



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی فسا
دانشکده پزشکی

پایان نامه برای اخذ درجه دکترای پزشکی عمومی

عنوان :

بررسی رابطه کیفیت و کمیت خواب بر ضربان قلب در حالت استراحت در جمعیت کوهورت

ششده فسا

استاد راهنما :

مجتبی فرجام

استاد مشاور علمی:

رضا همایونفر

توسط:

ابوالفضل پیله وریان

مرداد ۹۸

تعیین ارتباط کیفیت و کمیت خواب بر ضربان قلب در حالت استراحت در جمعیت کوهورت ششده فسا

مقدمه: به طور کلی ضربان قلب پایین در حالت استراحت باعث ایجاد عملکرد بهتر قلب و همچنین سیستم قلبی عروقی می‌شود و ضربان قلب بالا در حالت استراحت ریسک بیماری های قلبی عروقی و به طور کلی میزان مرگ و میر در جمعیت عادی را افزایش می‌دهد. هدف از انجام این مطالعه بررسی رابطه کیفیت و کمیت خواب بر ضربان قلب در حالت استراحت در جمعیت کوهورت ششده فسا بود.

روش بررسی: این یک مطالعه ی مقطعی کوهورت در مرکز کوهورت دانشگاه علوم پزشکی فسا است و شامل حدوداً ۷۰۰۰ نفر عضو از بین ۱۰۰۰۰ نفر میباشد که از سال ۲۰۱۴ الی ۲۰۱۶ پذیرش شده اند و نوار قلب این تعداد افراد ثبت شده است. اطلاعات این مطالعه از پرسشنامه های کیفیت و کمیت خواب بر گرفته از پرسشنامه ی پیتزبورگ (PSQI) که توسط افراد مورد مطالعه پر گردیده بودند، استخراج گردید. سپس از طریق آنالیز داده های به دست آمده میزان ارتباط بین فاکتور های کمیت و کیفیت خواب روی ضربان قلب در حالت استراحت تعیین شد.

نتایج: در این مطالعه ۳۰۹۳ نفر (۴۳/۵ درصد) از افراد شرکت کننده زن و ۴۰۱۹ نفر (۵۶/۵) مرد بودند. از لحاظ توزیع سنی افراد مطالعه، میانگین سن ۴۸/۶۰ سال و کمترین و بیشترین سن ۳۴ و ۷۱ سال ثبت شد. میانگین شاخص ضربان قلب در ۷۱۱۶ نفر از جمعیت مطالعه ۷۱/۱۷ تعداد در دقیقه و کمترین ضربان قلب ۲۷ و بیشترین تعداد ضربان قلب ۱۳۵ در دقیقه ثبت شد. در این مطالعه تعداد ۶۴۵۸ نفر (۹۰/۸ درصد) از جمعیت مورد مطالعه مصرف داروی خواب آور نداشتند و ۶۵۶ نفر معادل (۹/۲ درصد) از داروی خواب آور استفاده می کردند. در بین تمام داروهای مصرفی توسط افراد در مطالعه، داروی متادون با ۲۷۸ نفر بیشترین مصرف را در بین داروها داشت.

بحث و نتیجه گیری: ضربان قلب در حال استراحت به عنوان یک شاخص پیش بینی کننده برای ریسک فاکتورهای بیماری های قلبی - عروقی بکار می رود. یافته های مطالعه حاضر همچنین اثرات کمیت و کیفیت خواب بر ریسک بیماری های قلبی عروقی افراد را مورد بررسی قرار میدهد. از بین متغیر های مورد بررسی مدت زمان خواب طول روز، مصرف داروی موثر بر خواب، حرکات غیر ارادی پا در خواب و شیفت شب دارای ارتباط معناداری بر روی ضربان قلب در حالت استراحت هستند.

واژگان کلیدی: کمیت و کیفیت خواب، ضربان قلب، کوهورت فسا

Abstract:**determine relation of sleep quality and quantity on resting heart rate in fasa cohort study**

Introduction: Generally, low heartbeat in resting conditions results in better cardiovascular function and cardiovascular system, and high heart rate in resting cardiovascular risk and generally increases the mortality rate in the normal population. The purpose of this study was to determine the effect of sleep quality and quantity on resting heart rate in a sixth-footed cohort population.

Materials and Methods: This is a cross-sectional cohort study of the cohort, and the statistical population includes about 7000 people admitted to Fasa University of Cohort from 2014 to 2016. The data of this study were extracted from quality of sleep questionnaire (PQQ) questionnaire (PSQI) completed by the subjects. Then, by analyzing the obtained data, the relationship between the quantity factors and the quality of sleep was determined on resting heart rate.

Results: In this study 3093 (43.5%) were female and 4019(56.5%) were male. In terms of the age distribution of the subjects, the mean age was 48.60 years, and the lowest and highest were 34 and 71 years. The average heart rate index was recorded in 7,116 of the study population, 71.17 per minute, and the lowest heart rate was 27, and the highest heart rate was 135 per minute. In this study, 6459 (90.8%) of the population did not use hypnotics and 656 (9.2%) people used of them. Among all the drugs used by people in the study, methadone with 278 people taking medication.

Conclusion: Resting heart rate is used as a predictor of risk factors for cardiovascular disease. The findings of this study also showed that variables such as duration of mid day sleep , night shift working, sedative routine use and leg rest less ness syndrome can effect resting heart rate.

Key Words: Quantity and quality of sleep, heart rate, cohort