

شیوع میگرن در معلمان مدارس زاهدان

دکتر محمد رضا شهرکی*، دکتر بتول حیدری صادق**، دکتر علی مقتدری***، حمیده میر شکاری****

* دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زاهدان، دانشکده پزشکی، گروه فیزیولوژی
** دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زاهدان، مرکز بهداشت ايرانشهر
*** دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زاهدان، دانشکده پزشکی، گروه بیماریهای مغز و اعصاب
**** دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زاهدان، مرکز بهداشت زاهدان

تاریخ دریافت مقاله: ۸۴/۱۲/۱۵

تاریخ پذیرش مقاله: ۸۵/۱۱/۲۹

چکیده

زمینه و هدف: سردرد میگرن یکی از شایعترین سردردهای عروقی می باشد. به دلیل اینکه معلمان استرس زیادی را متحمل می شوند واسترس زمینه ساز میگرن می باشد و این بیماری می تواند ضررهای فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی فراوانی را در پی داشته باشد، در این مطالعه، شیوع میگرن در معلمان زاهدان بررسی شد.

مواد و روش کار: این مطالعه مقطعی در سال ۱۳۸۱ انجام و جمعیت مورد مطالعه آن ۱۵۳۹ معلم بودند که به روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی از بین مدارس زاهدان انتخاب و مورد بررسی قرار گرفتند. جمع آوری داده ها توسط پرسشنامه ای شامل مشخصات دموگرافیک، مقطع تدریس، تحصیلات، سابقه تدریس، بیماریهای سیستمیک، خصوصیات سردرد، عوامل ایجاد و تشدید کننده سردرد و شدت سردرد صورت گرفت. داده ها با نرم افزار SPSS و با استفاده از آزمون Chi-square تجزیه و تحلیل آماری شدند و نتایج به صورت درصد گزارش شد.

یافته ها: در این مطالعه ۱۵۳۹ معلم مورد بررسی قرار گرفتند که ۴۰٪ آنها مرد و ۶۰٪ آنها زن بودند. سن متوسط معلمان $35.7 \pm 6/55$ سال بوده و ۹/۷٪ (حدود اطمینان ۹۵٪، ۸/۲ تا ۱۱/۲ درصد) از نمونه ها مبتلا به سردرد میگرنی بودند. شیوع میگرن رابطه معنی داری با بومی یا غیر بومی بودن، تحصیلات، سن، سابقه تدریس نداشت. اما با جنس و مقطع تدریس رابطه معنی داری داشت که در بین زنان ۱۱/۹٪ (حدود اطمینان ۹۵٪، ۹/۸ تا ۱۴/۲ درصد) و در بین مردان ۶/۶٪ (حدود اطمینان ۹۵٪، ۸/۲ تا ۱۱/۲ درصد) بود. در سه مقطع دبستان، راهنمایی و دبیرستان به ترتیب ۹/۷٪، ۸٪ و ۱۴٪ بود، میگرن در ۵۴/۲٪ موارد با او را همراه بود.

نتیجه گیری: شیوع میگرن در بین معلمان مدارس زاهدان تقریباً معادل شیوع میگرن در بطن جامعه بود و در خانمها بیشتر از آقایان بود. در خصوص علت بالاتر بودن شیوع این بیماری در خانمهای معلم، لازم است مطالعه بیشتری صورت گیرد. بعلاوه شیوع میگرن در بین معلمان مقطع دبیرستان بیشتر از معلمان مقاطع ابتدای و راهنمایی بود که علت احتمالی آن چالشهای تربیتی دوران بلوغ است که به هر ترتیب موجب افزایش نگرانی معلم و تشدید سردردهای میگرنی می شود. (مجله طبیب شرق، سال هشتم، شماره ۲، تابستان ۸۵، ص ۱۳۷ تا ۱۴۲)

کلواژه ها: شیوع، میگرن، معلمان

مقدمه

چند مکانیسم دقیق آن، معلوم نیست. (۱) سردرد یکی از شایع ترین شکایاتی است که یک پزشک با آن مواجه است و فقط حدود ۵٪ از مردم هرگز سردرد را تجربه نمی کنند. (۲) میگرن جزو سردردهای مزمن است که سالیان متمادی وجود دارد و

سردرد در واقع درد ارجاعی از تشکیلات عمقی و سطحی سر است که می توان آن را به انواع داخل و خارج جمجمه ای تقسیم کرد. سردرد میگرنی نوع خاصی از سردرد است که تصور می شود ناشی از پدیده های عروقی غیر طبیعی باشد هر

مورد مطالعه در بررسی شرکت نمودند و میزان پاسخگویی صد درصد بود. معیارهای تشخیص برای میگرن بدون اورا شامل حد اقل پنج حمله سردرد که بدون درمان ۴ تا ۷۲ ساعت طول بکشد و فرد از ۴ معیار زیر حداقل دو معیار را باید دارا می‌بود. یکطرفه بودن سردرد، ضرباندار بودن، شدت متوسط کار زیاد که مانع فعالیت‌های زیاد گردد و با فعالیت بدنی تشدید گردد. معیارهای میگرن کلاسیک که با سمپتومهای نورولوژیک گذرا موسوم به اورا همراه است، عبارت بودند از: ۱- احساس جرقه نورانی ۲- احساس بوی سوختگی ۳- کرختی یا گزگز یکطرفه ۴- ضعف حرکتی یکطرفه و اختلال در گفتار. در مواردی که داوطلب معیارهای تشخیصی میگرن را داشت اما علائم آن اخیراً بروز کرده بود و یا تشخیص میگرن توسط پزشک انجام گرفته بود، در پرسشنامه ذکر می‌گردید. اما اگر فرد همه معیارهای تشخیصی میگرن را دارا نبود و یا داوطلب ذکر کرده بود که از داروی تسکین دهنده و شل کننده عضلات استفاده می‌کرده است، به نورولوژیست ارجاع داده می‌شد تا تشخیص و تایید شود. افرادی که به بیماریهای سیستمیک مبتلا بودند از مطالعه حذف می‌شدند و بجای آن افراد واجد شرایط اضافه می‌شدند. اطلاعات جمع آوری شده پس از تکمیل پرسش نامه‌ها توسط نرم افزار کامپیوتری SPSS و با استفاده از تست آماری مربع کای Chi-square آنالیز شده است. نتایج به صورت درصد و جدول گزارش و اختلافات آماری در حد $P < 0.05$ معنی دار تلقی گردیده است.

یافته‌ها

در کل ۱۵۷۶ نفر در این مطالعه شرکت نمودند که از این عده ۳۷ نفر (۲۱ نفر مرد و ۱۶ نفر زن) به علت نداشتن معیارهای ورود به مطالعه (مثل ابتلا به بیماریهای سیستمیک) حذف شدند و تحلیل نهایی روی ۱۵۳۹ نفر انجام شد. نتایج حاصل از این بررسی، نشان داد که ۹/۷٪ (۱۴۹ نفر) از شرکت کنندگان مبتلا به سردرد میگرنی بودند (حدود اطمینان ۹۵٪، ۸/۲ تا ۱۱/۲

معمولاً خوش خیم است.^(۳) میگرن نوعی اختلال نورولوژیک است که حدود ۱۱٪ از بالغین را متاثر می‌کند.^(۴) دو فرم غالب میگرن، میگرن شایع (بدون اورا) و میگرن کلاسیک (با اورا) هستند.^(۵) مطالعه ای که در امریکا انجام شده است میزان شیوع یک ساله میگرن ۱۰ درصد بوده است (۶٪ در مردان و ۱۵٪ در زنان).^(۶) بررسی های اپیدمیولوژیک نشان می‌دهد که میگرن وابسته به سن است و در بین سنین دانش آموزی شیوع آن روبه افزایش است و پیک سنی میگرن در پسرها زودتر از دخترها می‌باشد.^(۶) میگرن در گروه‌های پایین تر اقتصادی - اجتماعی شایعتر است و با درآمد خانواده نسبت عکس دارد.^(۸،۷) مطالعات نشان داده است که میگرن خسارات اجتماعی، اقتصادی قابل توجهی بر جای می‌گذارد.^(۹) در ایالات متحده سردردهای میگرنی به تنهایی سالانه ۶/۵ تا ۱۷ میلیارد دلار زیان کاری و کاهش تولید بر جای می‌گذارد.^(۱۰) برای سردرد میگرنی، عوامل برانگیزنده ای شناخته شده است که از آن جمله می‌توان فشارهای روحی، اضطراب، یاس، فعالیت بدنی، برخی بوها و تغییر الگوی خواب را نام برد.^(۱۱) چون شغل معلمی یکی از مشاغل مهم جامعه می‌باشد و دارای حساسیتهای خاص خود است و معلمین استرسهای روحی و جسمی متعددی را متحمل می‌شوند، در این مطالعه به بررسی شیوع میگرن در بین معلمان زاهدان پرداخته شد.

روش کار

این مطالعه مقطعی در سال ۱۳۸۱ انجام شده است. جامعه مورد بررسی آن معلمان مدارس زاهدان با میانگین سنی 35.7 ± 6.55 سال بوده است که به روش نمونه برداری خوشه ای از تمام مناطق انتخاب شده بودند. وسیله جمع آوری اطلاعات، پرسش نامه ای بود که ۱۲ سوال، جهت تشخیص میگرن داشت. تعداد معلمان مدارس انتخاب شده ۱۵۳۹ نفر بود [تعداد ۴۰ درصد (۶۱۵) نفر مرد و ۶۰٪ (۹۲۴) زن] پرسشنامه از طریق مدیران مدارس در اختیار معلمان قرار داده شد. تمام افراد

بحث

نتایج حاصل از این بررسی، نشان داد که ۹/۷٪ از نمونه ها مبتلا به سردرد میگرنی بودند و شیوع آن در بین معلمان زن بیشتر از مرد بود. میگرن با اورا شیوع بیشتری نسبت به میگرن بدون اورا داشت. ضمناً شیوع این بیماری با مقطع تدریس، سابقه تدریس و تا حدودی با سن رابطه داشت. بطوریکه تا سن ۵۰ سالگی افزایش شیوع و سپس شیوع کاهش می یافت. در صد شیوع میگرن گزارش شده در این بررسی با نتایج حاصل از سایر بررسیها هم خوانی دارد بطوریکه شیوع میگرن در کشورهای شرقی ۱۰ تا ۱۲٪ و در ایالات متحده ۱۰٪ می باشد. (۱۵و۱۴)^{۱۵} این نکته نشان می دهد که موقعیتهای جغرافیایی احتمالاً اثرات قابل ملاحظه ای بر شیوع این بیماری ندارد(البته شیوع این بیماری در کل جامعه زاهدان را نداریم).

بعلاوه نتایج حاصل از این بررسی نشان داد که میگرن در بین معلمان زن بیشتر از معلمان مرد است. این بخش از بررسی با مطالعه ای که در ایالت متحده امریکا انجام شد و نشان داد که شیوع بیماری در بین زنان بیشتر از مردان شایع هم خوانی دارد ولی در صد شیوع در مطالعه اخیر کمتر از شیوع آن در کل جامعه امریکا و سوئد است. (۱۵و۱۴)^{۱۵} این کاهش در صد شیوع احتمالاً به دلیل این است که ما کل جامعه زاهدان را بررسی نکردیم در صورتیکه گزارشات منابع شیوع بیماری در کل جوامع امریکا و سوئد است. در صورتیکه این در صد شیوع بیماری در زاهدان را با مطالعات انجام شده برابر فرض کنیم، شیوع بیماری در بین معلمان کمتر است که شاید به دلیل زندگی عاطفی تری است که در بین قشر معلم وجود دارد. توجه دیگر اینکه علت شیوع پایین میگرن در بین معلمان مورد بررسی شاید به این دلیل باشد که عوامل موثر بر تشدید شیوع میگرن در کل جوامع مورد بررسی بیشتر است.

شیوع این بیماری با مدرک تحصیلی معلمان رابطه معنی داری نداشت. ضمناً نتایج این بررسی نشان داد که شیوع میگرن

درصد) که از این تعداد ۵۴/۲ درصد آنها میگرن با اورا و ۴۵/۸ درصد میگرن بدون اورا داشتند. شیوع میگرن در بین زنان ۱۱/۹ درصد (حدود اطمینان ۹/۸٪ تا ۱۴/۲ درصد) و در بین مردان ۶/۳ درصد (حدود اطمینان ۹/۵٪، ۴/۵ تا ۸/۶ درصد) بوده است. همچنین در این بررسی نشان داده شد که شیوع بیماری در سنین ۲۰-۳۰ سال، ۳۱-۴۰ سال، ۴۱-۵۰ و بالاتر از ۵۱ سال به ترتیب ۸/۱، ۱۰/۴، ۱۰/۱۰ و ۶/۶ درصد بوده است (جدول شماره ۱). بعلاوه شیوع این بیماری بر حسب تحصیلات، دیپلم، فوق دیپلم، لیسانس و فوق لیسانس به ترتیب ۹/۹، ۹/۴، ۹/۸ و ۷/۱ درصد بوده است (جدول شماره ۲). شیوع میگرن بر حسب سابقه تدریس کمتر از ۱۰ سال، ۱۱ تا ۲۰ سال و ۲۱ تا ۳۱ سال به ترتیب ۸/۱، ۱۰/۵ و ۱۱ درصد بود. گذشته از آن ۹/۶٪ افراد بومی و ۹/۴٪ از معلمان غیر بومی مبتلا به میگرن بودند.

جدول ۱: توزیع فراوانی میگرن در جمعیت معلمان تمت بررسی بر حسب گروه بندی سنی، زاهدان سال ۱۳۸۱.

جمع	میگرن ندارد		میگرن دارد		سن
	تعداد	درصد	تعداد	درصد	
۳۷۷	۳۴۷	۹۱/۹	۸/۱	۳۰	۳۰-۲۰
۷۸۴	۷۰۳	۹۹/۴	۱۰/۴	۸۱	۴۰-۳۱
۳۶۳	۳۲۶	۹۹/۴	۱۰/۴	۳۷	۵۰-۴۱
۱۵	۱۴	۹۳/۴	۶/۶	۱	۵۰ به بالا

X^2 for liner trend; P=0.3731

جدول ۲: توزیع فراوانی میگرن در جمعیت معلمان تمت بررسی بر حسب میزان تحصیلات، زاهدان سال ۱۳۸۱.

جمع	میگرن ندارد		میگرن دارد		میزان تحصیلات
	تعداد	درصد	تعداد	درصد	
۲۶۶	۲۴۰	۹۰/۱	۲۶	۹/۹	دیپلم
۵۳۱	۴۸۱	۹۰/۶	۵۰	۹/۴	فوق دیپلم
۶۹۱	۶۲۳	۹۰/۲	۶۸	۹/۸	لیسانس
۲۲	۲۰	۹۱/۰	۲	۹/۰	فوق لیسانس
۱۵۱۰	۱۳۶۴	۹۰/۳	۱۴۶	۹/۷	جمع

X^2 for liner trend; P=0.9412

مکانیسمهای مطرح بر بیماری میگرن اتساع پذیری زیاد عروق مغز است که با دریافت مقدار زیاد خون موجب تحریک گیرنده های درد و تشدید میگرن می گردند در صورتی که با افزایش سن الاستیسیته عروق کاهش یافته و با افزایش مقاومت عروق مقدار خون وارد شده به این عرق کم می شود. این بخش از نتایج نیز با نتایج ذکر شده در منابع همخوانی دارد. (۶) بومی و غیربومی بودن بر شیوع میگرن اثری نداشت. با افزایش سابقه تدریس شیوع میگرن در بین معلمان افزایش نشان داد ولی تفاوت آماری معنی داری نداشت. نتایج این بررسی نشان داد که شیوع این بیماری در جامعه معلمان مشابه کل جامعه است و شیوع در بین زنان بیشتر از مردان و با افزایش سن تا حدی افزایش و بعد کاهش می یابد.

سپاسگزاری

با تشکر و قدردانی از مسئولین محترم آموزش و پرورش و کلیه معلمان زاهدان که همکاری لازم را مبذول داشتند

در معلمان مقطع ابتدایی و دبیرستان بیشتر از مقطع راهنمایی بود. علت بالا بودن شیوع این بیماری در مقطع دبستان احتمالاً به این دلیل است که در سالهای اولیه تحصیل تحمل مدرسه برای دانش آموزان مشکل و همین امر موجب نگرانی و ناراحتی معلم و تشدید سر دردهای میگرنی می گردد. شیوع بالای میگرن، در بین معلمان مقطع متوسطه احتمالاً به دلیل سن دانش آموزان است که در این سن بچه ها به بلوغ جسمی و جنسی رسیده و به طرق مختلف سعی در اظهار وجود و تست کردن منیت خویش هستند. این رفتارها معلم را تحت تاثیر قرار داده و از این طریق موجب افزایش نگرانی و احتمالاً ناراحتی و تشدید میگرن می شوند. احتمال دوم آن استرسهای روحی معلمان مقطع دبیرستان در ارتباط با چالشهای تربیتی نوجوانان و ساعات کار بیشتر از جمله کلاسهای خصوصی است که گذشته از تدریس معمولاً با آن درگیر هستند. این بررسی نشان داد که بالاترین شیوع میگرن در سنین ۳۰ تا ۵۰ سال بود. علت شیوع بالای میگرن در این سنین به دلیل الاستیسیته بالای عروق می باشد. چون یکی از

References

منابع

۱. گایتون، آرتور، هال جان، فیزیولوژی پزشکی، دکتر فرخ شادان. جلد دوم، تهران. انتشارات چهر. ۱۳۷۶:ص ۹۱۹-۹۱۷.
2. Abram SE, Handdcox JD. The Pain Clinic Manual. Second edition. USA. Lippincott Williams & Wilkins. 1999:213-217.
۳. اجر، پی سیمون، مایکل جی آمینوف، دیوید ای گرینبرگ. منصور میرزایی و همکاران. تهران. انتشارات سماط. ۱۳۷۸. ص ۱۱۰-۱۰۸، ۱۳۲-۱۲۹.
4. Lipton. RB, Stewart WF, Goadsby PJ. Headache Disability. Headache Related Disability in the Managemant of Migraine. Neurology. 2001; 56:1-3.
5. Kallela M, Wessman M, Havanka H, et al. Familial Migraine With and With Out Aura: Clinical Characteristics and C0-Occurrence. Eur j Neural. 2001; 8: 441-9.
6. Breslau N, Rasmussen Bk. The Impact of Migraine: Epidemiology, Risk Factors, and Co-Morbidities. Neurology. 2001; 56:4-12.

7. Silberstein SO, Lipton RB. Epidemiology of Migraine. *Neuroepidmiology*. 1993.12(3): 179-94.
8. Lipton RB, Stewart WF, Diamond S, et al. Prevalence and Burdern of Migraine in the united States : Data Fram the American Migraine Study II. *Headach*. 2001; 41:646-57.
9. Rusmussen Bk. Epidemiology of Headache. *Cephalalgia*. 2001.21: 774.7.
10. Greth WC, Carides GW, Dasbach EJ, et al. The Multinational Impact of Migraine Symptoms on HealthCare Utilisation and Work loss. *Pharmacoeconomics*. 2001; 19:197-206.
11. Goets CG, Pappert EJ. *Text Book of Clinical Neurology*. 1st Edition. USA. w.b.Saunders Company. 1999: 1089-94.
12. Lipton RB, Scher AI, Etal. Migraine in the United States: Epidemiology and Patterns of Health Care use. *Neurology*.2002; 58:885-94.
13. Zivadinov R, Willheim K, Jurjevic A, et al. Prevalence of Migraine in Croatia: a Papulation – Based Survey. *Headache*.2001; 41:805-12.
14. Deleu D, Khan MA, Humaidam H, et al. Prevalence and Clinical Characteristics of Headache in Medical Students in Oman. *Headache*, 2001; 41: 798-804.
15. Dahlof C, Linde M. One –Year Prevalence of Migraine in Sweden, A population –Based Study in Adults. *Cephalalgia*. 2001; 21:664-71.
16. Pop PHM, Gierreld CM, Karis HAM, Tiedink HGM. Epidemiological Aspect of Headeche in A Work Place Setting and Impact on the Economic Loss. *Eur. J – Neurol*. 2002; 9:171-4.
17. Reyanales H, Aycardi E, Valencia D. Migraine: Implications for Work, Disability and Request for Health Services in Colombia. *Rev Neurol*. 2001; 32:1001-5.

The study of prevalence of migraine among teachers at Zahedan, Iran

Shahraki MR., PhD*; Hidari Sadegh B., MD**; Moghtaderi A., MD***; Mirshekari H., MD****

Background: To Determine the Prevalence of Migraine Among the Teachers at Zahedan. Because the Teachers Endure Many Stress for Gaining the high Goels. So Stress Is the Greatest cause for Catching Migraine and Economic Losses.

Methods and materials: This study Planned to Descriptive – cross sectional. The target Group was the teachers at Zahedan. The Method of Sampling was cluster.

Questionnaire consist of the questions about ago , sex , section of teaching , Record of teaching, systemic disease exclusivefrom , the specification of Headache , the causes of Intensification of Headache and the Intensity of headache. Data was Analysed by Spss program with chi squar test.

Results: In this Research, 1539 teachers were studied. 40% men and 60% women aged Averagly 35.7 ± 6.55 Yr. Prevalence of Migraine among samples was 9.7% it has not Meaning full Relation to native or age , education , record of teaching but Migraine headache related to sex and section of teaching. Prevalence of Migraine was 11.9% in women and 6.6% in men. Prevalence of Migraine in primery school teachers were 9.7% , in Guidance school , 8% and in high school teachers , 14% prevalence of Migraine with aura was 54.2%.

Conclusions: According to the Results to this study, The Prevalence of Migraine Among the teachers who were tested , is equal to the normal prevalence of Migraine in the whole socity. In three section which was tested, for prevalence of Migraine, the teachers of high school affecting Migraine more than others. And it is arising from the youth's Edutional Problems.

KEY WORDS: Prevalence, Migraine, Teachers

* Faculty of Paramedicine, Zahedan University of Medical Sciences and health Services, Zahedan, Iran.

** Iranshahr District Health Center, Zahedan University of Medical Sciences and health Services, Zahedan, Iran.

*** Neurology Department, School of public health, Zahedan University of Medical Sciences and health Services, Zahedan, Iran.

**** Zahedan District Health Center, Zahedan University of Medical Sciences and health Services, Zahedan, Iran.