



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان

دانشکده پرستاری و مامائی

پایان نامه

دوره کارشناسی ارشد در رشته پرستاری سالمندی

عنوان

بررسی ارتباط وضعیت شناختی و سبک زندگی سالمندان

شهرستان خرم آباد در سال ۱۳۹۹

نگارنده

مریم زرین قدم

استاد راهنما

دکتر افسانه بیرانوند

استاد مشاور

دکتر شیرین حسنونند

تابستان ۱۴۰۱

چکیده

مقدمه: یکی از مهم‌ترین نیازهای سالمندان ضرورت بررسی عملکرد شناختی جهت پیشگیری یا تأخیر در بروز اختلالات شناختی است. عوامل مختلفی بر اختلال یا بهبود عملکرد شناختی سالمندان مؤثرند. یکی از این عوامل سبک زندگی است. در پژوهش حاضر رابطه عملکرد شناختی با سبک زندگی سالمندان مورد بررسی قرار گرفت. **روش کار:** این مطالعه مقطعی و از نوع همبستگی با شرکت ۳۰۰ سالمند تحت پوشش مراکز بهداشت شهری در شهرستان خرم‌آباد در سال ۱۴۰۰ انجام گرفت. سالمندان به صورت ترکیبی از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای و خوشه‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه اطلاعات جمعیت شناختی، مقیاس استاندارد سنجش مختصر وضعیت شناختی (MMSE) و ابزار استاندارد سبک زندگی (LSQ) استفاده شد. مدیریت و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ و آزمون‌های آماری تی مستقل، تحلیل واریانس یک طرفه، ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون خطی چندگانه در سطح معناداری ۰/۰۵ انجام شد.

یافته‌ها: یافته‌ها ارتباط و همبستگی مثبت و معنادار بین عملکرد شناختی با مؤلفه‌های سبک زندگی شامل سلامت جسمانی ($r=0/81$)، ورزش و تحرک بدنی ($r=0/83$)، تغذیه و کنترل وزن ($r=0/79$)، پیشگیری از بیماری‌ها ($r=0/82$)، سلامت روان شناختی ($r=0/79$)، معنویت ($r=0/72$)، سلامت اجتماعی ($r=0/82$)، اجتناب از داروها ($r=0/67$)، پیشگیری از حوادث ($r=0/78$)، سلامت محیطی ($r=0/78$) و سبک زندگی کل ($r=0/80$) نشان داد ($P<0/001$). در نتایج تحلیل رگرسیون خطی چندگانه بین عملکرد شناختی با مؤلفه‌های سلامت جسمانی، پیشگیری از حوادث و اجتناب از داروها ارتباط آماری مثبت و معنادار مشاهده شد ($P<0/001$).

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج مطالعه حاضر نیاز است که در برنامه‌ریزی‌ها و مداخلات آموزشی در راستای بهبود عملکرد شناختی سالمندان، مؤلفه‌های سبک زندگی بویژه حیطه‌های ورزش و تحرک بدنی، تغذیه و سلامت اجتماعی مورد توجه بیشتری قرار بگیرند.

کلمات کلیدی: عملکرد شناختی، سبک زندگی، سالمندان، اختلال شناختی