

عنوان مقاله:

بررسی کیفیت رژیم غذایی به عنوان یکی از فاکتورهای خطر ساز در بروز بیماری های غیرواگیر میان دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز در سال 1398

محل انتشار:

اولین کنگره پژوهشی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

نویسندگان:

فاطمه اماموردیان - کارشناس رادیولوژی، دانشکده پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، تبریز، ایران

زهرا حسین زاده - کارشناس فناوری اطلاعات و سلامت، دانشکده مدیریت و اطلاع رسانی پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، تبریز، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه: بیماری های غیرواگیردار عامل اصلی مرگ و میر در سراسر جهان می باشند. تغییر سبک زندگی در جوامع، رژیم غذایی معمول را به شدت تحت تاثیر قرار داده و باعث گرایش مردم به غذاهای ناسالم و مضر شده است. یکی از شیوه های مهم برای کاهش بیماری های غیرواگیر، تمرکز بر کاهش فاکتورهای خطر زای مرتبط با این بیماری ها است. یکی از خطرناکترین فاکتورهای موثر در بروز این دسته از بیماری ها، تغذیه نامناسب می باشد؛ که خود باعث افزایش احتمال بروز این بیماری ها در آینده می شود. مطالعه حاضر به بررسی تاثیر کیفیت رژیم غذایی بر احتمال بروز بیماری های غیرواگیردار در میان دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز می پردازد. روش ها: در این مطالعه ی توصیفی - مقطعی، 300 نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز از میان جمعیت 18 تا 30 سال به صورت تصادفی انتخاب شدند؛ سپس پرسشنامه ای شامل 4 سوال در ارتباط با سبک تغذیه ای و میزان رعایت مقدار مصرف استاندارد برخی مواد غذایی از جمله نمک، چربی و غذاهای حاوی مواد نگهدارنده در اختیار افراد قرار گرفت. در نهایت بعد از پایان نمونه گیری نتایج حاصل تجزیه و تحلیل شد. یافته ها: نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل اطلاعات آماری مرتبط با مصرف مواد غذایی مضر در میان دانشجویان، نشان می دهد که 57/3 درصد از دانشجویان مورد مطالعه 4 مرتبه یا بیشتر در هفته، 27/6 درصد آن ها 3 مرتبه در هفته و 15/1 درصد از نمونه مورد مطالعه یک مرتبه در هفته از مواد غذایی دارای مقدار غیر مجاز از چربی، نمک و مواد نگهدارنده استفاده می کنند و همچنین میزان درصد بالای از دانشجویان مورد مطالعه، رژیم غذایی مناسب و سالمی ندارند و از غذاهایی با درصد بالایی از چربی، نمک و مواد نگهدارنده استفاده می کنند؛ که این امر باعث افزایش خطر ابتلا به بیماری های غیرواگیردار از جمله فشار خون بالا، دیابت، انواع سرطان ها و غیره در آینده می شود. نتیجه گیری: با توجه به تحقیقات انجام شده، یکی از فاکتورهای موثر در بروز بیماری های غیرواگیردار، تغذیه نامناسب می باشد که این فاکتور به راحتی توسط فرد قابل کنترل است؛ با این حال درصد بالایی از دانشجویان مورد بررسی شده رژیم غذایی مناسبی ندارند و احتمال بروز بیماری های غیرواگیردار از جمله فشارخون بالا، دیابت، سرطان ها و غیره در آن ها به شدت افزایش می یابد. دانستن نکات تغذیه ای صحیح در افراد جامعه نیازمند آموزش اصول تغذیه ای و گسترش و اجرای آن به عنوان یک رفتار پر اهمیت در زندگی فردی و اجتماعی، جز ملزومات یک جامعه سالم می باشد؛ هرچند که در اجرای هر عملی محدودیت های وجود خواهد داشت که نیازمند سیاست گذاری های صحیح مسئولین زیربسط می شود.

کلمات کلیدی:

بیماری های غیرواگیر، تغذیه نامناسب، رژیم غذایی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/996329>



