

\*\*\*

\*\*

\*

// // :

**مقدمه و هدف:** عفونت مجاری ادراری یکی از شایع ترین علل مراجعه افراد به پزشک است. این بیماری در زنان شایع تر از مردان می باشد، به طوری که از هر پنج زن یک نفر در مدت زندگی اش مبتلا می شود. هدف از این مطالعه تعیین عادات رفتاری دانشجویان پرستاری و مامایی مونث در مورد عفونت مجاری ادراری در دانشکده پرستاری و مامایی در سال ۱۳۸۵ بوده است.

**روش کار:** در این پژوهش نوع مطالعه توصیفی - مقطعی بوده که جهت انجام پژوهش ۱۳۳ دانشجوی دختر سال اول و آخر پرستاری و مامایی انتخاب شدند. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه بوده است که اطلاعات از طریق تکمیل پرسشنامه توسط واحدهای مورد پژوهش جمع آوری گردید. و سپس با استفاده از نرم افزار *SPSS* تجزیه و تحلیل گردید.

**نتایج:** یافته های پژوهش نشان داده اکثریت واحدها در گروه سنی ۲۵-۲۰ سال و مجرد و ساکن خوابگاه بودند. از نظر عادات رفتاری بیشترین درصد به ترتیب، لبنیات، گوشت ماهی، تخم مرغ، شکلات و سبزی ها و میوه ها را اکثر اوقات، و برنج و نان و آجیل را همیشه مصرف می کردند. بیشترین درصد واحدها ۴۵/۹٪ در هوای سرد به مقدار کم، ۳۹٪ در هوای گرم خیلی زیاد آب می نوشند. اکثراً ۳۲/۳٪ چای پررنگ و به مقدار کم می آشامند و ۷۱/۴٪ آب میوه خیلی کم می خورند ولی ۷۴/۴٪ نوشابه گازدار خیلی زیاد می نوشند. در مورد فعالیت، اکثریت واحدها ۳۱/۶٪ به میزان کم، ۲۹/۳٪ خیلی کم فعالیت سرپایی دارند و ۶۰/۹٪ با وسیله نقلیه رفت و آمد می کنند و ۴۰/۶٪ ورزش نمی کنند. در مورد رعایت بهداشت تناسلی، اکثراً ۸۵٪ بلافاصله پس از احساس دفع ادرار به دستشویی می روند، ۹۲/۵٪ شب ها قبل از خواب تخلیه مثانه می کنند، ۹۷٪ برای استحمام از دوش استفاده می کنند، ۸۲٪ پس از شستشوی ناحیه تناسلی خود را خشک می کنند و ۹۲/۵٪ در دوران قاعدگی خود را می شویند. به طور کلی آزمون های آماری نشان دادند، عادات رفتاری اکثریت واحدهای مورد پژوهش در رابطه با تغذیه، مصرف مایعات و فعالیت روزمره نامطلوب ولی از نظر رعایت بهداشت تناسلی مطلوب بوده است.

**نتیجه نهایی:** از آنجا که نتایج پژوهش حاکی از نامطلوب بودن برخی عادات رفتاری دانشجویان بوده است، لذا ضروری است ابتدا عادات رفتاری مناسب درخودشان ایجاد شود، تا بتوانند افراد جامعه را آموزش دهند.

**کلید واژه ها:** عادات رفتاری / عفونت ادراری / دانشجویان پرستاری و مامایی

( )

:

%

( )

( )

( )

:

( )

این پژوهش یک مطالعه توصیفی است و جامعه پژوهش شامل ۱۳۳ نفر از دانشجویان دختر ترم اول و آخر دانشکده پرستاری و مامایی همدان می باشد. ابزار گردآوری اطلاعات در این پژوهش پرسشنامه ای مشتمل بر پنج بخش است، که بخش اول آن صفات مشخصه واحدهای مورد پژوهش و سایر بخش ها به ترتیب: مربوط به عادات رفتاری تغذیه، مصرف مایعات، فعالیت روزمره و بهداشت سیستم ادراری تناسلی می باشد.

...

:

( )

"

:

( )

جهت اعتماد علمی علاوه بر مطالعه کتب و نشریات از نظرات اساتید پرستاری استفاده شد و برای پایایی پرسشنامه از روش ضریب آلفاکرونباخ استفاده گردید.

( )

جهت تعیین عادات رفتاری واحدهای مورد پژوهش سئوالات مطابق با رفتارهای صحیح امتیاز داده شد سپس برگه ها تصحیح شد و پس از تعیین میانگین نمرات هر بخش نمرات بالای میانگین مطلوب و نمرات مساوی و پایین میانگین نامطلوب محسوب گردید.

( )

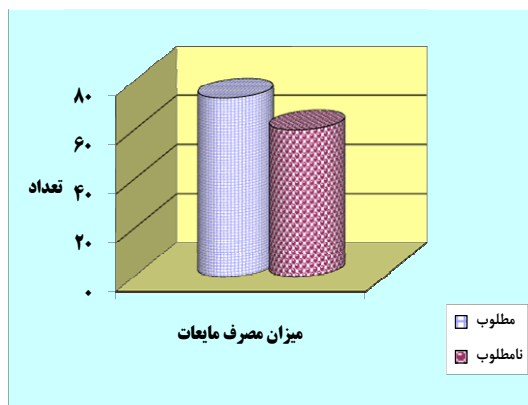
( )

در پایان پس از جمع آوری اطلاعات با استفاده از نرم افزار *SPSS* تجزیه و تحلیل آماری روی آن انجام شد.

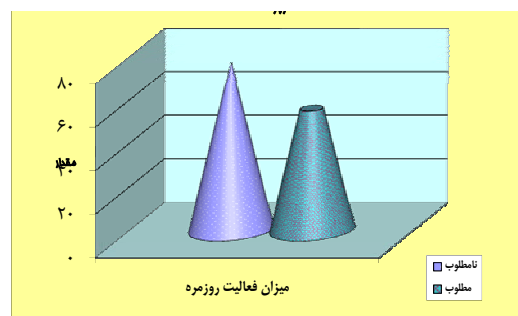
( )

:

درصد	فراوانی	نحوه ایاب و ذهاب
۳۹/۱	۵۲	پیداده روی
۶۰/۹	۸۱	با وسایل نقلیه موتوری
۱۰۰	۱۳۳	جمع



:



:

از نظر عادات رعایت بهداشت سیستم اداری تناسلی اکثریت (۷۳/۷٪) سابقه عفونت ندارند. بیشترین درصد واحدهای مورد پژوهش به ترتیب ۸۵٪ زمانی که احساس دفع ادرار دارند بلافاصله به دستشویی می‌روند ، ۹۲/۵٪ شب‌ها قبل از خواب اقدام به دفع مثانه می‌کنند ، ۹۷٪ برای استحمام از دوش استفاده می‌کنند، ۸۵/۷٪ بعد از اجابت مزاج از جلو به عقب خود را می‌شویند و ۹۲/۵٪ در دوران قاعدگی خود را می‌شویند. نمودار ۳ عادات رعایت بهداشت فردی را نشان می‌دهد .

:

نتایج پژوهش در مورد مشخصات دموگرافیک نشان داد. اکثریت واحدها در گروه سنی ۲۵-۲۰ سال و مجرد و ساکن خوابگاه می‌باشند.

از نظر عادات اکثراً گوشت ماکیان ، چربی‌ها و حبوبات را گاهی اوقات و لبنیات ، گوشت ماهی و تخم مرغ و شکلات و سبزی‌ها و میوه‌ها را اکثر اوقات و برنج و نان و آجیل را همیشه مصرف می‌نمایند و از بین سبزی‌ها سبزی خوردن و از بین میوه‌ها سیب بیشتر می‌خورند.

نتایج پژوهش در مورد عادات رفتاری واحدهای مورد پژوهش در رابطه با تغذیه نشان داد در مجموع ، اکثریت (۵۳/۴٪) رفتار نامطلوب دارند.

از نظر مصرف مایعات بیشترین درصد آب تصفیه شده می‌آشامند. اکثریت (۵۸/۶٪) شیر کم مصرف می‌کنند و ۷۲/۵٪ آب میوه کم می‌خورند و ۷۴/۴٪ نوشابه‌گازدار زیاد مصرف می‌کنند. میزان مصرف آب در جدول شماره ۱ آمده است.

:

/	( )
/	( )
/	( )
/	( )

یافته‌های پژوهش در مورد عادات رفتاری در رابطه با مصرف مایعات در نمودار ۱ نشان داده شده. در مورد فعالیت روزمره جداول ۲ و ۳ و نمودار ۲ چگونگی عادات رفتاری فعالیت روزانه را نشان می‌دهد.

:

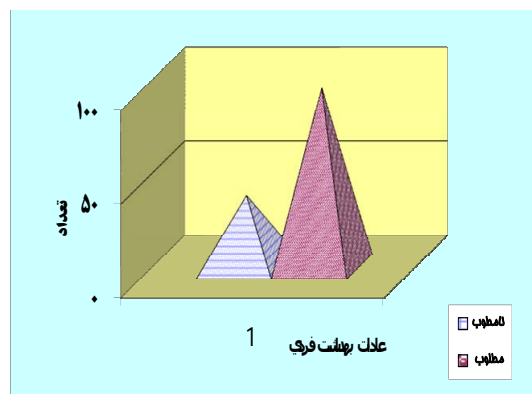
۱۹/۵	زیاد ( بیش از ۸ ساعت )
۱۹/۵	متوسط ( ۶-۸ ساعت )
۲۹/۳	خیلی کم ( کمتر از ۴ ساعت )

عفونت ادراری می‌شود (۱۰) و هم چنین مصرف چای و نوشابه های گازدار از عوامل مستعد کننده عفونت ادراری محسوب می‌شوند (۷). در پژوهشی که فاکسمن و همکاران در دانشگاه میشیگان آمریکا انجام داده‌اند، اکثریت واحدهای مورد پژوهش که دانشجویان دختر مبتلا به عفونت ادراری بودند نوشابه های گازدار را زیاد مصرف می‌کردند (۱۱). اکثریت نمونه‌ها به اندازه کافی آب نمی‌آشامند، در صورتی که نوشیدن آب فراوان از عفونت ادراری پیشگیری می‌کند (۸) و در پژوهش نصیری امیری و همکاران مصرف کم مایعات با بروز عفونت ادراری ارتباط داشته است (۳).

اکثریت واحدهای مورد پژوهش فعالیت روزمره کمی داشتند و رفت آمد خود را با وسایل نقلیه موتوری انجام می‌دهند و هم چنین ورزش نمی‌کنند در صورتی که تحرک و ورزش نقش موثری در سلامت ایفاء می‌کند و همین طور عفونت ادراری یکی از عوارض بی تحرکی است (۷).

در پژوهشی که تکودومیرووا<sup>۲</sup> و همکاران در سوئد انجام داده اند نشان داده شده که رعایت بهداشت ناحیه تناسلی در بروز عفونت ادراری نقش بسیار مهمی دارد (۱۰). در پژوهشی دیگر نمونه های پژوهش رفتار بهداشتی مطلوبی در ناحیه تناسلی نداشتند (۱۱). البته عده کثیری از دانشجویان این پژوهش رعایت بهداشت ناحیه تناسلی ادراری را در حد مطلوبی انجام می‌دهند و دانشجویان ترم آخر در این مورد از رفتار مطلوب تری برخوردار می‌باشند، که نشان دهنده تاثیر آموزش بر رفتار است.

به طور کلی بر خلاف انتظار عادات رفتاری دانشجویان در حد کاملاً مطلوبی نبود و تفاوت زیادی بین ترم اول و آخر مشاهده نشد و نتایج آزمون های آماری هم اختلاف معنی داری را نشان نداد، به نظر می‌رسد آموزش در طی تحصیل نتوانسته تغییر رفتار مطلوب را در عادات اکثریت دانشجویان ایجاد نماید. لذا توصیه می‌شود، مسئولین ذی ربط و اساتید پرستاری و مامائی با بازنگری روش های آموزشی و توجه به امکانات بهداشتی و غذایی تغییرات مناسب را در رفتار بهداشتی دانشجویان ایجاد نمایند.



از نظر رابطه عادات رفتاری و ترم تحصیلی نتایج نشان داد، اکثریت (۵۷/۹٪) دانشجویان ترم آخر عادات غذایی نامطلوب دارند، در حالی که ۵۰٪ دانشجویان ترم اول عادات غذایی آنها نامطلوب است. بیشترین درصد (۶۶/۷٪) دانشجویان ترم آخر عادات مصرف مایعات مطلوب دارند، ولی ۵۳/۹٪ دانشجویان ترم اول عادات مصرف مایعات نامطلوب دارند. اکثریت (۵۷/۹٪) دانشجویان ترم اول و آخر به طور مساوی عادات فعالیت روزمره نامطلوب دارند. اکثریت (۷۸/۹٪) دانشجویان ترم آخر و ۶۵/۸٪ دانشجویان ترم اول عادات رعایت بهداشت تناسلی مطلوب دارند. در ضمن آزمون های آماری بین صفات مشخصه و عادات رفتاری رابطه معنی دار آماری را نشان نداد ( $P > 0/05$ ).

نتایج حاصل از این پژوهش در مورد عادات رفتاری در رابطه با تغذیه نشان داد، که بیشترین درصد واحدهای مورد پژوهش رفتار نامطلوبی دارند. که می‌تواند از عوامل مستعد کننده عفونت ادراری در آنان باشد، زیرا عادات غذایی ریسک فاکتور مهمی برای ابتلا به عفونت ادراری در سنین باروری است (۱۰). در مطالعه ای که فاکسمن<sup>۱</sup> بر روی تعدادی از دانشجویان دختر دانشگاه میشیگان انجام داده گویای تاثیر رژیم غذایی بر ابتلا به عفونت ادراری بوده است (۹).

از نظر عادات مصرف مایعات اکثریت نمونه ها چای پرنگ می‌نوشند، شیر کم مصرف می‌کنند، آب میوه کم می‌خورند، درصد کثیری نوشابه گازدار بمقدار زیاد مصرف می‌کنند، در حالیکه مصرف مکرر آب میوه تازه به ویژه آب انواع انگور و نوشیدن شیر موجب کاهش

3. Nasiri F. [Health behavior urinary tract infection in pregnancy woman's in Babol]. Babul Medical University 2006; 8(2): 56-62. (Persian)
4. Gabriel V. [Urinary tract infection sexually transmitted diseases and aids]. Translators: M. A. Madinei, GH. Etehad. Ardabil: Bagh Andishe , 2002: 3-11. (Persian )
5. Black JM, Hawks HJ, Keene AM, Medical surgical nursing. 6<sup>th</sup> ed, Philadelphia: W.B.Saunders, 2001:802-4.
6. Hooton TM .A prospector study of risk factors for symptomatic urinary tract infection in young women. N Eng J Med 1996; 335(7):468-74.
7. Smeltzer SC, Brena G.[ Renal and urinary tract function] .Translators: AR Fathollahi, 9<sup>th</sup>ed. Tehran : Salemi, 2002:114. (Persian)
8. Parviz M. [Urinary tract infection]. Tehran: Nore Danesh , 2002: 34-53.(Persian )
9. Foxman B, Fredrich SRR. Epidemiology urinary tract infection. Am Public Health 1985; 75: 1308-1317.
10. Kontiokari T. Dietary factors protecting women from urinary tract infection. AJCN 2003; 77(3): 600 - 604.
11. Foxman B. Risk factor for second urinary tract infection among college women. AJE 2000; 151(12): 1194 – 1205.
12. Tchoudomiriva K. History, clinical findings, sexual behavior and habits in women with and without recurrent episodes of urinary symptom. Acta Obstet Gynecol Scand 1998 ; 7(6): 654-6.

پیشنهاد می شود ، در ارزشیابی تکوینی دانشجویان را به مطالعه تحقیقات انجام شده ، و ارائه کنفرانس توسط آنان در زمینه عادات رفتاری ترغیب نموده تا موجبات افزایش آگاهی و ایجاد نگرش و عملکرد مطلوب در آنان فراهم شود .

هم چنین از نظرات کارشناسان تغذیه در بهبود برنامه غذایی دانشجویان که در رستوران دانشگاه توزیع می گردد، استفاده نمایند. همین طور از عرضه و فروش مواد خوراکی که برای سلامتی مضرند در بوفه دانشگاه خودداری گردد.

:

بدین وسیله از کلیه همکاران و دانشجویانی که در انجام این پژوهش صادقانه با ما همکاری نمودند کمال تشکر و قدردانی را می نمائیم.

:

1. Tanagho EA , Mcanich JW. [Smiths general urology]. Translators: M. R. Norozi, K. Radkhah, k. Hasanzade, H. Jamshidian .16<sup>th</sup> ed , Tehran: Nashre Tabib, 2005: 217-204. (Persian)
2. Smeltzer SC, Bare BG. Textbook of medical surgical nursing.10<sup>th</sup> ed., Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 2004: 1310

