

بررسی وضعیت سلامت تغذیه سالمندان شهرستان ورامین- ۱۳۹۱

پدیده سالمندی فرایند زیست شناختی است که با مراقبت صحیح در طی این دوران می توان به سالمندی توأم با سلامتی دست یافت. وضعیت نامطلوب تغذیه ای سالمندان بروز دیابت، بیماریهای قلب و عروق و افزایش فشار خون را مساعد نموده و هزینه های هنگفتی را به دولت تحمیل می کند. این مطالعه با اهداف زیر طراحی و اجرا گردید.

۱- اندازه گیری شاخص های تن سنجی شامل قد، وزن و نمایه توده بدن (BMI) در سالمندان روستایی نشین شهرستان ورامین و مقایسه داده های حاصله با استانداردهای مربوطه .

۲- بررسی ارتباط وضعیت تغذیه سالمندان با بیماریهای قلبی - عروقی و دیابت در سالمندان شهرستان ورامین.

۳- بررسی ارتباط نمایه توده بدن (BMI) با فشار خون سیستولی و دیاستولی در سالمندان شهرستان.

این بررسی مقطعی توصیفی- تحلیلی با شرکت ۳۳۷ مرد و زن بالای ۶۰ سال انجام گرفت. نمونه ها به صورت تصادفی ساده از بین سالمندانی که در ۳ ماهه اول سال ۹۱ جهت حضور در کلاسهای بهبود شیوه زندگی به مراکز بهداشتی درمانی سطح شهرستان مراجعه کرده بودند انتخاب شدند. وزن افراد با دقت ۱۰۰ گرم و قد با قدسنج دیواری با دقت ۱/۰ سانتیمتر و فشار خون به صورت نشسته توسط کارشناسان آموزش دیده اندازه گیری شد. از سالمندان درباره ابتلا به بیماری های قلبی-عروقی و دیابت سوال شد. نمایه توده بدن محاسبه و با توجه به دستورالعمل طبقه بندی نمایه توده بدن در سالمندان به صورت BMI کمتر از ۲۲ به عنوان کم وزن، بین ۲۲ تا ۲۴/۹ طبیعی، بین ۲۹/۹-۲۵ اضافه وزن و بیشتر از ۳۰ چاق طبقه بندی شد. داده ها با استفاده از نرم افزار spss ۱۸ آنالیز گردید.

یافته های این مطالعه نشان داد که میانگین سن سالمندان $66/3 \pm 5/2$ بود. از کل نمونه ها ۳۲/۸% مرد و ۶۷/۲% زن بودند. از کل سالمندان ۲۰/۹% بیماری قلبی عروقی داشتند. ۲۶/۹% مبتلا به دیابت بودند. ۳۱/۴% مبتلا به فشار خون سیستولی بالا و ۲۰/۷% مبتلا به فشارخون دیاستولی بالا بودند. ۶۴/۸% سالمندان مناطق روستایی نشین شهرستان ورامین مشکل اضافه وزن و چاقی و ۱۳/۷% دچار کمبود وزن می باشند که هر دو وضعیت ناشی از شرایط بد تغذیه ای آنان می باشد. افزایش نمایه توده بدن به عنوان یکی از عوامل خطر ساز ابتلا به فشارخون سیستولی، سبب بالا رفتن فشارخون در سالمندان شده است. مطالعه حاضر ضمن تأکید بر شیوع بالای اضافه وزن و چاقی در سالمندان اهمیت رسیدگی به وضع تغذیه آنان در جهت کاهش ابتلا به بیماری هایی از قبیل قلبی- عروقی و دیابت و فشار خون را مورد تأکید قرار می دهد و برنامه های غربالگری به منظور شناسایی افراد در معرض خطر و انجام مداخلات لازم پیشنهاد میشود.

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.
This page will not be added after purchasing Win2PDF.