این پژوهش با استفاده از تکمیل پرسشنامه اطلاعات مورد نظر جمع آوری شدند. تکمیل پرسش نامه به شیوه مصاحبه انجام شد. ابزار پژوهش حاضر شامل سه پرسشنامه، دموگرافیک (جمعیت شناختی)، پرسشنامه سبک زندگی ارتقاء دهنده و ابزار FRAX بود. تجزیه و تحلیل آماری با استفاده از آمار توصیفی (فراوانی، درصد فراوانی، میانگین و انحراف معیار) و استنباطی (همبستگی پیرسون و رگرسیون) از نرم افزار SPSS version 22 و Stata version 14 انجام شد.

یافته ها: نتایج نشان داد که میزان خطر شکستگی کل اندام های بدن و خطر شکستگی استخوان هیپ به ترتیب برابر با ۶/۳۰ و ۲/۶۴ درصد بود. میانگین نمره کل سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت برابر ۱۷/۶۷ \pm ۸۶/۴۳ بود و در حد متوسط قرار داشت. هم چنین در میان ابعاد سبک زندگی، کمترین میانگین مربوط به فعالیت فیزیکی $۳/۱۴ \pm ۱۳$ و بیشترین میانگین مربوط به تغذیه $۳/۲۳ \pm ۹۹/۱۴$ بود. نتایج نشان داد که بین سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت و تمامی ابعاد آن با خطر شکستگی همبستگی معکوس و معنی داری وجود دارد. به طوریکه با افزایش نمره سبک زندگی، خطر شکستگی کاهش می یابد. هم چنین بین سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت و تمامی ابعاد آن با خطر شکستگی استخوان هیپ همبستگی معکوس و معنی داری وجود دارد. به طوریکه با افزایش نمره سبک زندگی، خطر شکستگی استخوان هیپ کاهش می یابد و بین سبک زندگی ارتقاء

دهنده سلامت و تمامی ابعاد آن با خطر شکستگی ارتباط معکوس و معنی داری وجود دارد (۰/۰۰۱ < P).

نتیجه گیری: در مطالعه ی حاضر نتایج نشان داد که بین سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت و تمامی ابعاد آن با خطر شکستگی و شکستگی استخوان هیپ ارتباط معکوس و معنی داری وجود دارد. با توجه به نتایج پیشنهاد می شود تا برنامه ریزان نظام سلامت مداخلات و اقدامات موثری جهت ارتقای سبک زندگی سالم در زنان کارگر طراحی و اجرا نمایند تا بدین وسیله بتوان از خطرات پوکی استخوان و شکستگی های ناشی از آن پیشگیری نمود.

کلمات کلیدی: سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت، زنان کارگر، خطر شکستگی استخوان، استخوان هیپ



Teheran University of Medical Sciences

School of Nursing and Midwifery

Title:

Investigating the risk of osteoporosis-related fractures and its relationship with health-promoting lifestyle in female workers working in the hospitals of Gilan University of Medical Sciences in 1400

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

By

Leila Fallah

Supervisor

Dr. Shahzad Pashaipour

Consultants

Dr. Sarieh Poortaghi

Dr. Mozghan Asadi

2022

Abstract

Introduction: Health and social welfare of women who make up half of the population. By choosing a lifestyle to maintain and promote their health and prevent disease, women take the actions and activities that make up this lifestyle. The most important caring behaviors in health-promoting behaviors include healthy eating behaviors, physical activity, stress management, health responsibility, spiritual health, and interpersonal communication. Because working women are a vulnerable group in society, paying attention to their health is one of the priorities in the field of women's health, and also because the necessary evidence about the risk of fractures due to osteoporosis as a chronic and limiting disease, of course, can be prevented. Their case was not found, so the present study was conducted to determine the risk of fractures due to osteoporosis and its relationship with health-promoting lifestyle in working women in hospitals of Guilan University of Medical Sciences in 1399.

Methods: This was a cross-sectional descriptive-correlation study that was conducted in the hospitals of Gilan University of Medical Sciences in Rasht. The research population was female workers working in medical sciences hospitals in Gilan, who were over 40 to 59 years old, did not take certain drugs such as Corto, had no history of osteoporosis, spoke and understood Farsi, and had at least 1 year of work experience. Sampling was complete and 150 female workers working in medical sciences hospitals of Gilan were included in the research. In this research, the desired information was collected by completing the questionnaire. The completion of the questionnaire was done by interview method. The tools of the current research include three questionnaires, demographic (cognitive demography), enhancing lifestyle questionnaire and FRAX tool. Was. Statistical analysis was performed using descriptive statistics (prevalence, frequency percentage, mean and standard deviation) and inferential (Pearson correlation and regression) using SPSS version 22 and Stata version 14 software.

Results: The results showed that the risk of fracture of whole limbs and the risk of hip fracture were 6.30 and 2.64%, respectively. The mean score of total health-promoting lifestyle was 86.43. Also, among the dimensions of lifestyle, physical activity has the lowest average and nutrition has the highest average. The results showed that there is a significant inverse correlation between health-promoting lifestyle and all its dimensions with the risk of fracture. As the lifestyle score increases, the risk of fractures decreases. There is also a significant inverse correlation between health-promoting lifestyle and all its dimensions with the risk of hip fracture. As the lifestyle score increases, the risk of hip fracture decreases and there is a significant inverse relationship between health-promoting lifestyle and all its dimensions with the risk of fracture. As the lifestyle score increases, the risk of fractures decreases. In addition, there is a significant inverse relationship between health-promoting lifestyle and all its dimensions with the risk of hip fracture. As the lifestyle score increases, the risk of hip fracture decreases.

Conclusion: In the present study, the results showed that there is a significant inverse relationship between health-promoting lifestyle and all its dimensions with the risk of fractures and hip fractures. As the lifestyle score increases, the risk of fractures decreases. Community health nurses are constantly in touch with different communities in the community, and nurses are the only group in the health system that is associated with different groups in society, including working women. Therefore, it is necessary to take measures to improve women's lifestyle, especially women's physical activity.

Keywords: Health Promoting Lifestyle, Working Women, Fractures