

عنوان مقاله:

رابطه ترس از افتادن با فعالیت فیزیکی در سالمندان

محل انتشار:

مجله دانشکده پزشکی مشهد، دوره 58، شماره 8 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

وحیدرضا برهانی نژاد - دانشجوی دکتری تخصصی سالمندشناسی، مرکز تحقیقات بیماری های عفونی و گرمسیری، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران

وحید راشدی

راضیه تابع - مربی تربیت بدنی، گروه آموزشی تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه پیام نور خراسان جنوبی، بیرجند، ایران

احمد دلبری - استادیار سالمندشناسی، مرکز تحقیقات سالمندی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه یکی از عوامل تهدید کننده سلامت سالمندان ترس از افتادن می باشد که با افزایش سن احتمال وقوعش بیشتر شده و با فعالیت فیزیکی آنان نیز در ارتباط است. هدف از انجام این مطالعه بررسی رابطه ترس از افتادن با میزان فعالیت فیزیکی سالمندان می باشد. روش کار مطالعه حاضر از نوع توصیفی تحلیلی مقطعی است که در آن 204 نفر از سالمندان شهر بیرجند با روش نمونه گیری خوشه ای در سال 1393 وارد مطالعه شدند. ابزار جمع آوری اطلاعات علاوه بر پرسشنامه متغیرهای دموگرافیک، پرسشنامه مقیاس کارآمدی افتادن-فرم بین المللی (FES-I) و پرسشنامه فعالیت های سالم برای سالمندان (CHAMPS) است. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS و آزمون های آماری تی تست، آنالیز واریانس یک طرفه و ضریب همبستگی پیرسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج میانگین سنی سالمندان مورد مطالعه $78/65 \pm 78/6$ سال بود. براساس یافته ها 69 نفر (8/33%) از سالمندان دارای سابقه سقوط می باشند. نتایج مطالعه نشان داد که 2/58% از سالمندان دارای فعالیت جسمانی با شدت کم، 5/34% دارای فعالیت جسمانی با شدت متوسط و تنها 3/7% دارای فعالیت جسمانی با شدت زیاد بودند. همچنین یافته ها مبین این بود که ترس از افتادن با فعالیت جسمانی دارای رابطه منفی و معنی داری است ($r = -0.332$, $P < 0.001$). نتیجه گیری با توجه به اینکه ترس از افتادن می تواند منجر به محدودیت و کاهش فعالیت جسمانی سالمندان شود، مداخلات روانشناختی و مشاوره ای در سالمندان دارای ترس از افتادن باید مورد توجه قرار گیرد.

کلمات کلیدی:

ترس از افتادن، سالمند، فعالیت فیزیکی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/955524>

