

پیشگویی میزان پیروی از فعالیت فیزیکی توصیه شده در بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ با استفاده از مدل رویکرد فرایند رفتار سلامتی، زنجان سال ۱۳۹۴

فربیا عبدالهی^۱، معصومه نمودیان^۲، سعیده مظلوم زاده^۳

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری مراقبت ویژه، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، دانشگاه علوم پزشکی زنجان
۲. استادیار آموزش و ارتقا سلامت جامعه، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، دانشگاه علوم پزشکی زنجان
۳. دانشیار اپیدمیولوژی، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، دانشگاه علوم پزشکی زنجان

مقدمه و هدف: دیابت نوع ۲ یک بیماری متابولیک است که ناشی از اختلال در ترشح و مقاومت نسبی به انسولین می باشد. فعالیت فیزیکی منظم می تواند به همراه رژیم غذایی سالم، حفظ وزن نرمال و عدم استفاده از تنباکو از دیابت نوع ۲ پیشگیری کند. با این حال، عدم پیروی از رژیم درمانی در بیماری های مزمن، یک مشکل اساسی در سرتاسر جهان است. مطالعه حاضر با هدف پیشگویی میزان پیروی بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ از فعالیت فیزیکی با استفاده از مدل رویکرد فرایند رفتار سلامتی (HAPA) انجام گردید.

روش کار: این مطالعه مقطعی بر روی ۳۸۵ بیمار مبتلا به دیابت نوع ۲ انجام شد. اطلاعات با استفاده از پرسشنامه تئوری محور (HAPA) و نسخه خلاصه شده پرسشنامه معتبر فعالیت فیزیکی بین المللی (IPAQ) جمع آوری شد. بررسی روایی و پایایی ابزار پژوهشگر ساخته در سطح خوب ارزیابی شد. فعالیت فیزیکی کمتر از ۶۰۰ MET min/week به عنوان عدم پیروی از فعالیت فیزیکی در نظر گرفته شد. توانایی سازه های مدل HAPA در پیشگویی رفتار مورد بررسی قرار گرفت. **یا فته ها:** ۳۸۵ بیمار مورد بررسی قرار گرفتند. میانگین فعالیت فیزیکی ۱۰۸۲.۷ MET min/week بود. تقریباً ۴۵٪ از بیماران از فعالیت فیزیکی توصیه شده تبعیت نمی کردند. بین عدم پیروی از فعالیت فیزیکی و سن، جنس (زنان) و تحصیلات ارتباط آماری معنی داری مشاهده شد ($P < 0.005$). سازه های مدل HAPA قادر به پیشگویی فعالیت فیزیکی می باشند ($P < 0.005$).

نتیجه گیری: تقریباً نیمی از بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ فاقد فعالیت فیزیکی مطلوب می باشند. با توجه به مؤثر بودن مدل HAPA در پیشگویی فعالیت فیزیکی، طراحی مداخلات تئوری-محور در راستای بهبود سبک زندگی سالم و فعالیت فیزیکی پیشنهاد می گردد.

کلید واژه ها: دیابت نوع ۲- پیروی از فعالیت فیزیکی - مدل رویکرد فرایند رفتار سلامتی