

آگاهی زنان شهر قزوین در خصوص یائسگی

دکتر غلامرضا حسن‌زاده* سمیه یکه زارع** سمیرا وزیری** بهاره سروری راد** لیلا درگی**

Knowledge of women about menopause in Qazvin

Gh.Hassanzadeh S.Yekkezare S.Vaziri B.Soroorirad I.Darki

⊥ Abstract :

Background: Knowledge about signs and complications of menopause can reduce womens problems in this period of their life

Objective: This study was conducted to determine the knowledge score of women about menopause in Qazvin .

Methods: A questionnair about signs and complications of menopause was filled in by 977 women in Qazvin. The data were analysed with chi - square . test .

Findings: The average age of participants was 31.2 , and mean knowledge score of 581 non - student participants was 38.95 ± 16.67 . Mean knowledge score were 48.43 ± 16.72 , and 32.48 ± 18.65 among 199 medical sciences students and 197 non - medical sciences students respectively .There was not significant difference between students and non - students knowledge score , while significant difference was found between education and knowledge score . (p = 0.0)

Conclusion: This study showed that the knowledge of women about signs and complications of menopause is less than what was expected . It is suggested that women specially students receive special educational program .

Keywords: Knowledge , Women , Menopause

⊥ چکیده :

زمینه : آگاهی از علائم و عوارض یائسگی می‌تواند در کاهش مشکلات زنان در این دوره مؤثر باشد.

هدف : مطالعه به منظور تعیین میزان آگاهی زنان در خصوص علائم و عوارض یائسگی انجام شد .

مواد و روش‌ها : این مطالعه توصیفی در سال ۱۳۸۰ در چهار منطقه شهر قزوین و دانشگاه های علوم پزشکی و بین المللی امام خمینی قزوین انجام شد. پرسش‌نامه‌ای در ارتباط با علائم و عوارض یائسگی توسط ۹۷۷ نفر از زنان تکمیل و داده‌ها با استفاده از آزمون کای دو تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها : میانگین سنی زنان مورد مطالعه ۳۱/۲ سال بود . میانگین نمره آگاهی در ۵۸۱ زن غیر دانشجویی 38.95 ± 16.67 از ۱۰۰ نمره ، میانگین نمره آگاهی ۱۹۹ دانشجوی علوم پزشکی 48.43 ± 16.72 و میانگین نمره آگاهی در ۱۹۷ دانشجوی غیر پزشکی 32.48 ± 18.65 بود. بین زنان عادی جامعه و دانشجویان از نظر میزان آگاهی نسبت به یائسگی اختلاف معنی‌داری وجود نداشت، ولی بین میزان تحصیلات و آگاهی زنان نسبت به یائسگی اختلاف آماری معنی‌داری دیده شد (P=۰/۰۰).

نتیجه‌گیری : با توجه به این که میزان آگاهی زنان از علل و عوامل یائسگی و عوارض آن کمتر از حد انتظار بود، پیشنهاد می‌شود آموزش‌های لازم به ویژه به دانشجویان داده شود.

کلید واژه‌ها : آگاهی ، زنان ، یائسگی

* دانشیار علوم تشریح دانشگاه علوم پزشکی قزوین
** دانشجوی پزشکی

۱- مقدمه :

آنان را کاهش دهد.^(۹) لذا این مطالعه به منظور تعیین میزان آگاهی زنان شهر قزوین در خصوص یائسگی و علائم و عوارض آن انجام شد.

۱- مواد و روش ها :

این مطالعه توصیفی در سال ۱۳۸۰ با استفاده از پرسش نامه در بین ۹۷۷ زن ساکن قزوین انجام شد. اطلاعات از طریق مصاحبه در پرسش نامه ها ثبت گردید. ۵۸۱ نفر از زنان مورد مطالعه به صورت تصادفی خوشه ای از ۴ منطقه شهر انتخاب شدند و ۳۹۶ نفر بقیه، دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین (۱۹۹ نفر) و دانشگاه بین المللی امام خمینی ره (۱۹۷ نفر) بودند. پس از جمع آوری پرسش نامه ها افراد بر اساس نمره های کسب شده به پنج گروه تقسیم شدند. افرادی که نمره کمتر از ۲۰ کسب کرده بودند، در گروه خیلی ضعیف، افراد دارای نمره ۲۱ تا ۴۰ در گروه ضعیف، افراد دارای نمره ۴۱ تا ۶۰ در گروه متوسط، افراد دارای نمره ۶۱ تا ۸۰ در گروه خوب و افرادی که نمره ۸۱ تا ۱۰۰ داشتند در گروه عالی تقسیم بندی شدند. نتایج با استفاده از نرم افزار spss و آزمون مجذور کای تجزیه و تحلیل شدند.

۱- یافته ها :

میانگین سنی زنان مورد مطالعه ۳۱/۲ سال و میانه سنی آنها ۲۵ سال بود. دامنه سنی بین ۱۶ تا ۷۸ سال بود. ۵۹ درصد نمونه ها متأهل و ۴۱ درصد مجرد بودند. ۶/۷ درصد از زنان مورد مطالعه بی سواد بودند، ۷/۹ درصد تحصیلات زیر دیپلم، ۳۸/۴ درصد دیپلم و فوق دیپلم و ۳۷ درصد تحصیلات لیسانس و بالاتر داشتند. ۴۲ نفر از زنان مورد مطالعه (۴/۵ درصد) سیگار می کشیدند. میزان آگاهی زنان از عوامل مؤثر بر یائسگی در جدول شماره ۱ و میزان آگاهی زنان قزوین از علائم و عوارض یائسگی در جدول شماره ۲ خلاصه شده اند.

یائسگی حادثه ای است که در طول زندگی همه زنان اتفاق می افتد. در طی این فرآیند زنان به دوران جدیدی از زندگی پا می گذارند که علائم و عوارض متعددی دارد. میانگین سن یائسگی، حدود ۵۰ سالگی است که در این زمان هورمون های جنسی به تدریج کاهش می یابند. عوامل مختلفی مانند چاقی، مصرف سیگار و شرایط اقلیمی بر این پدیده تأثیر می گذارند. زنان چاق دیرتر از زنان لاغر یائسه می شوند. زنانی که سیگار می کشند و زنانی که در مناطق سردسیر زندگی می کنند زودتر یائسه می شوند.^(۳) رژیم غذایی نیز بر یائسگی تأثیر دارد و زنان گیاه خوار زودتر یائسه می شوند.^(۱) جنبه ارثی زمان یائسگی نیز مهم است زیرا زمان یائسگی مادران و دختران مشابه است.

علائم یائسگی عبارت اند از: گر گرفتگی، برافروختگی، تعریق ناگهانی، گاهی خستگی، ضعف و سرگیجه.^(۸) عوارض این پدیده فیزیولوژیک عبارت اند از: پوکی استخوان، آتروفی تخمدان ها و کاهش هورمون های جنسی زنانه، افزایش وزن، بی خوابی، اضطراب، و گاهی بی اختیاری ادرار و افسردگی.^(۸و۳)

قبل از یائسگی خطر مرگ و میر ناشی از بیماری های قلبی - عروقی در زنان به میزان ۵ درصد کمتر از مردان است که علت آن هورمون استروژن است، ولی در دوران یائسگی خطر ابتلا به بیماری های قلبی - عروقی افزایش می یابد و احتمال بروز آن با مردان برابر می شود.^(۴) استفاده از استروژن می تواند علائم و عوارض یائسگی را کاهش دهد، ولی باید به عوارض سوء استفاده طولانی مدت از این داروها نظیر سرطان پستان نیز توجه داشت.^(۷و۶)

بیش از نیمی از ۵۰۰۰ زنی که هر روز یائسه می شوند، نمی دانند که علت این پدیده کاهش هورمون استروژن و عارضه اصلی آن پوکی استخوان است.^(۱۰) آگاهی از عوارض و علائم یائسگی می تواند زندگی را برای زنان یائسه راحت تر کند و مشکلات روحی و روانی

جدول ۱: فراوانی آگاهی زنان مورد مطالعه (۹۷۷ نفر) از عوامل مؤثر بر یائسگی

نمی‌دانم		غلط		صحیح		پاسخ
درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	
۴۴	۴۳۰	۲۵/۱	۲۴۵	۳۰/۹	۳۰۲	عوامل مؤثر بر یائسگی
۳۳/۱	۳۲۳	۵۲/۹	۵۱۷	۱۴	۱۳۷	سیگار کشیدن باعث تسریع یائسگی می‌شود
۲۴/۱	۳۷۳	۵۳/۸	۵۲۵	۸/۱	۷۹	زنان چاق دیرتر یائسه می‌شوند
۲۴/۱	۲۳۵	۱۸/۹	۱۸۵	۵۶/۷	۵۵۴	زنان لاغر بیشتر دچار عوارض یائسگی می‌شوند
۴۶/۹	۴۵۸	۴۱/۴	۴۰۵	۱۱/۷	۱۱۴	رژیم غذایی تأثیر دارد
۳۰/۸	۳۰۱	۱۱/۲	۱۰۹	۵۷/۷	۵۶۴	رژیم گیاه خوری باعث یائسگی زودرس می‌شود
۱۷	۱۶۶	۲۱/۵	۲۱۰	۶۱/۵	۶۰۱	علائم یائسگی با گذشت زمان تغییر می‌کند
۲۲/۹	۲۲۴	۱۶/۵	۱۶۱	۶۰/۶	۵۹۲	یائسگی جنبه ارثی دارد
۴۳/۸	۴۲۳	۵۷/۶	۴۱۵	۱۳/۸	۱۳۵	شرایط اقلیمی تأثیر دارد
۳۴/۳	۳۳۵	۱۴/۲	۱۳۹	۵۱/۵	۵۰۳	زندگی در ارتفاعات بلند یائسگی را تسریع می‌کند
۴۷/۹	۴۶۸	۲۷	۲۶۴	۲۵/۱	۲۴۵	درجه حرارت محیط در زمان یائسگی تأثیر دارد
۴۱/۷	۴۰۷	۹/۱	۸۹	۴۹/۲	۴۸۱	در مناطق گرمسیر یائسگی دیرتر اتفاق می‌افتد
۱۲/۱	۱۱۸	۵۷/۸	۵۶۵	۳۰/۱	۲۹۴	برداشتن رحم یائسگی را تسریع می‌کند
						طول قد تأثیری ندارد

جدول ۲: فراوانی آگاهی زنان مورد مطالعه از علائم و عوارض یائسگی

نمی‌دانم		غلط		صحیح		پاسخ
درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	
۲۹/۴	۲۸۷	۴	۵۹	۶۴/۶	۶۳۱	عوارض و علائم یائسگی
۳۰	۲۹۳	۱۲/۵	۱۲۲	۵۷/۵	۵۶۲	گر گرفتگی
۳۷/۱	۳۶۲	۱۲/۸	۱۲۶	۵۰/۱	۴۸۹	تعریق ناگهانی
۳۲/۲	۳۱۵	۲۲	۲۱۵	۴۵/۸	۴۴۷	آسم
۳۱/۹	۳۱۲	۱۹/۷	۱۹۲	۴۸/۴	۴۷۳	تپش قلب
۴۴/۵	۴۳۵	۲۷	۲۶۴	۲۸/۵	۲۷۸	سردرد
۱۷/۲	۱۶۸	۹/۳	۹۱	۷۳/۵	۷۱۸	سوزش در صورت، گردن و قفسه سینه
۳۰/۴	۲۹۷	۱۲/۲	۱۱۹	۵۷/۴	۵۶۱	پوکی استخوان
۳۴/۶	۳۸۸	۲۹/۹	۲۴۱	۳۵/۵	۳۴۸	افزایش وزن
۴۶/۶	۴۵۵	۱۹/۸	۱۹۴	۳۳/۶	۳۲۸	بی اختیاری در دفع ادرار
						کوچک شدن پستان‌ها

(در کلیه موارد ذکر شده پاسخ مثبت صحیح است به جز مورد آسم که پاسخ صحیح جواب منفی است)

درصد آگاهی عالی دارند که این نتایج با یافته های حسن پور در مشهد و فلاح حسنی در قزوین تقریباً همخوانی دارد. (۵ و ۲) در این تحقیق دیده شد که میان وضعیت تاهل و میزان آگاهی زنان رابطه معنی داری وجود ندارد، ولی میان تحصیلات و میزان آگاهی رابطه معنی دار دیده می شود که این یافته با تحقیقات مشابه، مطابقت دارد. (۵ و ۲)

در تحقیقی که در سال ۲۰۰۲ بر روی ۵۰۰ زن ۴۵ تا ۶۴ ساله به روش مصاحبه تلفنی انجام شد، مشخص شد اکثر زنان (۶۱ درصد) نمی دانند که بین کاهش استروژن و یائسگی ارتباط مستقیم وجود دارد. به عبارت بهتر، آگاهی این زنان از پدیده یائسگی کافی نبود. (۱۰) در تحقیق دیگری که بر روی ۱۶۷ زن یائسه و قبل از یائسگی در محدوده سنی ۳۹ تا ۵۸ سال انجام شد، مشخص شد که علاقه شخصی زنان به هورمون تراپی و توجه به فوائد آن بیش از آگاهی در زمینه هورمون تراپی و عوارض دراز مدت آن مانند سرطان پستان نقش دارد. (۶) در این تحقیق نیز دیده شد که ۳۳/۲ درصد از زنان مورد مطالعه، این اثر استروژن درمانی را می دانند و سایر زنان آگاهی لازم در این زمینه را ندارند. این تحقیق نشان داد که میزان آگاهی زنان از علل و عوامل یائسگی و عوارض آن به ویژه در قشر دانشجویی کمتر از حد انتظار است و به آموزش بیشتر نیاز دارد.

۱. مراجع:

۱. ادیب عباس. مامایی و بیماری های زنان. تهران، کتیبه، ۱۳۶۶، ۸۲۲
۲. حسن بتول. بررسی تاثیر آموزش بر آگاهی، نگرش و عملکرد دوران یاس از یائسگی در شهر مشهد. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت مدرس، ۱۳۷۵
۳. دچرنی الن. کارنت زنان. تهران، انتشارات تیمورزاده، ۱۳۷۷، ۴۲-۵۳۱

۴۷۵ نفر (۴۸/۶ درصد) از زنان مورد مطالعه از عوارض جانبی استروژن درمانی آگاهی داشتند و ۳۲۴ نفر (۳۳/۲ درصد) معتقد بودند که استروژن درمانی در دراز مدت می تواند به سرطان پستان منجر شود.

میانگین نمره آگاهی افراد عادی $۱۶/۶۷ \pm ۳۸/۹۵$ حداقل نمره آگاهی این گروه ۲/۱۷ و حداکثر نمره ۱۰۰ بود. میانگین نمره آگاهی دانشجویان علوم پزشکی قزوین $۱۶/۷۲ \pm ۴۸/۴۳$ حداقل نمره این گروه ۰/۵۴ و حداکثر نمره $۹۷/۸۲$ بود. میانگین نمره آگاهی دانشجویان بین المللی امام خمینی $۱۸/۶۵ \pm ۳۲/۴۸$ حداقل نمره این گروه صفر و حداکثر نمره ۷۶/۶۳ بود. به طور کلی میانگین نمره آگاهی افراد مورد بررسی $۱۷ \pm ۳۴/۵۸$ حداقل نمره صفر و حداکثر نمره ۱۰۰ بود که حداقل نمره مربوط به دانشجویان غیر علوم پزشکی و حداکثر نمره مربوط به مردم عادی بود.

۱۴۷ نفر از زنان مورد مطالعه (۱۴/۹ درصد) در گروه خیلی ضعیف، ۳۵۳ نفر (۳۶/۱ درصد) در گروه ضعیف، ۳۳۳ نفر (۳۵/۱ درصد) در گروه متوسط، ۱۲۸ نفر (۱۴ درصد) در گروه خوب و ۶ نفر (۰/۶ درصد) در گروه عالی قرار داشتند. میانگین نمره آگاهی دانشجویان دو دانشگاه $۱۹/۴۱ \pm ۴۰/۴۹$ بود که با آگاهی مردم عادی اختلاف معنی داری نداشت.

بین تحصیلات و میزان آگاهی زنان رابطه مستقیم وجود داشت. یعنی هر چه تحصیلات بالاتر بود، نمره میزان آگاهی افزایش می یافت که بین گروه های مختلف تحصیلی اختلاف معنی داری دیده شد ($P = ۰/۰۰$). بین تاهل و میزان آگاهی و بین سن و میزان آگاهی رابطه معنی داری دیده نشد.

۱. بحث و نتیجه گیری:

این تحقیق نشان داد که ۱۴/۹ درصد از زنان آگاهی بسیار ضعیف، ۳۶/۱ درصد آگاهی ضعیف، ۳۵/۱ درصد آگاهی متوسط، ۱۴ درصد آگاهی خوب و تنها ۰/۶

- ۱۳۷۵، ۳۳۳
۸. ویلسون . مامایی و بیماری‌های زنان . تهران ، انتشارات دانش پژوه ، ۱۳۷۱ ، ۷۳۲
9. Schott Baer D, Kotal B. Frequency and effectiveness of self care actions and menopause symptoms of middle aged working women . Medical Surgical Nursing , 2002
10. Wilhelm sl. Factors affecting a womens intent to adopt hormone replacement therapy for menopause . J Obstet Gynecol Neonat Nursing 2002 Nov Dec
۴. رایان کنت جی و همکاران . اصول بیماری‌ها و بهداشت زنان کیستتر . تهران، انتشارات اندیشه روشن، ۱۳۷۹ ، ۵۵-۶۳۳
۵. فلاح حسنی کبری . بررسی آگاهی، نگرش و عملکرد زنان دوران یاس در مورد یائسگی در شهر قزوین . دانشگاه علوم پزشکی قزوین ، ۱۳۷۹
۶. کاشانیان مریم . هورمون درمانی پس از یائسگی . پزشک پنج ستاره ، EDC دانشگاه علوم پزشکی ایران . ۷. محتسبی محمد . بیماری‌های زنان . تهران نشر کلمه،