

بررسی پیش‌گویی‌کننده‌های روانشناختی تاثیرگذار بر فعالیت جسمانی منظم در بیماران مبتلا به پرفشاری خون با استفاده از چهارچوب مدل رویکرد فرایند اقدام بهداشتی (HAPA)  
دکتر عیسی محمدی زیدی

**چکیده**

**مقدمه:** فعالیت جسمانی نقش انکارناپذیری در تسریع روند بهبودی و پیشگیری از عوارض در بیماران مبتلا به پرفشاری خون ایفا می‌کند. مطالعه حاضر با هدف تعیین عوامل موثر بر فعالیت جسمانی در بیماران مبتلا به پرفشاری خون با استفاده از مدل رویکرد فرایند اقدام بهداشتی (HAPA) در سال ۱۳۹۹-۱۴۰۰ در شهر قزوین انجام گرفت.

**روش کار:** با روش نمونه‌گیری تصادفی، ۱۷۶ بیمار مبتلا به پرفشاری خون از مراکز بهداشتی درمانی شهر قزوین برای شرکت در مطالعه توصیفی مقطعی انتخاب شدند. داده‌ها با پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک، پرسشنامه بین‌المللی فعالیت جسمانی و مقیاس‌های مرتبط با مدل HAPA (۳۹ سوال) اندازه‌گیری شدند و با نرم افزار AMOS نسخه ۲۲ و آزمون‌های کای اسکوئر، تی مستقل، ضریب همبستگی و آنالیز مسیری آنالیز شدند. **یافته‌ها:** قصد، خودکارآمدی مقابله، خودکارآمدی عمل و انتظار پیامد با فعالیت جسمانی همبستگی معناداری داشتند ( $P < 0/05$ ). همچنین، خودکارآمدی عمل، انتظار پیامد، خطر درک شده بر قصد تاثیر معنادار داشتند ( $P < 0/01$ ). ضریب مسیری بین قصد ( $P < 0/05$ ) و خودکارآمدی مقابله ( $P < 0/01$ ) با فعالیت جسمانی معنی‌دار بود. نهایتاً مدل HAPA به خوبی با داده‌ها برازش داشت و سازه‌های آن به ترتیب ۴۵ و ۳۱ درصد واریانس قصد و رفتار را توصیف کردند.

**نتیجه‌گیری:** نتایج پژوهش بر نقش متغیرهای روانشناختی همچون خودکارآمدی عمل، خودکارآمدی مقابله، انتظار پیامد و خطر درک شده در انجام فعالیت جسمانی منظم تاکید کرد و ضمناً استفاده از مدل HAPA را برای تبیین عوامل موثر بر فعالیت جسمانی منظم در بیماران مبتلا به پرفشاری خون را پیشنهاد کرد.

**کلید واژه‌ها:** فعالیت جسمانی، پرفشاری خون، خطر درک شده، خودکارآمدی.