

مقایسه رفتارهای تغذیه ای دانشجویان در دو گروه علوم پزشکی و غیر پزشکی

دانشگاه های شهر تهران

نویسندگان:

شیوا پژمان خواه^۱، زهرا مشتاق عشق^۲، دکتر حمید علوی مجد^۳، بهار سیفی^۴

۱ - دانشکده پرستاری و مامایی ایران شهر، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زاهدان

۲ - دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تهران

۳ - عضو انجمن آمار زیستی ایران، دانشگاه علوم غیر پزشکی شهید بهشتی تهران

۴ - دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی آزاد تهران

چکیده

زمینه و هدف: جوانان از جمله افرادی هستند که اغلب در حال یادگیری و آماده شدن برای زندگی اجتماعی بوده لذا بیشتر در معرض رفتارهای پرخطر بهداشتی قرار دارند. بنابراین با توجه به اهمیت رفتارهای تغذیه ای و مشکل چاقی ناشی از آن در این دوران، مطالعه حاضر با هدف مقایسه رفتار بهداشتی تغذیه ای دانشجویان در دو گروه پزشکی و غیر پزشکی انجام گرفته است.

روش کار: این مطالعه یک بررسی مقایسه ای بود که در آن دانشجویان گروه علوم پزشکی با گروه علوم غیر پزشکی از نظر رفتارهای بهداشتی در زمینه تغذیه مورد بررسی قرار گرفته و مقایسه گردیدند. روش نمونه گیری به صورت خوشه ای انجام شد. به طوری که از گروه علوم پزشکی ۲۰۰ دانشجو و از گروه علوم غیر پزشکی ۲۰۰ دانشجو از دانشجویان شهر تهران در مطالعه شرکت کردند و داده ها از طریق پرسشنامه جمع آوری شدو جهت تجزیه و تحلیل داده ها از روشهای آماری توصیفی و استنباطی و نرم افزار SPSS استفاده گردید.

یافته ها: نتایج حاصل از مطالعه نشان داد که در زمینه تغذیه، دانشجویان علوم پزشکی (۶۷/۵٪) و علوم غیر پزشکی (۵۸/۵٪) در وضعیت نسبتاً مطلوب قرار داشتند و تفاوت معنی داری بین عملکرد دانشجویان در دو گروه علوم پزشکی و غیر پزشکی مشاهده نشد. ($p > 0.05$)

نتیجه گیری: از آنجائی که بر اساس نتایج پژوهش، رفتارهای بهداشتی دانشجویان در حد نسبتاً مطلوب بود، این امر نیازمند برنامه ریزی های آموزشی و بهداشتی جهت سلامت جوانان به عنوان نسل آینده ساز کشور می باشد.

واژه های کلیدی: رفتار بهداشتی، تغذیه، دانشجو

مقدمه

تغذیه مناسب یکی از عوامل مهم و حیاتی در تأمین سلامت و بهداشت فرد، خانواده و جامعه است. با استفاده از غذای مناسب، جنبش و حیات و کارایی و فعالیت، رضایت خاطر و نشاط زندگی و قدرت مبارزه با مشکلات در انسان تأمین می شود؛ علاوه بر سلامت و بهداشت نسل های بعدی نیز تأمین می گردد (۱). در کشورهای پیشرفته صنعتی به تغذیه به عنوان یک اصل اساسی توجه ویژه ای شده است. به طوری که ۱۸ اهداف تصویب شده سازمان بهداشت جهانی تحت لایحه ای به عنوان مردم بهداشتی تا سال ۲۰۱۰ به آن اختصاص داده شده است، از جمله آن هدف: ایجاد و برقراری وزن ایده ال، استفاده از مواد غذایی مناسب در جهت حفظ سلامتی، مصرف هرچه بیشتر سبزیجات و میوه جات و غذاهای غنی از کلسیم و کاهش چربی مواد غذایی و نیز تلاش برای کاهش کمبود آهن و مشکل کم خونی زنان (به خصوص در سنین باروری) و برقراری کلاسهای آموزشی برای آگاهی لازم در اقشار مختلف جامعه در زمینه تغذیه مناسب مورد تأکید فراوان قرار گرفته است (۲). شیوع رفتارهای غلط تغذیه ای در ایران بسیار رایج می باشد. از جمله این رفتارها مصرف بی رویه بعضی مواد غذایی از قبیل برنج، ماکارونی و غذاهای پرچرب و مصرف کمتر میوه و سبزیجات می باشد (۳). چاقی مهمترین بیماری تغذیه ای در کشورهای در حال توسعه می باشد؛ به طوریکه در دو دهه اخیر به سرعت شیوع پیدا کرده است. عدم موفقیت در پیشگیری و درمان چاقی، ناشی از دید محدود به علل چاقی و چگونگی تأثیر آن

بر میزان مرگ و میر و ابتلاء به بیماریها می باشد (۴). شیوع چاقی در دختران ۳/۴ درصد و در پسران ۲/۴ درصد گزارش شده است و افزایش این شاخص ها از معضلات بهداشتی و هم چنین عامل خطر ساز بیماریها است (۳). بنابراین، این مطالعه رفتارهای بهداشتی دانشجویان را در دو گروه علوم پزشکی و غیر پزشکی دانشگاههای دولتی شهر تهران در رابطه با تغذیه مورد بررسی قرار داده تا به عنوان عامل راهگشای برنامه ریزی صحیح جهت ترغیب رفتارهای بهداشتی درست در این زمینه در اختیار مسئولین کشور و نیز رسانه های گروهی قرار داده شود تا به موجب آن تندرستی و رفاه نسل امروز و آینده تأمین گردد.

روش کار

در این مطالعه مقایسه ای، رفتار تغذیه ای ۴۰۰ نفر از دانشجویان دو دانشگاه علوم غیرپزشکی که دارای معیارهای: دانشگاه تهران مشتمل بر دو دانشکده ادبیات و علوم انسانی و دانشکده پرستاری و علوم و دانشگاه خواجه نصیرالدین طوسی مشتمل بر دو دانشکده برق و دانشکده علوم و هم چنین از دانشگاههای علوم پزشکی، دانشگاه شهید بهشتی که در برگیرنده دو دانشکده پرستاری و مامایی و دانشکده توانبخشی و دانشگاه تهران شامل دانشکده پرستاری و مامایی و دانشکده بهداشت بود در آذر ماه سال ۱۳۸۷ به روش نمونه گیری خوشه ای انتخاب و مورد بررسی قرار گرفتند. دانشجویان مورد پژوهش در سنین بین ۱۹-۳۵ بودند و تمام دانشجویان با رضایت کامل در مطالعه شرکت کرده بودند. روش گردآوری داده ها پرسشنامه سه تنظیمی دارای سه بخش بود: بخش

اول مشخصات دموگرافیک دانشجویان، بخش دوم سؤالات مربوط به عادت تغذیه ای که شامل ۱۲ سؤال بود و بر اساس لیکرت امتیاز بندی شده بود و بخش آخر لیستی از مواد غذایی بود که گروههای غذایی را در ۸ جدول متمایز مشخص می کرد که بر اساس جمع امتیاز با ر مصرف (هر روز، چند بار در هفته، به ندرت و هیچ وقت) و امتیاز نوع ماده غذایی (سبزیجات، میوه جات، لبنیات، نان و غلات، چاشنی ها، خشکبار و تنقلات، پروتئین های گیاهی و پروتئین های حیوانی) رتبه بندی شده بودند. سپس امتیازات کسب شده هر دو قسمت به طور جداگانه بر مبنای ۱۰۰ قرار گرفته و به سه وضعیت مطلوب (بالای ۷۵٪)، نسبتاً مطلوب (۵۰-۷۵٪) و نامطلوب (زیر ۵۰٪) بیان گردیدند. داده ها در نرم افزار SPSS و با استفاده از آمار وصفی که شامل جداول توزیع فراوانی مطلق و نسبی، شاخصهای آماری و از آمار تحلیلی شامل کای اسکوئر، من ویتنی، تی و کروسکال والیس بودند مورد تحلیل و تجزیه قرار گرفتند.

یافته ها

در این مطالعه ۱۲۲ نفر (۶۱٪) در گروه علوم پزشکی در سنین ۱۹-۲۳ و ۱۰۳ نفر (۵۱٪) در گروه علوم غیرپزشکی در سنین ۲۴-۲۸ قرار گرفتند. از نظر جنس ۱۱۴ نفر (۵۷٪) در گروه

علوم پزشکی مؤنث و ۱۲۰ نفر (۶۰٪) در گروه علوم غیرپزشکی مذکر بودند. از نظر رابطه سن و رفتار بهداشتی در زمینه تغذیه اکثریت ۲۰۴ نفر (۵۱٪) از دانشجویان در سنین ۱۹-۲۳ در وضعیت مطلوب قرار داشتند و از نظر جنس

زنان ۶۵ نفر (۳۳٪) در مقابل مردان ۴۲ نفر (۲۰٪) از نظر رفتار تغذیه ای در وضعیت مطلوب بودند. ۱۷۰ نفر (۸۵٪) و ۱۶۴ نفر (۸۱٪) دانشجویان به ترتیب در گروه علوم پزشکی و غیرپزشکی مجرد بودند. در ارتباط با شاخص بدنی اکثریت ۱۱۳ نفر (۵۶٪) در گروه پزشکی دارای BMI^{1} ۲۱/۹۹-۱۶/۲۲ بودند و اکثریت در گروه غیر پزشکی ۱۰۶ نفر (۵۳٪) دارای BMI ۲۷/۹۹-۲۲ بودند و اختلاف معنی دار بین دو گروه مشاهده شد. از نظر توزیع کسب اطلاعات بهداشتی ۱۲۴ نفر (۶۲٪) در گروه علوم پزشکی از طریق کتب و مجلات درسی و غیر درسی و ۱۲۹ نفر (۶۴٪) در گروه علوم غیرپزشکی از طریق رادیو و تلویزیون اطلاعات بهداشتی خود را دریافت می کردند. این تفاوت از نظر آماری معنی دار مشاهده شد. در ارتباط با بیشترین گروه های غذایی مورد مصرف، اکثریت ۱۵۷ نفر (۷۸٪) دانشجویان هم در گروه پزشکی و هم غیر پزشکی نان و غلات را از گروههای غذایی بیشتر مورد استفاده می کردند. در گروه پزشکی ۱۱۶ نفر (۵۸٪) و در گروه غیر پزشکی ۱۳۱ نفر (۶۵٪) "گاهی" دارای برنامه غذایی منظم در هفته بودند. در مورد خوردن صبحانه اکثریت ۱۵۰ نفر (۷۵٪) و ۱۲۴ نفر (۶۲٪) به ترتیب در

گروه علوم پزشکی و گروه غیر پزشکی صبحانه می خوردند. اختلاف معنی دار از نظر صرف غذا در ساعت معین در روزین گروه علوم پزشکی ۶۵/۵ درصد و گروه غیر پزشکی ۵۱ درصد مشاهده

¹-Body mass index

مطلوب	۳	۱/۵	۳	۱/۵
جمع	۲۰۰	۱۰۰	۲۰۰	۱۰۰

در مورد مصرف میوه جات، نان و غلات، لبنیات "وضعیت مطلوب" در دو گروه پزشکی و غیر پزشکی مشاهده شد و از نظر آماری اختلاف معنی داری بین دو گروه رؤیت نشد؛ ولی از نظر مصرف سبزیجات، چاشنی ها، خشکبار و تنقلات، پروتئین های گیاهی در "وضعیت نسبتا مطلوب" قرار داشتند تفاوت معنی داری از نظر آماری در این زمینه مشاهده نشد. در ارتباط با مصرف پروتئین های حیوانی اکثریت دانشجویان علوم پزشکی ۱۰۲ نفر (۵۱٪) در "وضعیت نسبتا مطلوب" قرار داشتند و در گروه غیر پزشکی اکثریت ۱۰۱ نفر (۵۰/۵٪) در "وضعیت نامطلوب" بودند و اختلاف معنی دار بین دو گروه مشاهده شد ($P < 0.008$). درباره مصرف کل گروه های غذایی، دو گروه پزشکی و غیر پزشکی در "وضعیت نسبتا مطلوب" داشتند. (جدول ۲).

جدول ۲: توزیع فراوانی مطلق، نسبی رفتارهای بهداشتی در زمینه تغذیه در دو گروه علوم پزشکی و غیر پزشکی در دانشگاه های دولتی شهر تهران در سال ۱۳۸۷

نتیجه آزمونی	علوم غیر پزشکی		علوم پزشکی		گروه فعالیت تغذیه
	تعداد	درصد	تعداد	درصد	
$p=0.29$	۱۲	۲۴	۸/۵	۱۷	نا مطلوب
	۵۸/۵	۱۱۷	۶۷/۵	۱۳۵	نسبتا مطلوب
	۲۹/۵	۵۹	۲۴	۴۸	مطلوب
	۱۰۰	۲۰۰	۱۰۰	۲۰۰	جمع

شد ($P < 0.01$). هم چنین در گروه علوم پزشکی ۶۷ درصد و گروه علوم غیر پزشکی ۶۴/۵ درصد از نظر تعداد مصرف و عده های غذایی در روز از نظر آماری تفاوت آماری مشاهده شد ($P < 0.02$). اکثریت در گروه علوم پزشکی ۱۴۳ نفر (۷۱/۵٪) و در گروه غیر پزشکی ۱۲۹ نفر (۶۴/۵٪) گاهی میان وعده مصرف می کردند. در ارتباط با محل صرف ناهار به ترتیب در گروه علوم پزشکی و گروه غیر پزشکی ۵۵ درصد و ۵۵/۵ درصد در سلف دانشگاه ناهار را مصرف می کردند و از نظر آماری معنی دار بود ($P < 0.01$). از لحاظ طعم های غذایی بی نمک، ترش و شیرین در دو گروه پزشکی و غیر پزشکی تفاوت معنی دار مشاهده شد. اکثریت ۶۳ نفر (۳۱/۵٪) و ۶۶ نفر (۳۳٪) به ترتیب در گروه پزشکی و گروه غیر پزشکی فریز کردن را برای نگهداری مواد غذایی خود استفاده می کردند. یافته ها نشان داد که از نظر نوع پخت مواد غذایی (آب پز، سرخ کرده، کباب شده، fast food سنتی) اختلاف معنی داری مشاهده شد. در هر دو گروه بیش از ۸ لیوان آب در روز مصرف می کردند. از نظر کل وضعیت عادات غذایی، گروه پزشکی و گروه غیر پزشکی در وضعیت نامطلوب قرار داشتند.

جدول ۱: توزیع فراوانی مطلق، نسبی در ارتباط با کل وضعیت عادات غذایی در دو گروه علوم پزشکی و غیر پزشکی در دانشگاه های

دولتی شهر تهران در سال ۱۳۸۷

نتیجه آزمونی	علوم غیر پزشکی		علوم پزشکی		گروه مشخصات عادت تغذیه
	تعداد	درصد	تعداد	درصد	
$p=0.29$	۷۷	۱۵۴	۷۱	۱۴۲	نا مطلوب
	۲۱/۵	۴۳	۲۷/۵	۵۵	نسبتا مطلوب

بحث

نتایج مطالعه نشان داد که از نظر ارتباط جنس و رفتار بهداشتی اختلاف معنی داری مشاهده شد که نتایج این یافته با یافته بدست آمده از تحقیق فرج خدا (۱۳۸۳) در یزد همسویی دارد (۵) و با نتایج یس^۱ و همکارانش (۲۰۰۴) در کره و عزیز نژاد در بابل (۱۳۸۶) مطابقت ندارد (۷۰۶). بر مطالعه عبدالهی (۱۳۸۴) در گلستان نتایج یافته‌ها نشان داد که گروه غیر پزشکی از نظر شاخص توده بدنی در وضعیت خطرزایی قرار دارند؛ در حالیکه مؤمن نسب (۱۳۸۳) مسئله وجود اضافه وزن را در گروه علوم پزشکی مطرح نمود (۹ و ۸). بر اساس نتایج تحقیق از نظر کسب منبع اطلاعات بهداشتی، نتایج یافته‌ها با نتایج مطالعات بهادر و عزیز نژاد مطابقت می‌کند. (۷۰۳) بر اساس نتایج پژوهش در ارتباط با کل وضعیت عادت غذایی در دو گروه علوم پزشکی و علوم غیر پزشکی اختلاف معنی داری مشاهده نشد. نتایج فرمانبر (۱۳۸۲) نشان داد که اکثریت گروه دانشجویان (۵/۵۸٪) وضعیت خطر زایی در مورد عادات غذا خوردن قرار داشتند و اختلاف معنی داری بین دو گروه نشان داده نشد. عزیز نژاد نیز در مورد عادات غذایی و ارتباط آن با رشته‌های تحصیلی تفاوت معنی دار بیان نکرد (۱۰ و ۷) که یافته‌های مطالعه با این نتایج همسویی دارد. یافته‌های مطالعه بیان کرد که در دو گروه پزشکی و غیر پزشکی در مصرف کل گروه‌های غذایی از نظر آماری اختلاف معنی دار مشاهده نشد و در مورد مصرف پروتئین‌های حیوانی، گروه

غیر پزشکی کمتر مصرف می‌کردند که این یافته با یافته حاصل از تحقیق بهادر مطابقت می‌کند (۳). مؤمن نسب اشاره می‌کند که ۴/۴ درصد دانشجویان میوه، ۳۷/۸ درصد سالاد، ۱۷/۴ درصد سبزی، ۴۲/۶ درصد شیر، ۱۱/۹ درصد سایر محصولات لبنی را طی یک هفته مصرف نمی‌کنند در حالی که ۵۰ درصد نوشابه‌های گاز دار و ۴۳/۳ درصد چیپس و سایر تنقلات کم ارزش مصرف نموده‌اند (۹). بر اساس نتایج تحقیق از نظر رفتارهای بهداشتی در زمینه تغذیه در دو گروه پزشکی و غیر پزشکی "وضعیت نسبتاً مطلوب" موجود بود و اختلاف آماری بین دو گروه مشاهده نشد که این نتایج با نتایج بهادر مطابقت می‌کند. در حالیکه با یافته‌های نجات (۱۳۸۷) در تهران مغایرت دارد (۱۱ و ۳). نتایج نشان داد که آموزش در رشته پزشکی تأثیر کمی بر رفتارهای بهداشتی این دانشجویان دارد؛ بنابراین لازم است همانند سایر کشورها برنامه آموزشی خاصی در زمینه رفتارهای بهداشتی و خود مراقبتی در بدو ورود و طی دوران تحصیل دانشجویان به منظور آگاهی یافتن آنان و شناخت زودرس رفتارهای پر خطر و تصحیح و رفع آنها تدوین شود تا رفتارهای بهداشتی در میان دانشجویان و سایر افراد جامعه نهادینه شده و به نسل‌های بعدی انتقال یابد.

¹-Ysie

منابع

۱. حلم سرشت پریش. دل‌پیشه اسماعیل. آموزش بهداشت و الویت های بهداشتی. چاپ دوم. تهران. انتشارات چهر. ۱۳۸۱، ص: ۸۹-۴۵
۲. شاکری معصومه. بررسی ارتباط رفتارهای تغذیه ای و فعالیت فیزیکی نوجوانان با درک آنان از شیوه زندگی والدین در مدارس راهنمایی دخترانه مناطق تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی تهران. پایان نامه جهت اخذ کارشناسی ارشد، گرایش داخلی جراحی، دانشکده پرستاری و مامایی تهران ۱۳۸۵
۳. بهادر، الیاس. بررسی مقایسه رفتارهای بهداشتی دانشجویان پرستاری و غیر پرستاری دانشگاههای منتخب شهر تهران، پایان نامه جهت اخذ کارشناسی ارشد، گرایش داخلی جراحی، دانشکده پرستاری و مامایی ایران ۱۳۸۵
۴. توتونچی هلد. شیوع چاقی و ارتباط آن با انتخابهای غذایی، چاقی و بیماریهای ناشی از آن، هفتمین همایش سراسری دانشکده پرستاری و مامایی حضرت فاطمه زهرا (س) ۱۳۸۷، ص: ۲۶-۲۸
۵. فرج خدا ت. سبک زندگی سالم فصل مشترک رویکرد و سلامت و مفاهیم بهداشتی اسلام. نهمین همایش سراسری تازه های پزشکی اصفهان. ۱۳۸۳، ص: ۳-۲۹
6. YISe, Oh K, Park YJ, and et al. Structural equation model for the health behaviors of university students in Korea. *Taehan Kanho Hakhoe Chi*, 2004 Oct; 34(6): 903-12.
۷. عزیز نژاد پروین. رفتارهای بهداشتی در دانش آموزان سال سوم دبیرستان های شهر بابل در سال ۱۳۸۶ فصلنامه دانشکده پرستاری و مامایی و پیراپزشکی رفسنجان، سال اول. شماره ۴- سال دوم شماره ۱- تابستان و پاییز. ۱۳۸۶، ص: ۴۵-۳۸
۸. عبداللهی علی اکبر. توزیع فراوانی چاقی و نسبت دور کمر به باسن در جامعه شهری استان گلستان طی سال ۱۳۸۴. مجله دانشکده پرستاری و مامایی بویه در گرگان. دوره سوم. شماره ۲، پاییز و زمستان ۱۳۸۵، ص: ۱۵-۱۰
۹. مؤمن نسب مرضیه. شیوع رفتارهای پر خطر زمینه ساز بیماریهای مزمن در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی علوم پزشکی لرستان. همایش سراسری بیماریهای مزمن با تاکید بر پیشگیری و مراقبت. معاونت آموزشی پژوهشی دانشگاه دانشکده پرستاری و مامایی. خرم آباد ۱۳۸۳، ص: ۱۳-۱۲
۱۰. فرمانبر ر. مطالعه روشهای حفظ سلامت دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گیلان. مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی گیلان، سال دوازدهم. شماره ۴۶. تابستان ۱۳۸۲، ص: ۴۲-۳۴

۱۱. نجات نازی، کاشانیان زهرا، دکتر معماریان ربابه. بررسی مقایسه ای رفتارهای بهداشتی دختران نوجوان تحت سرپرستی مراکز شبانه روزی بهزیستی با دختران سرپرستی خانواده. حیات، دوره ۱۴، شماره ۱، بهار ۱۳۸۷، ص: ۴۹-۵۹