



دانشگاه علوم پزشکی

و خدمات بهداشتی درمانی استان کرمان

دانشکده پزشکی

پایان نامه مقطع دکتری تخصصی رشته پزشکی خانواده

عنوان:

بررسی وضعیت تغذیه ای و سبک زندگی در شهروندان کرمانی در سال ۱۳۹۶

استاد راهنما:

دکتر حسین صافی زاده

توسط:

دکتر انسیه سالار کیا

مردادماه ۱۳۹۷



Kerman University of Medical Sciences

Faculty of Medicine

Thesis for PhD in Family Physician

Title:

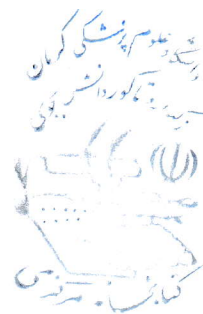
The study of nutritional status and Life style in Kermanian citizens in 2017

By:

Dr. Ensiyeh Salarkia

Supervisors:

Dr. Hossein Safizadeh



June 2018

چکیده

مقدمه: سبک زندگی، مجموعه تصمیم‌های شخصی است که روی سلامتی فرد تاثیر می‌گذارد، در کنار عادات فردی وضعیت تغذیه نیز تا حد زیادی سلامت افراد جامعه را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد. سبک زندگی و وضعیت تغذیه به طور مستقیم با بروز بیماری‌های غیرواگیر که ۶۰ درصد بار بیماری و ۷۴ درصد موارد مرگ و میر ناشی از بیماری‌ها را در بر دارد، در ارتباط می‌باشند. ویژگی اصلی بیماری‌های غیرواگیر تغییر در شرایط زندگی و طولانی بودن مدت آن می‌باشد که گاهی به صورت مزمن در می‌آید. از جمله بیماری‌های غیرواگیر می‌توان به دیابت، بیماری‌های قلبی - عروقی، سرطان و بیماری‌های مزمن تنفسی اشاره کرد که عوامل خطری نظیر مصرف سیگار و الکل، چاقی، فشار خون بالا و میزان فعالیت بدنی در افزایش بروز این بیماری‌ها موثر است. با توجه به افزایش شیوع این بیماری‌ها در این مطالعه وضعیت تغذیه ای و سبک زندگی به عنوان مهمترین عوامل تأثیرگذار در شیوع بیماری‌های غیر واگیر مورد بررسی قرار گرفت.

روش کار: این مطالعه توصیفی - تحلیلی از نوع مقطعی و در سال ۱۳۹۶ از طریق بررسی پرونده موجود در سامانه سبب ۱۲۰۰ نفر از مراجعه کنندگان به مراکز بهداشتی شهر کرمان انجام گرفت. اطلاعات مربوطه شامل اطلاعات عمومی خانوار، مشخصات فردی، تحصیلات، درآمد، وضعیت تأهل، وضعیت تغذیه، فعالیت بدنی، مصرف دخانیات، مصرف میوه، سبزی، لبنیات، نمک، فست فود و نوشابه؛ همچنین شرح حال و نتیجه معاینات بالینی ثبت شده در سامانه شامل سابقه ابتلا به بیماری‌ها، قد، وزن، دور کمر و فشارخون از طریق تکمیل فرم مربوطه تکمیل گردید و در نهایت داده‌های ثبت شده در فرم‌های مربوطه، وارد نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ گردید و آنالیز اطلاعات با استفاده از شاخص‌های پراکنندگی و مرکزی برای داده‌های کمی و استفاده از جداول و نمودارها جهت داده‌های کیفی به عمل آمد. برای مقایسه گروه‌ها نیز آزمون کای دو مورد استفاده قرار گرفت، و سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ لحاظ گردید.

نتایج: میانگین سنی شرکت کنندگان $21/18 \pm 31/04$ سال و ۵۰/۹ درصد افراد مجرد بوده‌اند. ۵۴/۹ درصد افراد دیپلم و زیر دیپلم، ۴۱ درصد لیسانس و ۴/۱ درصد فوق لیسانی و بالاتر بوده‌اند. بیشترین فراوانی شغلی مربوط به دانشجویان و دانش‌آموزان با ۴۲/۳ درصد را شامل می‌شود. ۷۷/۸ درصد مصرف میوه مناسب، ۸۲/۲ درصد مصرف سبزی مناسب، ۸۳/۹ درصد مصرف لبنیات بیشتر از ۲ سهم و ۸۷/۲ درصد مصرف روزانه نمک را به ندرت داشته‌اند.

۷/۴ درصد مصرف هفتگی فست فود، ۳۰/۴ درصد مصرف ماهیانه و ۶۲/۲ درصد مصرف به ندرت را گزارش کرده اند. ۹۹/۸ درصد افراد نیز تنها از روغن مایع استفاده می کنند. در مجموع ۷۲/۹ درصد افراد فعالیت بدنی مناسبی داشته اند. مصرف سیگار ۹/۱ درصد، قلیان ۶ درصد و الکل ۸/۸ درصد گزارش شده است. میانگین وزن افراد $۱۰/۳۰ \pm ۶۱/۹۶$ کیلوگرم، میانگین قد $۱۰/۸۱ \pm ۱۶۱/۳۵$ سانتی متر و فشار خون سیستولیک $۱۱۹/۱$ mmHg و فشار خون دیاستولیک $۷۴/۵$ mmHg محاسبه گردید. ۳/۹ درصد از افراد سابقه بیماری قلبی، ۴/۷ درصد سابقه هیپرتانسیون، ۲/۵ درصد دیابت و ۱/۶ درصد دیس لیپیدمی را گزارش کرده اند.

بحث و نتیجه گیری: با توجه گسترش شیوع بیماری های غیرواگیر، بررسی عوامل موثر بر بروز این بیماری ها از جمله وضعیت تغذیه ای، میزان فعالیت بدنی، مصرف دخانیات و الکل برای برنامه ریزی مناسب برای کاهش شیوع بیماری های غیرواگیر ضروری می باشد. تکمیل پرونده افراد در سامانه سیب و مراجعه مستمر افراد برای بررسی های دوره ای توسط پزشک خانواده می تواند تا حد زیادی از بروز بیماری های مزمن غیرواگیر جلوگیری کند.

Abstract

Introduction: Lifestyle and nutritional status are two important factors in individual and social health. Noncommunicable diseases (NCD) an important category of diseases, which account for 60% of the burden of disease and 74% of the mortality. The main types of NCDs are cardiovascular diseases (like heart attacks and stroke), cancers, chronic respiratory diseases (such as chronic obstructive pulmonary disease and asthma) and diabetes. Common, preventable risk factors underlie most noncommunicable diseases. Most noncommunicable diseases are the result of four particular behaviours (tobacco use, physical inactivity, unhealthy diet, and the harmful use of alcohol) that lead to four key metabolic/physiological changes (raised blood pressure, overweight/obesity, raised blood glucose and raised cholesterol). Considering the increasing prevalence of these diseases, in this study, nutritional status and lifestyle were studied as the most important factors influencing the incidence of noncommunicable diseases.

Methods: This was a descriptive cross-sectional study in 2017. The case of 1200 patients referred to health centers in Kerman was studied through comprehensive health system. The relevant information includes household, education, income, marital status, nutritional status, physical activity, smoking, consumption of fruits, vegetables, dairy products, salt, fast food and beverages, as well as the history and outcome of clinical examinations recorded in comprehensive health system. History of diseases, height, weight, dysphoric and hypertension by completing the relevant form. Finally, the data were recorded in SPSS version 22, and the data were analyzed using dispersion indexes and the center for quantitative data and the use of tables and charts for qualitative data. Chi-square test was used to compare the groups and the significance level was less than 0.05.

Results: The mean age of participants was 31.44 ± 18.1 years and 50.9% was single. 54.9% had elementary education, 41% had a bachelor's degree, and 4.1% had higher degree. Fruit consumption is good in 77.8% , 82.2% of the appropriate vegetable consumption, 83.9% of person use more than 2 ration of dairy in day and 87.2% of the daily consumption of salt was rarely. 7.7 percent use fast food weekly. 99.8 percent of people use only vegetable oil. A total of 72.9% of the persons had good physical activity. Cigarette smoking is 9.1% and 6% Alcohol and 8.8% Alcohol. The mean weight of subjects was 61.96 ± 10.30 kg, mean height 161.35 ± 10.18 cm, and blood pressure 11.19 was calculated to be 4.45. 3.9% of patients had a history of heart

disease, 4.7% had a history of hypertension, 2.5% of diabetes and 1.6% of dyslipidemia.

Conclusion: As increasing noncommunicable diseases, study each of the risk factors such as nutritional status, physical activity, tobacco use and alcohol is essential to better plan health. Completion of individuals records in the comprehensive health system and the continued referral of individuals to periodic reviews by the family physician can largely prevent the occurrence of noncommunicable diseases.



وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی کرمان
دانشکده پزشکی - آموزش بالینی

نمره نهایی دفاع از پایان نامه

پایان نامه تحصیلی دکتر انسیه سالارگیا

تحت عنوان: بررسی وضعیت تغذیه ای و سبک زندگی در شهروندان کرمانی در سال ۱۳۹۶

جهت دریافت درجه دکتراي تخصصی طب خانواده

در تاریخ ۱۳۹۷/۵/۱۰ با حضور اساتید راهنما و اعضای محترم هیئت داوری دفاع و با میانگین نمره ۱۸/۷ مورد تایید قرار گرفت.

استاد راهنما

دکتر حسین صافی زاده

استاد راهنما
دکتر حسین صافی زاده
تخصص پزشکی با.ا.س.ی ۵۸.۷۰

مهر و امضای دبیر کمیته بررسی پایان نامه

مرکز آموزشی درمانی امام رضا (ع) مشهد
دکتر مهرداد...
دبیر کمیته بررسی پایان نامه
تخصص پزشکی با.ا.س.ی

تذکره: فرم می بایست با توجه به نمرات دفاع تکمیل و به تعداد نسخه های پایان نامه تکثیر و در کلیه پایان نامه ها در زمان صحافی درج گردد سپس توسط استاد یا اساتید راهنما و دبیر کمیته پایان نامه ها مهر و امضا شود.