



بررسی میزان آگاهی پرسنل پرستاری دو بیمارستان دانشگاهی تهران از بیماری استئوپروز و عملکرد پیشگیرانه آنها

چکیده

زمینه: آگاهی افراد از علل، عوامل خطر و علائم بیماری‌ها، نقش مهمی در مراقبت افراد جامعه از خود و پیشگیری از بیماری‌ها دارد. در این مطالعه سطح آگاهی پرستاران در مورد بیماری استئوپروز مورد بررسی قرار گرفته و به عملکرد آنان در ارتباط با دانش تجربی ایشان نیز توجه شده است.

روش کار: 389 نفر از پرسنل پرستاری بیمارستان‌های دکتر شریعتی و سینا بطور تصادفی انتخاب و سطح آگاهی و عملکرد آنان توسط پرسشنامه مورد بررسی قرار گرفت.

یافته‌ها: میانگین سنی پرستاران مورد مطالعه ($SD = 7/6$) 33 سال بود و 12/6٪ آنان مرد بودند. میانگین نمره آگاهی این افراد بر اساس پرسشنامه ($SD = 3/6$) 21/72 از حداکثر نمره 37 بود.

میزان آگاهی آنان در مورد بیماری با آخرین مدرک تحصیلی آنان ارتباط مستقیم و معنی‌دار داشت ($P=0.01$) و با جنس، محل تحصیل، سابقه کار، بخش و محل اشتغال، فاصله زمانی از زمان فارغ‌التحصیلی و ... بی‌ارتباط بود. 45/6٪ این افراد از لبنیات به میزان کافی استفاده می‌کردند و کافی یا ناکافی بودن مصرف این منبع غذایی مهم کلسیم، فقط با بعد خانوار ارتباط مستقیم داشت. 38/7٪ از پرستاران فوق به میزان کافی ورزش می‌کردند. مصرف کلسیم و ورزش ارتباطی با میزان آگاهی آنان نداشت.

نتیجه‌گیری: میزان آگاهی پرستاران در مورد پوکی استخوان کمتر از حد مورد انتظار بوده و افزایش آگاهی این قشر از جامعه با توجه به نقش و جایگاه آنان جهت پیشگیری از این بیماری، نیازمند بررسی و برنامه‌ریزی دقیق‌تری می‌باشد.

واژگان کلیدی: استئوپروز، پرستار، دانش، عملکرد

مریم مقدسی جهرمی 1*
احمد سلیم زاده 2
هادی یوسف شاهی 3

1- استادیار گروه روماتولوژی،
دانشگاه علوم پزشکی تهران
2- دانشیار گروه روماتولوژی،
دانشگاه علوم پزشکی تهران
3- متخصص داخلی، پژوهشگر

* نشانی نویسنده مسؤول:
تهران، خیابان امام خمینی،
بیمارستان سینا، کد پستی
11367-46911

تلفن: 021-66348501-10
فاکس: 021-66348545

نشانی الکترونیکی:

moghaddassi@sina.tums.ac.ir
Salimzadeh@sina.tums.ac.ir

مقدمه

امروزه استئوپروز یا پوکی استخوان به عنوان یک معضل مهم بهداشتی درمانی جامعه شناخته شده و آن را بیماری خاموش قرن لقب داده‌اند. با توجه به اینکه این بیماری بدون علامت بوده و عوارض آن (شکستگی) می‌تواند خسارات مالی و جسمی زیاد و جبران ناپذیری را به جامعه و بیماران تحمیل کند، آگاهی از علل و عوامل خطر و نحوه پیشگیری از آن نقش مهمی در حل این مشکل مهم جامعه در آینده دارد. در این بین پرسنل پرستاری به عنوان افرادی که ارتباط نزدیکی با بیماران داشته و ممکن است از طرف سایرین مورد سؤال در مورد بیماری‌ها قرار گیرند و خود نیز در معرض ابتلا به این بیماری هستند می‌توانند نقش مهمی در افزایش آگاهی و تشویق افراد به پیشگیری از استئوپروز و شناسایی افراد در معرض خطر داشته باشند. در این مطالعه بر آن شدیم تا با سنجش اطلاعات و باور این افراد و عملکرد آنان در ارتباط با میزان آگاهی شان، گامی در جهت ارتقاء و بهبود کمی و کیفی این جنبه مهم شغلی در این قشر مهم جامعه برداشته باشیم.

مواد و روش‌ها

در یک مطالعه مقطعی Cross sectional 389 نفر از افراد کادر پرستاری بیمارستان‌های سینا و دکتر شریعتی تهران به صورت تصادفی برای ورود به مطالعه انتخاب شدند و سطح آگاهی آنها توسط پرسشنامه با تأکید بر جنبه‌های قابل پیشگیری بیماری مورد بررسی قرار گرفت. پرسشنامه مزبور بعد از بررسی متون و مقالات مختلف و با استفاده از اطلاعات موجود در مطالعات مشابه طراحی شده و جهت برطرف کردن نقایص در ابتدا توسط بیست نفر از پرسنل پرستاری تکمیل گردید. پرسشنامه نهایی پس از تایید دو روماتولوژیست، یک متخصص پزشکی اجتماعی و یکی از اعضای هیأت علمی پرستاری در این مطالعه مورد استفاده قرار گرفت. پرسشنامه شامل سه بخش بود: بخش اول شامل سؤالاتی در مورد اطلاعات فردی و دموگرافیک، بعد خانوار، وضعیت شغلی، سابقه کار و وضعیت قاعدگی در خانم‌ها، بخش دوم حاوی 41 سؤال در زمینه علل، عوامل خطر ساز، علائم و روش تشخیص بیماری پوکی استخوان و بخش سوم شامل 14 سؤال راجع به عملکرد افراد در مواردی نظیر میزان مصرف لبنیات، مکمل‌های غذایی، داروهای تأثیرگذار بر پوکی استخوان، ورزش و عادات مؤثر بر ایجاد استئوپروز (مصرف سیگار، قهوه، الکل و ...) بود. آگاهی کافی در مورد پرکردن

پرسشنامه توسط یک پرسشگر ثابت داده شد و پرسشنامه‌ها توسط پرستاران بدون همکاری یا کمک سایرین تکمیل گردید. اطلاعات هر یک از پرسشنامه‌ها با کد وارد نرم افزار آماری SPSS شده و مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها

389 نفر وارد مطالعه شدند. 12/6% (49 نفر) مرد و 87/4% (340 نفر) زن بودند. میانگین سن آنها 33 سال ($SD = 7/6$) بود.

بعد خانوار در افراد مورد مطالعه 10-1 نفر و میانگین آن ($SD = 1/71$) بود 4/06 ($SD = 1/1$) و میانگین تعداد فرزندان ($SD = 1/1$) بود (0-5 فرزندان). 8% افراد مورد مطالعه دیپلم، 2/1% فوق دیپلم، 87/9% لیسانس و 2/1% مدرک فوق لیسانس داشتند. 34/6% افراد مورد مطالعه در یکی از دانشگاه‌های دولتی تهران تحصیل کرده بودند و مابقی تحصیلات خود را در سایر دانشگاه‌های دولتی و آزاد گذرانده بودند.

به طور میانگین ($SD = 7/4$) 9/2 سال از زمان فارغ التحصیلی آنان می‌گذشت. سابقه کار از یک‌ماه تا 31 سال با میانگین ($SD = 7/5$) 8/3 سال متغیر بود.

در این مطالعه میزان آگاهی از جنبه‌های مختلف بیماری پوکی استخوان نظیر اپیدمیولوژی، علل و عوامل خطر ساز، تشخیص و راه‌های پیشگیری از بروز بیماری، با 41 سؤال مورد بررسی قرار گرفت. 11 نمره به 11 سؤال در مورد اپیدمیولوژی و اطلاعات زمینه‌ای بیماری تعلق داشت که میانگین کسب نمره از این قسمت $1/2 \pm 6/67$ بود. با 23 سؤال اطلاعات در مورد عوامل خطر ساز و مؤثر در ایجاد بیماری به جز داروها مورد سنجش قرار گرفت که میانگین کسب نمره $2/6 \pm 12/9$ از حداکثر نمره 23 بود. 3 نمره نیز متعلق به سه دارویی بود که در ایجاد پوکی استخوان مؤثر بوده و باید از بین 7 داروی رایج مورد استفاده در جامعه شناسایی می‌شد. در مجموع نمره آگاهی افراد مورد مطالعه بین 10-31 و میانگین نمره آگاهی ($SD = 3/6$) 21/72 از حداکثر نمره قابل کسب 37 بود.

78/16% افراد درد استخوان‌ها و مفاصل را علامت مهم پوکی استخوان می‌دانستند و فقط 15/79% از بی‌علامت بودن بیماری اطلاع داشتند. 88/4% از راه صحیح تشخیص پوکی استخوان اطلاع داشتند.

میزان آگاهی افراد مورد مطالعه با جنس، سن، سابقه کاری، زمان فارغ التحصیلی، اشتغال در بخش‌های داخلی یا جراحی، دانشگاه محل

در جدول شماره 1 آمده است. آزمون Chi-Square نشان داد که تنها عامل مؤثر آماری در عدم مصرف کافی لبنیات بعد از خوردن بود و افرادی که در خانواده‌های پر جمعیت زندگی می‌کردند لبنیات کمتری مصرف می‌نمودند ($P=0.027$).

به عنوان دومین جنبه مهم پیشگیری از استئوپروز، ورزش مورد سؤال قرار گرفت. فقط 38/7٪ از افراد مورد مطالعه ورزش می‌کردند. که 2/1٪ شنا، 13/9٪ پیاده روی و 17/5٪ سایر ورزش‌ها را انجام می‌دادند. علل عدم انجام ورزش در جدول شماره 2 آمده است.

تحصیل، مصرف سیگار، وضعیت قاعدگی، ورزش و مصرف دارو جهت پوکی استخوان بی‌ارتباطی بود و فقط با آخرین مدرک تحصیلی آنان ارتباط مستقیم و معنی‌دار داشت. (ضریب اسپیرمن $P = 0/01$ و $0/129$)

با پرسش درباره میزان مورد نیاز مصرف روزانه لبنیات به عنوان منبع غذایی مهم کلسیم مشخص گردید که 51٪ این افراد پاسخ صحیح دادند ولی در آنالیز T test مشخص گردید که این آگاهی تأثیری در عملکرد آنان به صورت مصرف کافی لبنیات نداشت ($P=0.221$) و فقط 45/6٪ به میزان کافی از این مواد استفاده می‌کردند. در حالی که 28/4٪ از افرادی که لبنیات کافی مصرف نمی‌کردند حتی از ناکافی بودن مصرف خود بی‌اطلاع بودند. علل عدم مصرف لبنیات

جدول شماره 1- علل عدم مصرف لبنیات در بین پرسنل پرستاری مورد مطالعه	
علل	درصد
گران بودن لبنیات	17/1٪
بروز عوارض گوارشی	11/4٪
عدم دسترسی کافی	9/5٪
عدم تمایل به مصرف	33/6٪
عدم پاسخ به سؤال	28/4٪
جمع	100٪

جدول شماره 2- علل عدم انجام ورزش در بین پرسنل پرستاری مورد مطالعه	
علل	درصد
نداشتن بودجه و امکانات	7/1٪
عدم آگاهی در مورد نیاز و لزوم انجام ورزش	16/5٪
نداشتن وقت کافی	70/3٪
داشتن بیماری ممانعت‌کننده	6/1٪
جمع	100٪

پرستاران در مورد روش تشخیص بیماری در حد مطلوب (88/4٪) بود. نتایج مشابه مطالعه ما در چندین مطالعه گزارش شده است. به عنوان مثال در مطالعه Berarducci و همکارانش، میزان آگاهی دانشجویان ارشد پرستاری در مورد پوکی استخوان 66٪ (14/62 از 22 امتیاز) گزارش شد [1]. این میزان در مطالعه‌ای دیگر 63٪ در میان کارآموزان مراقبت‌های اولیه اعلام شد [2]. در یک مطالعه نیز با دریافت امتیاز 22 از 27، میزان آگاهی پرستاران در مورد موضوعات خاص کمتر از حد انتظار برآورد شده بود [3].



مطالعه حاضر برای اولین بار در ایران به بررسی سطح آگاهی پرستاران در مورد بیماری پوکی استخوان پرداخته است. در این مطالعه مشاهده شد که میانگین نمره آگاهی و اطلاعات پرستاران در مورد شیوع، عوامل خطرناک، علائم بیماری و روش‌های پیشگیری از بیماری پوکی استخوان پایین‌تر از حد انتظار می‌باشد. بر اساس نتایج به دست آمده، متوسط میزان آگاهی پرستاران 58/7٪ از حداکثر نمره قابل کسب بود که این نکته قابل تأمل است. اطلاعات

مراجعه کنندگان به یک مرکز سنجش تراکم استخوان صورت گرفت، 19/8٪ افراد قیمت شیر را علت محدودیت مصرف ذکر کردند [12].

همچنین بررسی عوامل مؤثر در میزان مصرف کافی لبنیات نشان داد بعد خانوار به طور معنی‌دار در افرادی که میزان مصرف لبنیات آنها کمتر از حد عادی است بیش از سایرین می‌باشد ($P = 0/027$) و این مسأله ممکن است نشان‌دهنده تأثیر عوامل اقتصادی در مصرف مواد لبنی باشد، اگر چه ارتباطی با محل زندگی (ملک شخصی یا استیجاری)، انجام اضافه کاری و یا اشتغال به دو شغل مشاهده نشد.

در این مطالعه مشاهده شد که فقط 39٪ پرستاران تحت مطالعه به طور مرتب ورزش می‌کردند، در حالی که در مطالعه‌ای که بر روی کارکنان وزارت علوم، تحقیقات و فن‌آوری انجام شد مشاهده گردید که 54٪ آنها ورزش می‌کنند و همچنین مطالعه‌ای که با عنایت به نقش ورزش در پیشگیری از پوکی استخوان، بر روی میزان ورزش کارمندان دانشگاه علوم پزشکی تهران انجام گردید، مشاهده شد که 53/2٪ آنها ورزش می‌کردند و بین جنس و تعداد اعضای خانوار با میزان پرداختن به ورزش ارتباط معنی‌داری وجود داشت [13]. مشاهده می‌شود که تفاوت قابل توجهی در ورزش کردن بین پرستاران و سایر کارمندان مشاهده می‌شود که ممکن است تفاوت نسبت جنسی در این گروه‌ها و احتمالاً کمبود وقت به علت اشتغال بانوان به امور خانه‌داری و مراقبت از کودکان، علاوه بر مسؤولیت‌های شغلی علت آن باشد. چنانچه در این مطالعه نیز 70/3٪ افراد نداشتن وقت را علت ورزش نکردن ذکر کردند. به هر حال با توجه به این که زنان بیش از مردان در معرض خطر پوکی استخوان هستند به نظر می‌رسد توجه بیشتر به ورزش به عنوان یک راه پیشگیری از این بیماری باید بیشتر مورد توجه قرار گیرد.

یافته‌های این مطالعه نشان می‌دهد که پرستاران به عنوان بخشی از سیستم مراقبت بهداشتی و عوامل آموزش بهداشت از اطلاعات کافی در مورد علائم، عوامل خطر ساز و راه‌های پیشگیری از بیماری پوکی استخوان برخوردار نبوده و از نظر مصرف لبنیات و فعالیت بدنی نیز در وضعیت مطلوبی نیستند. با توجه به افزایش میانگین سنی جمعیت و بار مالی و اجتماعی سنگین ناشی از عوارض پوکی استخوان لازم است با انجام مطالعات بیشتر و برنامه‌ریزی مناسب در جهت افزایش دانش افراد در مقاطع مختلف تحصیلی و شغلی گام برداشته و بر جنبه‌های پیشگیرانه پوکی استخوان تأکید نمود. همچنین با توجه به اینکه پرسنل بهداشتی و درمانی ساعات زیادی را در محل کار سپری می‌نمایند، تمهیدات و تسهیلاتی را برای تغذیه و فعالیت فیزیکی مناسب آنان فراهم نمود.

پرستاران نقش مهمی در سلامت افراد جامعه و ترویج اطلاعات صحیح در مورد بیماری‌ها و در این بین رفع ابهام از علائم غیر اختصاصی پوکی استخوان دارند. بنابراین داشتن آگاهی کافی و درست از علائم، نشانه‌ها و ریسک فاکتورهای این بیماری برای آنها لازم است. وجود اطلاعات ناقص در مورد ریسک فاکتورهای پوکی استخوان در میان پرستاران [3]، متخصصین تغذیه [4] و دانشجویان پرستاری [1] ثابت شده است. در این مطالعه نیز فقط 56٪ از پرستاران از ریسک فاکتورهای پوکی استخوان کاملاً مطلع بودند.

در چندین مطالعه میزان آگاهی از علائم و نشانه‌های پوکی استخوان همانند مطالعه ما کافی نبود [5 و 3]. این مطالعه نشان داد که 84/2٪ افراد در مورد علائم بیماری اطلاع صحیحی ندارند و 78/16٪ آنها درد مفاصل و استخوان‌ها را علامت مهم پوکی استخوان می‌دانستند. بر اساس مطالعه Berarducci نیز که برای سنجش آگاهی پرستاران در مورد پوکی استخوان انجام شده بود 49٪ افراد استئوپروز را دارای علائم آگاه کننده نظیر درد مفاصل و خشکی می‌دانستند و 14٪ تورم مفاصل و قرمزی را نیز جزء علائم بیماری برمی‌شمردند. بر اساس این مطالعه فقط 24٪ افراد میزان کلسیم مورد نیاز روزانه را در زنان می‌دانستند و اطلاعات آنها در مورد علائم پوکی استخوان و نقش داروها در ایجاد بیماری اندک بود [1].

تنها عاملی که بر میزان آگاهی افراد مورد مطالعه در مورد پوکی استخوان اثر قابل توجهی داشت آخرین مدرک تحصیلی آنان بود ($P \text{ Value} = 0/01$). مطالعات دیگر نیز تأثیر مدارج بالای تحصیلی را بر آگاهی در مورد این بیماری تأیید کردند [8، 9، 11]. یعنی پرستارانی که مدارج علمی بالاتری داشتند اطلاعات تئوریک بهتری در مورد این بیماری دارا بودند ولی عدم ارتباط آگاهی و عملکرد نشان داد که دانستن خطرات و عوارض بیماری الزاماً به معنی ایجاد انگیزه کافی برای انجام رفتارهای پیشگیرانه و Self care نمی‌باشد. به عنوان مثال نیمی از افراد مورد مطالعه (51٪) میزان صحیح نیاز روزانه لبنیات به عنوان منبع تأمین کلسیم و روش مهم پیشگیری از پوکی استخوان را می‌دانستند و تقریباً نزدیک به همین میزان نیز لبنیات کافی مصرف می‌کردند (45/6٪) ولی ارتباطی بین این آگاهی و عملکرد وجود نداشت.

در مطالعه ما مشاهده شد که مصرف لبنیات در پرستاران که جزء اقشار آگاه و متوسط جامعه محسوب می‌شوند کافی نبوده و مهم‌ترین علت در این رابطه عدم تمایل به مصرف لبنیات بود، در حالی که عدم دسترسی به مواد لبنی یا گران بودن آنها در کل سهمی حدود 18/8٪ داشت. در مطالعه دکتر جعفری نیز که بر روی

مراجع

- 1- Berarducci A. Senior nursing students' knowledge of osteoporosis. *Orthop Nurs*. 2004; 23(2): 121-7.
- 2- Pérez-Edo L, Ciria Recasens M, Castelo-Branco C, et al. Management of osteoporosis in general practice: a cross-sectional survey of primary care practitioners in Spain. *Osteoporos Int*. 2004; 15(3): 252-7.
- 3- Hunt AH, Repa-Eschen L. Assessment of learning needs of registered nurses for osteoporosis education. *Orthop Nurs*. 1998; 17(6): 55-60.
- 4- Werner P. Knowledge about osteoporosis: assessment, correlates and outcomes. *Osteoporos Int* (2005) 16: 115-127.
- 5- Yu S, Huang YC. Knowledge of, attitudes toward, and activity to prevent osteoporosis among middle-aged and elderly women. *J Nurs Res*. 2003; 11(1):65-72.
- 6- Maalouf G, Gannagé-Yared MH, Ezzedine J, et al. Middle East and North Africa consensus on osteoporosis. *J Musculoskelet Neuronal Interact*. 2007; 7(2): 131-43.
- 7- Marquez MA, Melton LJ 3rd, Muhs JM, et al. Bone density in an immigrant population from Southeast Asia. *Osteoporos Int*. 2001; 12(7): 595-604.
- 8- Larijani B. An overview of osteoporosis in Iran. 1th international osteoporosis seminar in Iran. Tehran, Iran. 2004.
- 9- Chang SF, Chen CM, Chen PL, et al. Predictors of community women's osteoporosis prevention intention-a pilot study. *J Nurs Res*. 2003; 11(4):231-40.
- 10- Chang SF, Hong CM, Yang RS. Cross-sectional survey of women in Taiwan with first-degree relatives with osteoporosis: knowledge, health beliefs, and preventive behaviors. *J Nurs Res*. 2007; 15(3):224-32.
- 11- Sedlak CA, Doheny MO, Jones SL. Osteoporosis prevention in young women. *Orthop Nurs*. 1998; 17(3): 53-60.
- 12- Jafari S, Gholami S. Studying the awareness level of Bone Density Center referents considering their milk intake. The first scientific congress on the role of consuming milk products on the health of the society, 2004. 67: p. 76. (Persian)
- 13- Khoosheh-Mehri G, Rastgari Mehr B, Beheshti Zavereh Z. How the university staff exercise? Neda, 2005. 46: p. 7. (Persian)