



نهمین کنگره ملی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت دومین همایش ملی سواد سلامت



ارتباط میزان اضطراب با سبک زندگی ارتقا دهنده ی سلامت در زنان باردار مراجعه کننده به بیمارستان شهید مصطفی خمینی ۱۳۹۷

اشرف پیراسته

* آموزش و ارتقا سلامت، گروه پزشکی اجتماعی،
دانشکده پزشکی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران.

تلفن: ۰۲۱۵۲۲۱۲۶۱۳

pirasteh.ashraf@gmail.com

کبری خاجوی شجاعی

بهداشت و مادر و کودک، گروه پزشکی اجتماعی،
دانشکده پزشکی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران)

زهرا جوهری

آموزش پزشکی، گروه پزشکی اجتماعی، دانشکده
پزشکی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران)

فانزه میرباقری برمی

دانش آموخته پزشکی عمومی، گروه پزشکی اجتماعی،
دانشکده پزشکی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران)

چکیده

مقدمه: اضطراب بارداری یکی از عوامل مهم در پیش بینی نتایج منفی در حین زایمان می باشد. سبک زندگی ارتقا دهنده ی سلامت به عنوان یک عامل حفاظتی در برابر اضطراب بارداری عمل می کند. با توجه به این موضوع، پژوهش حاضر با هدف تعیین ارتباط اضطراب با سبک زندگی ارتقا دهنده ی سلامت در زنان باردار انجام گرفت.

روش بررسی: پژوهش حاضر مطالعه ی توصیفی است که بر روی ۲۲۰ باردار مراجعه کننده به درمانگاه بیمارستان شهید مصطفی خمینی (ره) انجام گرفت. پرسشنامه ی اضطراب وندنبرگ و پرسشنامه ی نیم رخ سبک زندگی ارتقا دهنده ی سلامت تکمیل شد. داده ها با آزمون های ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه تحلیل شد.

یافته ها: نتایج تحلیل رگرسیون آشکار کرد که اضطراب حاملگی با نمره ی کلی رفتارهای ارتقا دهنده ی سلامت ارتباط منفی داشت. فعالیت بدنی و مدیریت استرس بصورت معکوس اضطراب حاملگی را پیش بینی کردند ولی مسئولیت پذیری سلامت، تغذیه، رشد روحی و روابط بین فردی نتوانستند اضطراب حاملگی را پیش بینی کنند.

نتیجه گیری: سبک زندگی ارتقا دهنده ی سلامت در کاهش اضطراب حاملگی موثر است و لزوم آموزش سبک زندگی ارتقا دهنده ی سلامت را مطرح می سازد.

کلید واژه: زنان باردار، سبک زندگی ارتقا دهنده ی سلامت، اضطراب حاملگی