

بررسی میزان تأثیر برنامه آموزش پیاده‌روی بر آگاهی، نگرش، عملکرد و کنترل متابولیک قند خون بیماران زن مبتلا به دیابت نوع ۲

محسن شمسی^۱، دکتر غلامرضا شریفی‌راد^۲، دکتر علی کچویبی^۳، اکبر حسن‌زاده^۴

چکیده

زمینه و هدف: امروزه نقش فعالیت فیزیکی در سلامتی جامعه و اثر آن در پیش‌گیری و کنترل بسیاری از بیماری‌ها مطرح می‌باشد. از این رو پژوهش حاضر با هدف تعیین میزان تأثیر برنامه آموزش پیاده‌روی بر آگاهی، نگرش و عملکرد بیماران زن مبتلا به دیابت نوع ۲ انجام پذیرفت. **روش تحقیق:** مطالعه حاضر یک کارآزمایی شاهددار تصادفی شده بود که در آن ۸۸ نفر از بیماران زن مبتلا به دیابت نوع ۲ شرکت داشتند. اطلاعات از طریق پرسش‌نامه و چک لیست و با استفاده از مصاحبه سازمان یافته در قبل و ۳ ماه بعد از مداخله آموزشی جمع‌آوری گردید و با استفاده از آزمون‌های χ^2 و t زوج و t مستقل آنالیز شدند.

یافته‌ها: قبل از مداخله، میانگین نمره‌های آگاهی و نگرش در دو گروه مورد و شاهد، در سطح متوسط و میانگین نمره عملکرد، پایین‌تر از حد متوسط بود. بعد از آموزش و ۳ ماه پیگیری، میانگین نمره آگاهی، نگرش و عملکرد در خصوص پیاده‌روی صحیح و دقیق شده جهت انجام پیاده‌روی با شدت‌های متوسط و سنگین در گروه مورد به نحو معنی‌داری افزایش و میانگین قند خون ناشتا و هموگلوبین گلیکوزیله به طور معنی‌داری کاهش یافت ($P < 0/05$).

نتیجه‌گیری: یافته‌های این مطالعه اهمیت آموزش پیاده‌روی را در جهت افزایش آگاهی، نگرش و اتخاذ عملکرد صحیح در خصوص انجام پیاده‌روی و کنترل بهتر قند خون بیماران زن مبتلا به دیابت نوع ۲ نشان داد و با توجه به آن انجام پیاده‌روی منظم در جهت کنترل شاخص‌های سلامتی این بیماران توصیه می‌شود.

واژه‌های کلیدی: آگاهی، نگرش، عملکرد، آموزش، پیاده‌روی، دیابت نوع ۲.

مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند. ۱۳۸۹؛ ۱۷(۳): ۱۶۶-۱۷۵

دریافت: ۱۳۸۷/۸/۱۶ اصلاح نهایی: ۱۳۸۹/۴/۲۸ پذیرش: ۱۳۸۹/۴/۲۹ درج در پایگاه وب: ۱۳۸۹/۷/۲۸

^۱ مربی، گروه بهداشت عمومی، دانشکده پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران.

^۲ نویسنده مسؤؤل؛ دانشیار، گروه بهداشت عمومی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران.

آدرس: اصفهان، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، دانشکده بهداشت.

پست الکترونیکی: sharifrad@hlth.mui.ac.ir

^۳ دانشیار، گروه غدد و متابولیسم، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران.

^۴ مربی، گروه آمار حیاتی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران.