

ملخص البحث السابع

(بحث مشترك منشور محلي – غير مشتق من رسالة علمية)

اضطرابات النوم؛ معدل الانتشار وعوامل الخطر وتأثيرها على النتائج الوظيفية بين الشباب في الفيوم. دراسة مجتمعية

المقدمة: النوم ضروري للإنسان. ونظرًا لأنه يمثل ما يقرب من ثلث حياتنا، فقد يكون لاضطراباته عواقب وخيمة على جودة حياتنا ووظائفنا اليومية. تهدف الدراسة الحالية إلى تقييم مدى انتشار أنواع مختلفة من اضطرابات النوم، وتقييم عوامل الخطر وتأثير اضطرابات النوم على النتائج الوظيفية للإنسان.

منهجية البحث : دراسة مجتمعية مقطعية. تم استخدام طريقة العينات العنقودية متعددة المراحل لجمع المشاركين. تم استخدام استبيان اضطرابات النوم (SDQ)، والنتائج الوظيفية لاستبيان النوم (FOSQ-10).

النتائج: شملت الدراسة مجموعه من 586 مشاركًا. وكان 75.7% منهم تحت سن 30 عامًا، و63.8% إناث، و72.4% منهم حالة اجتماعية اعذب. كان متوسط درجة استبيان اضطرابات النوم (SDQ) 31.5 ± 9.7 . وكان متوسط درجة (FOSQ-10) 28.4 ± 6.6 . كان الأرق هو أعلى معدل انتشار لاضطرابات النوم (82.3%)، يليه انقطاع التنفس أثناء النوم (67.6%). تمثل النتائج الوظيفية الضعيفة 65.9% من أفراد الدراسة. أولئك الذين يعانون من الأرق، أو الاضطرابات النفسية، أو اضطراب إيقاع الساعة البيولوجية، أو انقطاع التنفس كان لديهم نتائج وظيفية سيئة بشكل ملحوظ (القيم $p = 0.045$ ، 0.005 ، 0.013 ، و 0.030 على التوالي). بالإضافة إلى ذلك، كان للمشروبات التي تحتوي على الكافيين، والتاريخ العائلي لاضطرابات النوم، والربو أو الاضطرابات النفسية نتائج وظيفية سيئة بشكل ملحوظ (القيم $p = 0.001$ ، 0.006 ، 0.008 ، و 0.011 على التوالي).

الخلاصة: كان للنتائج الوظيفية السيئة ارتباطات كبيرة باضطرابات النوم وكذلك نمط الحياة وعوامل الخطر الطبية. توصي نتائج الدراسة بعمل حملة تثقيف صحي لرفع مستوى الوعي حول اضطرابات النوم والفحص المبكر اضطرابات النوم للتغلب على عواقبها الوخيمة .

The Egyptian journal of community medicine. Volume (42), issue (2). April. 2024

عميد الكلية

أ.د. حمدي ابراهيم

رئيس القسم

أ.د وفاء يوسف