

ارتقای سبک زندگی با استفاده از فن آوری های نوین

مرضیه جهانی صیاد نوبری^{۱*}، عزت پارباد^۲، طاهره شیرزادی^۳

۱- سوپروایزر آموزشی، کارشناس ارشد آموزش پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی گیلان، رشت، ایران
۲- مربی، عضو هیئت علمی، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی موثر بر سلامت، دانشگاه علوم پزشکی گیلان، رشت، ایران
۳- مدیریت خدمات پرستاری، کارشناس پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی گیلان، رشت، ایران
jahanimzh@gmail.com

مقدمه و هدف: امروزه فناوری های اطلاعاتی و ارتباطی به عناصری بی بدیل در زندگی بشر تبدیل شده اند. این مطالعه با هدف تعیین ارتباط استفاده از فن آوری های نوین و سبک زندگی در یکی از مراکز آموزشی درمانی استان گیلان انجام شده است.

روش کار: نمونه های این پژوهش مقطعی برابر جامعه و ۱۴۲ نفر بودند. ابزار پرسشنامه دو بخشی ویژگی های فردی اجتماعی و ابزار استفاده از اینترنت و شبکه های اجتماعی جهت ارتقاء سبک زندگی بود که پس از تعیین روایی و پایایی و تایید حوزه مدیریت مرکز آموزشی و درمانی در اختیار واحدهای مورد پژوهش قرار داده شد. یافته ها با استفاده از آمار توصیفی و آزمون های اماری مجذور کای و تی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته ها: اکثریت نمونه ها در دامنه سنی ۳۵-۲۵ سال (۳۷/۸٪) زن، متأهل (۷۵/۲٪)، دارای یک فرزند (۳۶/۴٪) دارای مدرک کارشناسی و پرستار در گردش بودند (۸۵/۱٪). نوع استخدام اکثریت واحدها رسمی بوده (۴۳/۳٪) سابقه کار اکثریت واحدها بین ۵ تا ۱۰ سال (۳۱/۷٪) و شاغل بخش جراحی بودند (۱۷/۷٪). اکثریت واحدها (۶۳/۲٪) اغلب از شبکه های اجتماعی و اینترنت جهت دریافت اطلاعات سلامتی استفاده می کردند. آزمون مجذور کای موید ارتباط معنی دار بین میزان استفاده از فن آوری جهت سلامت تنها با بخش محل خدمت ($P < 0.04$) بود. بین استفاده از فن آوری در حیطه مقابله با استرس و نوع بخش محل خدمت ($P < 0.04$) و اشتغال در موسسه دیگر علاوه بر بیمارستان محل خدمت ($P < 0.05$) ارتباط معنی دار وجود داشت. بین حیطه انجام فعالیت بدنی و اشتغال در موسسه دیگر علاوه بر بیمارستان محل خدمت ($P < 0.05$) و بین حیطه رعایت رژیم غذایی و اشتغال در موسسه دیگر ارتباط ($P < 0.01$) وجود داشت.

نتیجه گیری: به نظر می رسد استفاده از فن آوریهای نوین جهت دریافت اطلاعات در زمینه دستیابی به سبک مناسبتر زندگی در میان گروه های شاغل مرتبط با سلامت جایگاه مهم تری یافته است و می توان از آن جهت ارائه آموزش در گروههای در معرض خطر نیز استفاده کرد.

کلید واژه ها: شبکه های اجتماعی، سبک زندگی، پرستار