



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی فسا

دانشکده پزشکی

پایان نامه برای اخذ درجه دکتری پزشکی عمومی

عنوان :

بررسی رفتارهای پیشگیری کننده از پوکی استخوان در افراد مراجعه کننده به مرکز بهداشتی درمانی شهر فسا بر اساس الگوی فرانتزری

استاد راهنما :

زهرا مرادی

استاد مشاور:

دکتر علی خانی جیحونی

نگارش :

سجاد اتحاد نژاد

شماره پایان نامه: ۴۱۶

شهریور ۱۳۹۷

چکیده:

بررسی رفتارهای پیشگیری کننده از پوکی استخوان در افراد مراجعه کننده به مرکز بهداشتی درمانی شهر فسا بر اساس الگوی فرانتزری

مقدمه: تغییر رفتار یکی از مهمترین استراتژی های قدرتمند برای پیشگیری از پوکی استخوان است. مطالعه حاضر با هدف بررسی رفتارهای پیشگیری کننده از پوکی استخوان در افراد مراجعه کننده به مرکز بهداشتی درمانی شهر فسا بر اساس الگوی فرانتزری در شهر فسا انجام گرفت.

روش بررسی: این مطالعه توصیفی تحلیلی از نوع مقطعی به صورت تصادفی بر روی ۴۰۰ زن بالای ۳۰ سال از مراکز بهداشتی شهر فسا انجام گرفت. ابزار گردآوری داده ها پرسشنامه های معتبر شامل اطلاعات فردی، آگاهی، مراحل تغییر، تعادل تصمیم گیری (موانع و منافع)، خودکارآمدی در دو قسمت فعالیت فیزیکی و دریافت غذایی کلسیم و چک لیست عملکرد فعالیت فیزیکی و عملکرد دریافت کلسیم بود. داده ها توسط نرم افزار آماری spss نسخه ۲۲ و با استفاده از شاخص های توصیفی (میانگین، انحراف معیار و ضریب همبستگی پیرسون) و آزمون های تحلیلی شامل تحلیل همبستگی پیرسون، آزمون کای دو، تی مستقل و تحلیل رگرسیون چند گانه خطی تجزیه و تحلیل شد و $p > 0.05$ بعنوان سطح معنادار در نظر گرفته شد.

نتایج: در این مطالعه اکثریت شرکت کنندگان در ارتباط با عملکرد دریافت کلسیم (۴۱/۲۵٪) و پیاده روی (۴۶/۲۵٪) در مرحله پیش تفکر بودند. بین عملکرد پیاده روی و منافع ورزش ($r=0.128 / OP, 0.20$) و خودکارآمدی ورزش ($r=0.184 / OP, 0.32$) ارتباط معنی دار و با موانع درک شده ($r=0.102 / OP, 0.40$) و ورزش ارتباط معکوس وجود دارد. بین عملکرد دریافت کلسیم و آگاهی ($r=0.194 / OP, 0.01$) و خودکارآمدی دریافت کلسیم ($r=0.125 / OP, 0.32$) ارتباط مستقیم معنی داری وجود دارد. با موانع درک شده دریافت کلسیم ($r=0.187 / OP, 0.45$) ارتباط معکوس معنی داری وجود دارد. بطور کلی متغیرهای مورد بررسی ۲۸/۶۰ درصد از واریانس پیاده روی و ۳۰/۲۰ درصد از واریانس رفتار دریافت کلسیم جهت پیشگیری از پوکی استخوان را پیشگویی نمود.

بحث و نتیجه گیری: با توجه به قدرت پیشگویی الگوی فرانتزری در رفتارهای پیشگیری کننده از پوکی استخوان، توجه به سازه های این الگو در ارتقاء رفتارهای تغذیه ای و فعالیت فیزیکی و ارائه آموزش های مربوط به آن توصیه می شود.

واژگان کلیدی: رفتار پیشگیری کننده، پوکی استخوان، الگوی فرانتزری

Abstract

On Behaviors Preventing from Osteoporosis in Patients Referring to Fasa Health Center based on the transtheoretical Model

Introduction: Behavioral change is one of the most important powerful strategies for prevention of osteoporosis. The purpose of this study is investigating the behaviors preventing from osteoporosis .in patients referring to the Fasa health center based on the transtheoretical model in Fasa

Material & Method: This descriptive analytical study of cross-sectional type was conducted on 400 women over 30 years of age from Fasa health centers. The data gathering instruments were valid questionnaires including personal information, awareness, change stages, decision making balance (barriers and benefits), self-efficacy in two parts of physical activity and dietary calcium, and physical activity checklist and calcium yield. The data were analyzed by SPSS software, version 22 using descriptive indicators (mean, standard deviation and Pearson correlation coefficient) and analytical tests, including Pearson correlation analysis, Chi-square, independent t-test and linear multiple .regression analysis. And $p < 0.05$ was considered as the significance level

Findings: In this study, the majority of participants were related to the performance of receiving calcium (41.25%) and walking (46.25%) in the pre-thinking phase. There is a significant relation between walking performance and exercise benefits ($P=0.020$, $r = 0.128$) and exercise self-efficacy ($r = 0.184$ $P= 0.032$), and perceived barriers ($P=0.040$, $r = 0.102$) and exercise are inversely related. There is a significant direct correlation between calcium intake and awareness ($r = 0.194$, $P = 0.001$), and self-efficacy of calcium intake ($r = 0.123$, $P = 0.032$). With perceived barriers, there is a significant reverse correlation with calcium intakes ($P=0.045$, $r = 0.187$). In general, the variables under study predicted 28% of walking variance and 30.20% of calcium reception behavior for osteoporosis .prevention

Conclusion: Regarding the predictive power of the transtheoretical model in behaviors preventing from osteoporosis, consideration of the structures of this model is recommended in promoting .nutritional behaviors and physical activity and providing the related training

.Keywords: Preventive Behavior, Osteoporosis, transtheoretical model