

بررسی عوامل مؤثر بر سن منارک دختران

محمد فراوی*

پریسا سادات قریشی سروستانی**

چکیده

این پژوهش به منظور تعیین متوسط سن اولین قاعدگی دختران (در محدوده سنی سال آخر دبیرستان های یاسوج) و تأثیر بخشی از عوامل اقتصادی اجتماعی بر آن انجام گرفته است. در این مطالعه توصیفی تحلیلی ۱۶۱ دختر دانش آموز به طور تصادفی انتخاب و از طریق پرسشنامه مورد تحقیق قرار گرفتند. جهت تعیین ارتباط آماری از روشهای آماری پارامتری و ناپارامتری استفاده گردید. متوسط سن دختران در هنگام وقوع منارک ۱۳/۴ سال ($Sd=1/3$) و در مادران آنها ۱۴/۰۴ سال ($Sd=1/9$) بود. مشاهده شد که دختران سنگین تر منارک زودتری داشته اند ($P<0/05$). سن منارک در قومیت‌های مختلف نیز از لحاظ آماری تفاوت معنی داری داشت ($P<0/05$)، به طوری که در فارس‌ها ۱۱/۹ سال ($P<3/2$) و در ترکها ۱۲/۷ سال ($Sd=1/1$) و در دختران لر ۱۳/۴ سال ($Sd=1/6$) بود. منارک یا تعداد فرزندان خانواده از لحاظ آماری ارتباط معنی داری را نشان می دهد ($P<0/05$). بیشترین شیوع اولین قاعدگی در اردیبهشت ماه و شهریورماه و کمترین شیوع آن در اسفندماه بود و از لحاظ فصلی بیشترین شیوع را در فصل بهار و کمترین شیوع را در فصل زمستان مشاهده می کنیم.

واژه‌های کلیدی: منارک، متوسط سن، دانش آموز دختر

مقدمه

بلوغ مرحله‌ای از زندگی است که طی آن ارگان بقای نسل آدمی تکامل می یابد. یکی از مراحل چندگانه بلوغ در دخترها، وقوع منارک یعنی اولین قاعدگی است که بین ۸ تا ۱۸ سالگی رخ می دهد و از صد سال پیش به این طرف به تدریج کاهش یافته است، به طوری که این کاهش حدود یک سال در هر نسل می باشد. این تغییر را می توان به عواملی مثل ژنتیک، مسایل اقتصادی، اجتماعی و بهداشتی، جثه، تغذیه و آب و هوا ربط داد (۱).

بیشترین جهش رشد در هنگام سن شروع اولین قاعدگی می باشد و در نتیجه نیاز به پروتئین در این زمان سه برابر نیاز بزرگسالان است (۲). از طرفی در این سن نوجوان نیازمند دریافت آگاهی و بینش در مورد تغییرات جسمی خود می باشد. اگر به او کمک شود تا هر چه بیشتر این نقطه عطف را

* مربی و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی یاسوج،

آموزشکده بهداشت، گروه آمار و اپیدمیولوژی

** پزشک عمومی، دانشگاه علوم پزشکی یاسوج، دانشکده

پزشکی

گرفتند. تعداد افراد هر خانواده به طور متوسط ۸ نفر و متوسط تعداد فرزندان هر خانواده ۶ نفر بود. در این تحقیق ملاحظه شد که متوسط سن منارک دختران دانش آموز و دختران ترک تحصیل کرده مورد بررسی از نظر آماری تفاوت معنی داری نداشت ($P < 0/05$). متوسط سن منارک در دختران در حدود یک سال از مادرانشان کمتر بود ($P < 0/05$)، به طوری که میانگین سن منارک در دختران ۱۳/۴ سال ($Sd=103$) و در مادران آنها ۱۴/۰۴ سال ($Sd=109$) محاسبه شد. در مقایسه ای که بین وضعیت شغلی والدین و سن منارک صورت گرفت، اختلاف معنی داری در میانگین سن منارک بین شغل های مختلف پدر و مادر دانش آموزان مشاهده نشد. همچنین بین میزان تحصیلات پدر و مادر و میانگین سن منارک دانش آموزان ارتباط معنی داری وجود نداشت. نتایج بین سن منارک و گروه های قومی مختلف ارتباط معنی داری را نشان می دهد ($P < 0/05$) (جدول ۱).

جدول ۱: میانگین سن منارک دختران ده سنی سال آخر دبیرستان شهر یاسوج به تفکیک قومیت، زمستان ۱۳۷۷

قوم	تعداد (درصد)	میانگین (سال)	انحراف معیار
فارس	۲۶ (۱۴/۳)	۱۲/۸	۱/۲
ترک	۱۳ (۷/۲)	۱۲/۷	۱/۱
لر	۱۴۲ (۷۸/۵)	۱۳/۵	۱/۳۳
کل	۱۸۱ (۱۰۰)	۱۳/۳	۱/۳

نتیجه بررسی ارتباط سن منارک و وزن فعلی دانش آموزان نشانگر وجود رابطه ای معنی دار می باشد (جدول ۲).

بشناسد، بهتر می تواند با هیجانان و اضطراب های این دوران کنار آمده و به استقلال و اعتماد به نفس لازم در دوران جوانی و بزرگسالی دست یابد. به علاوه کاهش سن منارک شیوع مسایلی چون سندرم پیش قاعدگی (PMS)، دیسمنوره، آمنوره، سرطان های پستان و آندومتر را نیز تحت تأثیر قرار می دهد (۳، ۴). لذا آگاهی از محدوده سنی منارک نقش مؤثری در بهبود بهداشت جسمی و روانی جوانی که دیر یا زود همسر و مادر آینده خواهد بود، خواهد گذاشت.

مواد و روشها

جمعیت مورد بررسی جهت تعیین متوسط سن منارک و عوامل مؤثر بر آن، شامل دانش آموزان سال آخر دبیرستان های یاسوج در سال ۱۳۷۷ بود. همچنین مقایسه جمعیت مورد مطالعه با یک گروه ۲۰ نفری از دخترانی که ترک تحصیل کرده اند، جهت بررسی تفاوت احتمالی متوسط سن منارک در این گروه انجام گرفت. اطلاعات مورد نیاز با پرسشنامه بدست آمد. در مجموع ۱۶۱ نفر از ۶۱۱ دانش آموز دختر سال آخر دبیرستان به صورت تصادفی انتخاب و پس از یک کلاس توجیهی، پرسشنامه مربوطه توسط خود آنان تکمیل گردید. در ۲۰ مورد نیز از دختران ترک تحصیل کرده اطلاعات لازم کسب شد. جهت تعیین ارتباط آماری از روش های آماری پارامتری و ناپارامتری استفاده شد. سطح خطای کمتر از ۰/۰۵ معنی دار فرض شده است.

یافته ها

در این مطالعه ۱۸۱ دختر در محدوده سنی سال آخر دبیرستان با متوسط سنی ۱۸/۲ سال ($Sd=1/1$) و ۱۷۸ نفر از مادران آنها با متوسط سنی ۴۱/۵۴ سال ($Sd=7/1$) مورد بررسی قرار

جدول ۲: میانگین سن منارک دختران رده سنی، سال آخر دبیرستان شهر یاسوج به تفکیک وزن، زمستان ۱۳۷۷

وزن بر حسب کیلوگرم	تعداد (درصد)	میانگین	انحراف معیار
۴۰-۴۹	۴۹ (۲۸/۷)	۱۳/۷	۱/۵
۵۰-۵۹	۱۰۱ (۵۹)	۱۳/۹	۱/۳
بیشتر از ۶۰	۲۱ (۱۲/۳)	۱۲/۹	۰/۸
کل	۱۷۱*	۱۳/۳	۱/۳

تعداد فرزندان خانواده نیز با متوسط سن منارک ارتباط مستقیم و معنی داری را نشان می‌دهد ($P < ۰/۰۵$). به طوری که میانگین سنی با افزایش تعداد فرزندان مادران افزایش می‌یابد. عقیده عمومی مردم را در این زمینه که افراد سیده منارک را زودتر از سایرین تجربه می‌کنند مورد بررسی قرار دادیم که ارتباط معنی داری بین سن منارک این دو گروه مشاهده نکردیم. متوسط سن منارک ۱۳/۵۹ ($Sd = ۱/۰۳$) در دختران سیده در مقابل ۱۲/۲۹ ($Sd = ۱/۲۹$) در دختران غیر سیده ($P < ۰/۰۵$) بود.

با توجه به نظم قاعدگی در دختران مشاهده می‌شود که بیش از نیمی از آنها در این سن قاعدگی منظمی دارند (جدول ۳). در عین حال در میان دخترانی که قاعدگی منظمی دارند (۱۲/۳٪)، مدتی طول کشید تا این وضعیت به صورت منظم ظاهر شود. متوسط زمانی که طول می‌کشد تا قاعدگی منظم شود ۲۰ ماه ($Sd = ۱۳/۴$) است.

جدول ۳: نظم قاعدگی در دختران رده سنی سال آخر دبیرستان شهر یاسوج، زمستان ۱۳۷۷

شرح	تعداد	درصد
بدون نظم	۷۵	۱۰/۲
منظم طبیعی	۱۰۶	۵۸/۶
مدتی طول کشیده تا منظم شود	۲۴	۱۳/۳
کل	۱۸۱	۱۰۰

در بررسی توزیع فراوانی منارک در ماههای مختلف سال مشخص می‌شود که بیشترین فراوانی را در اردیبهشت و شهریور و کمترین فراوانی را در اسفندماه داریم که در فراوانی فصلی، بیشترین توزیع را در بهار و کمترین را در فصل زمستان مشاهده می‌کنیم. نتایج مطالعه همچنین مشخص کرد که طول مدت خونریزی در منارک دختران به طور متوسط ۵ روز ($Sd = ۱/۷$) و فواصل بین قاعدگی‌های دانش آموزان ۳۰ روز ($Sd = ۸$) بود. طول دوره خونریزی ماهیانه آنها در زمان بررسی ۵ روز ($Sd = ۱/۷$) بود؛ در حالی که دوره خونریزی ماهیانه مادران ۵/۵ روز ($Sd = ۱/۸$) می‌باشد که این تفاوت بین مادران و دختران از لحاظ آماری معنی دار است ($P < ۰/۰۵$).

بحث و نتیجه گیری

اختلاف معنی دار متوسط سن منارک دختران با مادران نشان دهنده کاهش تدریجی سن شروع قاعدگی و در نتیجه مواجهه دختران با این پدیده در سن پایین تر می‌باشد. یافته فوق با روند کلی تغییر سن قاعدگی در کشور آمریکا همخوانی نشان می‌دهد (۵). این امر ضرورت ارائه برنامه‌های مناسب بهداشتی و آموزش مربوطه به این پدیده را در مدارس مشخص می‌کند. از سوی دیگر وجود اختلاف در متوسط سن اولین قاعدگی در بین قومیت‌های مختلف نشان دهنده احتمال تأثیر ارث در بروز این پدیده و پی آمدهای آن می‌باشد. این یافته به همراه وجود ارتباط وزن با سن اولین قاعدگی نیز قبلاً مورد بررسی و تأیید قرار گرفته است (۵). تعداد فرزندان که با متوسط سن منارک ارتباط آماری معنی داری را نشان می‌دهد بیان کننده احتمال تأثیر عوامل مختلفی از جمله وضعیت

* وزن ۱۰ نمونه اندازه‌گیری نگردید.

روانی، اجتماعی، تغذیه و بهداشتی بر این پدیده می‌باشد که بررسی کاملتری را طلب می‌کند.

تشکر و تقدیر

از همکاری و مساعدت اداره آموزش و پرورش شهرستان یاسوج، دبیران، دانش آموزان و مادران آنان که ما را در انجام این تحقیق یاری نمودند، سپاسگزاریم.

References

- 1- Speroff L, Glass R. Abnormal puberty and growth problem: Clinical gynecologic endocrinology and infertility. Baltimore, USA: Williams and Wilkins Co. 1994; p.363-364.
- 2- Maclure M, et al. A prospective cohort study of nutrient intake and age at menarche. Am J Clin Nutr 1991; 54(4): 649-59.
- 3- Peeters PH, et al. Age at menarche and breast cancer risk in multiparous women. Breast Cancer Res Treat 1995; 33(1):55-61.
- 4- Mc Pherson CP, et al. Reproductive factors and risk of endometrial cancer. The Iowa Women's Health Study. Am J Epidemiol 1996; 143(12): 1195-202.
- 5- Cunningham FG, Mac Donald FG, et al. The endometrium and decidua: Williams obstetrics. London : Appleton and Lange 1993; p. 95-96.