



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

عنوان:

بررسی تأثیر به کارگیری اپلیکیشن خود مراقبتی بر سبک زندگی و شاخص های
آزمایشگاهی مددجویان مبتلا به کبد چرب غیرالکلی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد

در

پرستاری

نگارنده:

روییا رحمانی

استاد راهنما

دکتر شکوه ورعی

اساتید مشاور

دکتر نسرین رسول زاده

دکتر فروغ البرزی

دکتر زهره سادات میر مقتدایی

چکیده:

بررسی تأثیر به کارگیری اپلیکیشن خود مراقبتی بر سبک زندگی و شاخص های آزمایشگاهی

مددجویان مبتلا به کبد چرب غیرالکلی

زمینه: بیماری کبد چرب غیر الکلی شایعترین بیماری مزمن کبدی است و مشکل اولیه در اکثر افراد مبتلا افزایش وزن یا چاقی و متعاقب آن مقاومت به انسولین است. این مطالعه با هدف تعیین تأثیر به کارگیری اپلیکیشن خود مراقبتی بر سبک زندگی و شاخص های آزمایشگاهی بیماران مبتلا به کبد چرب غیر الکلی انجام شد.

روش پژوهش: این پژوهش یک کارآزمایی بالینی تصادفی شده بود بدین منظور اپلیکیشن خودمراقبتی طراحی و ساخته شد و سپس نمونه گیری از ماه مهر ۱۳۹۷ تا مردادماه ۱۳۹۸ در درمانگاه گوارش مجتمع بیمارستانی امام خمینی تهران انجام شد. نمونه های مطالعه ۶۸ نفر بودند که به صورت تصادفی به دو گروه کنترل (۳۷ بیمار) و آزمون (۳۱ بیمار) اختصاص داده شدند. برای هر دو گروه کنترل و آزمون اندازه گیری های قد و وزن و شاخص توده بدنی انجام گردید. ابزار گردآوری داده ها پرسشنامه سبک زندگی LSQ بود که توسط شرکت کنندگان هر دو گروه کنترل و آزمون تکمیل و بر اساس پاسخ آنان آموزش های اصلاح سبک زندگی ارائه و پمفلت آموزشی تحویل گردید و بیماران هر دو گروه کنترل و آزمون جهت انجام آزمایشات ALT، AST، TG، Cholesterol، HDL، LDL، FBS، Alb، ALKph، CBC و ایندکس HOMA ارجاع و پیگیری تلفنی بیماران هر دو گروه انجام و یک و دو و سه ماه بعد از مداخله پرسشنامه سبک زندگی توسط هر دو گروه کنترل و آزمون تکمیل و شاخص های آزمایشگاهی کبدی هر دو گروه کنترل و آزمون سه ماه بعد بررسی شدند و برای گروه آزمون اپلیکیشن خود مراقبتی کبد چرب بر روی گوشی نصب و آموزش داده شد. داده ها با استفاده از آزمون های آماری تی تست، کای دو، دقیق فیشر، مک نمار و آنالیز واریانس با اندازه های تکراری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها: دو گروه از نظر میانگین سبک زندگی یک ($p=0/017$) دو ($p=0/001$) و سه ($p=0/001$) ماه بعد و از نظر کلسترول ($p=0/008$) و انسولین ($p<0/001$) و شاخص هوما ($p=0/008$) بعد از مداخله تفاوت معنی دار آماری داشتند و سبک زندگی در هر دو گروه کنترل ($p<0/001$) و آزمون ($p<0/001$) و در گروه کنترل از نظر قند خون ناشتا ($p=0/013$) آلانین آمینوترانسفراز سرم ($p=0/016$) و در گروه آزمون از نظر تری گلیسرید ($p=0/008$) و کلسترول ($p=0/001$) و لیپوپروتئین با چگالی بالا ($p=0/001$) و لیپوپروتئین با چگالی پائین ($p=0/004$) و انسولین ($p=0/008$) و آسپارات آمینوترانسفراز ($p=0/039$) و آلانین آمینوترانسفراز ($p=0/002$) سرم بعد از مداخله نسبت به قبل تفاوت معنی دار آماری وجود داشت.

نتیجه گیری: با وجودیکه وضعیت سبک زندگی هر دو گروه نسبت به قبل از مداخله بهتر گردید، وضعیت سبک زندگی گروه آزمون نسبت به گروه کنترل بهتر بوده و هم چنین علیرغم اینکه آموزش و پیگیری تلفنی در بهبود شاخص های آزمایشگاهی کبدی تأثیر داشته اما به کارگیری اپلیکیشن خودمراقبتی بر بهبود شاخص های آزمایشگاهی کبدی گروه آزمون نسبت به گروه کنترل تأثیر بیشتری داشته است.

کلمات کلیدی: اپلیکیشن؛ خودمراقبتی؛ سبک زندگی؛ شاخص های آزمایشگاهی؛ کبد چرب غیر الکلی



**Tehran University of Medical Sciences
School of Nursing & Midwifery**

**Title:
Evaluating the Effect of Self-Care Application on Lifestyle and
Laboratory Indicators of client with Non-Alcoholic Fatty Liver
disease**

**A thesis submitted as partial fulfillment of the requirements for master of
science(MSc)Degree
In
Nursing**

**By
Roya Rahmani**

**Supervisor
Dr. Shokoh Varaei**

**Consultants
Dr. Nasrin rasoulzadeh
Dr. Forough alborzi
Dr. Zohre sadat mirmoghtadie**

2019

Abstract:

Background: Non-alcoholic fatty liver disease is the most common chronic liver disease and the primary problem is insulin resistance in the most people with weight gain or obesity. The purpose of this study was to determine the effect of self care application on lifestyle and laboratory indicators of patients with nonalcoholic fatty liver disease.

Research Method: This study was a randomized clinical trial. A self-care app was designed and built for this purpose and Then, sampling was performed from September ۲۰۱۸ to August ۲۰۱۹ at the gastrointestinal clinic of Imam Khomeini Hospital Complex in Tehran. The study samples were 68 individuals randomly assigned to control group(37 patients) and intervention group(31 patients) .

Height, weight and body mass index were measured for both CG and IG. Data collection tool was LSQ Lifestyle Questionnaire which was completed by the participants of both CG and IG and based on their answers, lifestyle modification training and educational pamphlets were delivered and Patients in both CG and IG were referred for HOMA index, FBS, Alb, ALKph, Triglyceride, Cholesterol, HDL, LDL, ALT, AST and CBC. Telephone follow-up was performed of patients in both CG and IG and one, two and three months after the intervention, the Lifestyle Questionnaire was completed by both CG and IG and the liver laboratory indicators were evaluated three months later and the fatty liver self care app was installed on the intervention group's mobile phone and was trained. Data were analyzed using t-test, chi-square, Fisher exact test, McNemar and analysis of variance with repeated measures.

Findings: The two groups had a statistically significant difference in mean

life style one ($p = 0.001$) two ($p = 0.001$) and three ($p = 0.001$) months later and there was a significant difference after intervention in terms of cholesterol ($p = 0.008$) and insulin ($p < 0.001$) and HOMA index ($p = 0.008$) and mean lifestyle score in both CG ($p < 0.001$) and IG ($p < 0.001$) and there was a statistically significant difference between the two groups after intervention than before in the CG fasting blood sugar ($p = 0.013$), serum alanine aminotransferase ($p = 0.016$) and in IG triglyceride ($p = 0.008$) and cholesterol ($p = 0.001$) and High density lipoprotein ($p = 0.001$) and Low density lipoprotein ($p = 0.004$) and insulin ($p = 0.008$) and aspartate aminotransferase ($p = 0.039$) and alanine aminotransferase ($p = 0.002$) serum levels .

Conclusion: Although the lifestyle of both groups was better than before the intervention, The lifestyle of the IG was better than the CG and Similarly, although telephone training and follow-up had an effect on the improvement of liver laboratory indicators but deployment of self-care application had a greater effect on the improvement of liver laboratory indicators by IG than the control group.

key words: Application, Self-care, Lifestyle, Laboratory Indicators, Non-alcoholic fatty liver