



دانشگاه علوم پزشکی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی

عنوان:

بررسی ارتباط سبک زندگی با سابقه سقوط در سالمندان ساکن شهر تهران
در سال ۱۴۰۰

پایان نامه جهت اخذ مدرک کارشناسی ارشد پرستاری

نگارنده:

رکسانا نظری

استاد راهنما:

دکتر سربه پور تقی

استاد مشاور:

دکتر شهرزاد پاشایی پور

مشاور آمار:

شیما حفاتی

۱۴۰۱

چکیده

مقدمه و هدف: زمین خوردن و سقوط سالمندان یکی از شایع‌ترین و جدی‌ترین مشکلات دوران سالمندی است و تکرار آن عواقب و عوارض جسمانی، روانی و مالی دارد که با توجه به هزینه‌های بالای آن برای نظام سلامت، باید به این مسئله اهمیت داده شود. با توجه به اینکه مطالعات نتایج ضد و نقیضی در خصوص ارتباط سبک زندگی با سقوط به عنوان یکی علل مرتبط گزارش کرده اند، این مطالعه با هدف تعیین ارتباط سبک زندگی و با سابقه سقوط در سالمندان ساکن جامعه تهران انجام شد.

مواد و روش‌ها: این پژوهش، یک پژوهش مقطعی از نوع توصیفی-همبستگی بود. معیار های ورود شامل افراد سالمند بالای ۶۰ سال، سالمندان با بیماری زمینه ای کنترل شده (پرفشاری خون کنترل شده، دیابت قند خون کنترل شده، بیماری تنفسی)، تمایل به شرکت در پژوهش و داشتن سابقه سقوط در یکسال گذشته بود. محیط پژوهش مراکز جامع سلامت شهری تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی تهران بودند. تعداد ۴۷۰ نمونه به روش نمونه‌گیری چند مرحله ای از بین ۳۳ مرکز جامع سلامت شهری واقع در مناطق ۱۰، ۱۲، ۱۶، ۱۷ و ۲۲ شهر تهران انتخاب شدند. نمونه‌گیری از تاریخ ۱۲ اسفند ماه ۱۴۰۰ تا تیرماه ۱۴۰۱ انجام شد. پس از اخذ کد اخلاق و کسب مجوز اجرای پژوهش، اطلاعات توسط پرسش نامه جمعیت شناختی، پرسش نامه سبک زندگی سالمندان و چک لیست سندرم فرتوتی جمع آوری شد. نتایج با نرم افزار SPSS نسخه ۲۰ و آزمون های کاس اسکوتر، تی مستقل و پیرسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که بیشترین افراد شرکت کننده در مطالعه سن بین ۷۰ تا ۷۴ سال داشتند (۳۸ درصد) و میانگین سنی برابر با ۷۱/۳۷ (۳/۸۵) بود. هم چنین بیشتر افراد شرکت کننده در مطالعه زن (۵۱ درصد) و متاهل (۸۵ درصد) بودند. ۵۷ درصد از شرکت کنندگان تحصیلات زیر دیپلم داشتند و ۴۰ درصد خانه دار بودند. در خصوص نوع سکونت، ۶۸ درصد از شرکت کنندگان در منزل شخصی سکونت داشتند و اکثر آنان (۴۴/۵۰ درصد) سه فرزند داشتند. سبک زندگی در دو گروه سالمند با سابقه سقوط (۴۵/۸۹) و ۱۳/۲۷ (۴۵/۸۹) و عدم سقوط (۴۴/۵۰) با یکدیگر تفاوت معنی دار آماری نداشتند ($p > 0/05$). هم چنین بین سندرم فرتوتی و تمام ابعاد سبک زندگی اختلاف معنی دار آماری و معکوسی وجود داشت ($p = 0/001$). یافته حاکی از آن بود که اختلاف معنی داری بین سندرم فرتوتی در گروه با سابقه سقوط و بدون سابقه سقوط وجود ندارد ($p > 0/05$).

نتیجه گیری: نتایج مطالعه نشان داد که سبک زندگی و سندرم فرتوتی در دو گروه سالمند با سابقه سقوط و عدم سقوط با یکدیگر تفاوت معنی دار آماری نداشتند. اما بین سندرم فرتوتی و تمام ابعاد سبک زندگی اختلاف معنی دار آماری و معکوسی وجود داشت. با توجه به نتایج، پیشنهاد می شود که اقدامات و مداخلات برای پیشگیری از سقوط براساس شاخص های فرتوتی سالمندان مانند رفع خستگی، بهبود قدرت عضلانی سالمندان و بهبود فعالیت فیزیکی طراحی و اجرا شود. هم چنین با توجه به نتایج مطالعه حاضر، پرستاران سالمندی می‌توانند خدمات آموزش و مشاوره ای را بر اساس بررسی سبک زندگی سالمندان، شاخص های سندرم فرتوتی ارائه دهند. پرستاران باید خدمات پرستاری را مبتنی بر شرایط سالمندان ارائه دهند و خدمات مشاوره ای خود را بر اساس توانایی سالمندان و شرایط فیزیکی آنان ارائه دهند.

کلید واژه: سندرم فرتوتی، سقوط، سالمندان، سبک زندگی



Teheran University of Medical Sciences

School of Nursing and Midwifery

**Investigating the relationship between lifestyle and history
of falls in the elderly living in Tehran in 2021**

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

By

Roxana Nazari

Supervisor

Dr. Serieh Portaghi

Consultant

Dr. Shahrazad Pashaipour

Mrs. Shima Hagani

2021

Abstract

Introduction: Elderly falling is one of the most common and serious problems of old age, and its repetition has physical, psychological and financial consequences, which should be given importance due to its high costs for the health system. Considering that studies have reported conflicting results regarding the relationship between lifestyle and falls as one of the related causes, this study was conducted with the aim of determining the relationship between lifestyle and the history of falls in the elderly living in Tehran.

Methods: This research was a descriptive-correlational cross-sectional study that was conducted with the aim of determining the relationship between lifestyle and the history of falls and geriatric syndrome in the elderly living in Tehran in 1400. Inclusion criteria included elderly people over 60 years of age, elderly with controlled underlying disease (controlled hypertension, controlled diabetes, respiratory disease), willingness to participate in the research, and having a history of falling in the past year. The research environment was comprehensive urban health centers covered by Tehran University of Medical Sciences. 470 samples were selected by multi-stage sampling from 33 comprehensive urban health centers located in districts 10, 12, 16, 17 and 22 of Tehran. Sampling was done from March 12, 1400 to July 1401. After obtaining the code of ethics and obtaining permission to carry out the research, information was collected through a demographic questionnaire, an elderly lifestyle questionnaire, and a Fretotti syndrome checklist. The results were analyzed with spss software version 20 and Cass square, independent t and Pearson tests.

Results: The results showed that most of the participants in the study were between 70 and 74 years old (38%) and the average age was 71.37 (3.85). Also, most of the participants in the study were female (51%) and married (85%). 57% of the participants had an education below a diploma and 40% were housewives. Regarding the type of residence, 68% of the participants lived in their own house and most of them (44.50%) had three children. Lifestyle in two groups of elderly people with a history of falling (113/27) and no falling (45/56) and 116/63 had no statistically significant difference with each other ($p>0.05$). Also, there was a statistically significant and inverse difference between Fretotti's syndrome and all aspects of lifestyle ($p=0.001$). The findings indicated that there is no significant difference between Fretotti's syndrome in the group with a history of falling and without a history of falling ($p>0.05$).

Conclusion: The results of the study showed that there was no statistically significant difference between lifestyle and Fretotti's syndrome in two groups of elderly people with a history of falling and without falling. However, there was a statistically significant and inverse difference between Fretotti's syndrome and all dimensions of lifestyle. According to the results, it is suggested that measures and interventions to prevent falls be designed and implemented based on indicators of frailty of the elderly, such as relieving fatigue, improving the muscle strength of the elderly, and improving physical activity. Also, according to the results of the present study, geriatric nurses can provide educational and counseling services based on examining the lifestyle of the elderly, the indicators of Fretotti's syndrome. Nurses should provide nursing services based on the conditions of the elderly and provide their counseling services based on the ability of the elderly and their physical conditions.

Key words: Frototti syndrome, falling history, elderly, lifestyle