



تأثیر آموزش با مشارکت همسر بر سازه های مراحل تغییر و موازنه تصمیم گیری مربوط به تغذیه و کنترل وزن مطلوب دوران بارداری

ازیتا کیانی آسیاب^۱، فرخنده امین شکروی^۲، معصومه حیدری^۱

۱. عضو هیئت علمی دانشگاه شاهد

۲. عضو هیئت علمی دانشگاه تربیت مدرس

از آنجائیکه مطالعات قویترین پیش بینی کننده های پیامد های تغییر رفتار رژیم غذایی و کنترل وزن را سازه های مراحل تغییر و موازنه تصمیم گیری گزارش کرده اند این مطالعه با هدف تأثیر آموزش با مشارکت همسر بر سازه های مراحل تغییر و موازنه تصمیم گیری در رابطه با تغذیه و کنترل وزن مطلوب دوران بارداری انجام شد.

روش بررسی: تحقیقی از نوع کارآزمایی بالینی تصادفی کنترل دار بر روی ۱۵۰ زن باردار در دو گروه مداخله A (با مشارکت همسر و گروه مداخله B (بدون مشارکت همسر) و گروه کنترل انجام شد. در گروه مداخله A زنان باردار برنامه آموزشی را به همراه همسر و گروه B همان آموزش ها را به تنهایی و گروه کنترل فقط آموزش های روتین بارداری را دریافت کردند. اطلاعات با استفاده از پرسشنامه ویژگیهای دموگرافیک و پرسشنامه مراحل تغییر و موازنه تصمیم گیری قبل از مداخله، ۴ هفته بعد، پایان سه ماهه دوم و سوم بارداری جمع آوری و با نرم افزار SPSS¹⁹ تجزیه و تحلیل شد.

نتایج: یافته نشان داد گروه مداخله و گروه کنترل به لحاظ ویژگیهای دموگرافیک و سازه های مراحل تغییر و موازنه تصمیم گیری قبل از مداخله همگن بودند. اما بعد از مداخله، در ۴ هفته بعد، پایان سه ماهه دوم و سه ماهه سوم تفاوت معنی داری بین گروه های مداخله با گروه کنترل در رابطه با سازه تعادل تصمیم گیری مشاهده شد ($p < 0.01$). روش مدل پندی حاشیه ای و معادلات پرآوردی نشان داد، شانس ارتقاء در گروه A تقریباً ۸۷/۲ برابر گروه کنترل و شانس مشاهده مراحل بالاتر در گروه B تقریباً ۵۹/۲ برابر گروه کنترل بوده است ($p < 0.01$). برای متغیر زمان (به هفته) برآورد حدود ۰/۰۴ نشان می دهد. یعنی حدود ۴ درصد افزایش می یابد ($p < 0.01$).

نتیجه گیری: نتایج نشانگر موثر بودن مداخله آموزش بر حرکت افراد در مسیر مراحل تغییر، از مرحله آمادگی به عمل و نگهداری و کاهش موانع تصمیم گیری در تغذیه مناسب و کنترل وزن مطلوب در گروههای مداخله نسبت به گروه کنترل شده، اما در گروه با مشارکت همسر نتیجه بهتری حاصل شده است. لذا توصیه می شود در مراقبت های دوران بارداری در صورت شرایط مناسب آموزشها به همراه همسر داده شود.