



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

عنوان:

**بررسی تاثیر آموزش مبتنی بر تلفن همراه بر خودکارآمدی شیردهی
زنان در دوره پس از زایمان**

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد در مامایی

نگارنده: سحر نایبیان

استاد راهنما:

دکتر سیده فاطمه واثق رحیم پرور

استاد مشاور:

دکتر شیرین شهبازی

مشاور آمار:

شیما حقانی

۱۳۹۸

چکیده

زمینه و هدف: شیردهی از پستان مادر روش تغذیه ای منحصر به فرد برای نوزادان می باشد و سال هاست به عنوان یک اولویت سلامت در کل جهان تعیین شده است. یکی از عوامل قابل اصلاح مهم که در تغذیه انحصاری با شیر مادر نقش دارد، خودکارآمدی در شیردهی می باشد. با توجه به پیشرفت تکنولوژی و لزوم آموزش از راه دور و با توجه به اهمیت بهبود روند شیردهی، این پژوهش با هدف بررسی تاثیر آموزش مبتنی بر تلفن همراه بر خودکارآمدی شیردهی زنان در دوره پس از زایمان انجام شد.

مواد و روش ها: در این مطالعه نیمه تجربی، ۶۹ زن در روز اول پس از زایمان که دارای تلفن همراه بودند و امکان دسترسی به شبکه های اجتماعی را داشتند، به روش نمونه گیری مستمر در دو گروه قرار گرفتند. ۳۳ زن در گروه مداخله که از روز نخست پس از زایمان به مدت چهار هفته روزانه و به صورت فردی، متناسب با روز پس از زایمان پیام های مرتبط به شیردهی را از طریق شبکه اجتماعی مورد توافق در قالب پیام های نوشتاری، صوتی، تصویری و کلیپ دریافت کردند. ۳۶ زن در گروه کنترل فقط مراقبت های معمول پس از زایمان را دریافت کردند. ابزار گردآوری داده ها، پرسشنامه استاندارد خودکارآمدی شیردهی بود که در روز اول پس از زایمان، ۴ هفته و ۸ هفته پس از زایمان تکمیل شد. آنالیز داده ها با نرم افزار SPSS نسخه ۲۰ انجام شد.

نتایج: میانگین نمره خودکارآمدی قبل از مداخله در گروه مداخله $131/48 \pm 9/57$ و در گروه کنترل $132/16 \pm 9/44$ بود. بلافاصله پس از اتمام مداخله (چهار هفته پس از زایمان)، این میانگین در گروه مداخله $155/30 \pm 10/93$ و در گروه کنترل $132/52 \pm 19/70$ بود. در چهار هفته پس از اتمام مداخله (هشت هفته پس از زایمان)، میانگین نمره خودکارآمدی در گروه مداخله $160/18 \pm 11/33$ و در گروه کنترل $132/30 \pm 24/09$ بود. میزان تغذیه انحصاری با شیر مادر، قبل از مداخله در گروه مداخله به درصد و در گروه کنترل ۱۰۰ درصد بود. بلافاصله پس از اتمام مداخله، این میانگین در گروه مداخله به $87/8$ درصد و در گروه کنترل به $63/9$ درصد رسید. در چهار هفته پس از اتمام مداخله این میانگین در گروه مداخله $87/8$ درصد و در گروه کنترل $69/4$ درصد بود.

بحث و نتیجه گیری: آموزش شیردهی مبتنی بر تلفن همراه از طریق شبکه اجتماعی، با افزایش خودکارآمدی شیردهی و بهبود پیامدهای شیردهی در چهار و هشت هفته پس از زایمان همراه است. استفاده از تلفن همراه برای ارائه آموزش از راه دور به طور موثر و به عنوان یکی از ابزارهای چند رسانه ای پیشرفته، توصیه می شود. تلفن همراه به طور بالقوه می تواند زنان را برای دریافت مشاوره به موقع برای خود و نوزادان خود در خانه تشویق نماید و باعث بهبود پیامدهای شیردهی در کشورهای در حال توسعه شود.

واژه های کلیدی: آموزش؛ تلفن همراه؛ شبکه اجتماعی؛ خودکارآمدی؛ شیردهی؛ پس از زایمان



Teheran University of Medical Sciences

School of Nursing and Midwifery

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

Title:

**The Effect of mobile-based education on the self-efficacy of
breastfeeding in postpartum period**

By:

Sahar Naebiyani

Supervisor:

Dr. Fatemeh Vasegh Rahimparvar

Consultant:

Dr. Shirin Shahbazee

2019

Title: The Effect of mobile-based education on the self-efficacy of breastfeeding in postpartum period

Background: Breast feeding is a unique nutritional method for infants. It has been designated as a global health priority for the whole world for many years. One of the most important corrective factors involved in exclusive breastfeeding is self-efficacy in lactation. Considering the advancement of technology and the necessity of distance education, and in view of the importance of improving lactation, this study aimed to investigate the effect of mobile-based education on the self-efficacy of breastfeeding in postpartum period.

Material and methods: In this semi-experimental study, 69 women on the first day of postpartum were selected by convenience sampling in two groups. 33 women in the intervention group received daily breastfeeding-related messages, from the first postpartum day for four weeks individually by mobile through the agreed social network in the form of written, voice message, image and video message. 36 women in the control group received routine postpartum care. The data collection tool was a standard lactation self-efficacy questionnaire completed on the first day after delivery, 4 weeks and 8 weeks postpartum. Data analysis was performed using SPSS version 20 software.

Results: The mean of self-efficacy score before intervention in the intervention group was 131.48 ± 9.57 and in the control group was 132.16 ± 9.44 . Immediately after the intervention is completed (four weeks after delivery), this mean in the intervention group was 155.30 ± 10.93 and in the control group was 132.52 ± 90.70 . In the four weeks after the intervention is completed (eight weeks postpartum), the mean of self-efficacy score in the intervention group was 160.18 ± 11.33 and in the control group was 132.30 ± 24.09 . The exclusive breastfeeding rate before intervention was 93.9% in the intervention group and 100% in the control group. Immediately after the intervention is completed, this mean in the intervention group was 87.9% and in the control group it reached 63.9%. In the four weeks after the intervention is completed in the intervention group, this mean was 87.8% in the intervention group and 69.4% in the control group.

Conclusion: Mobile-based education through the social network of Telegram is associated with an increase in Breastfeeding self-efficacy and improved Breastfeeding outcomes at four and eight weeks postpartum. It is recommended to use mobile technology to provide distance learning in an efficient way using advanced multimedia tools. The mobile can potentially empower women to obtain timely consultations for themselves and their infants and improve breastfeeding outcomes in developing countries.

Keywords: Breastfeeding self-efficacy; mobile-based education; social network; telegram; postpartum