

تحديد عوامل الخطر القابلة للتعديل وغير القابلة للتعديل والعواقب السلبية للوقوع بين كبار السن

أسماء المشاركين في البحث

- 1- د./رقية فتحى محمد (مدرس قسم تمريرض المسنين-كلية التمريض جامعة المنيا).
- 2- د./زينب جزر القطب العجمى (قسم تمريرض صحة المجتمع والمسنين - كلية التمريض جامعة الفيوم).
- 3- ا.م.د/ توحيدة محمد خليفة (قسم تمريرض المسنين-كلية التمريض – جامعة المنوفية)

المقدمة:

يشكل السقوط مشكلة صحية عامة كبرى. فالسقوط هو السبب الثالث للإعاقة لدى كبار السن والمسؤول عن ارتفاع معدلات الإصابة بالأمراض والوفيات وزيادة التكلفة مع علاج الإصابات التى تحدث. كما يمكن أن يتسبب السقوط في عواقب اقتصادية ونفسية واجتماعية وصحية. و يمكن أن يؤدي إلى انخفاض في النشاط البدني وزيادة الاعتماد على الآخرين. لذلك يعد تحديد عوامل الخطر القابلة للتعديل للسقوط أمراً مهماً لتدابير الوقاية وتعزيز لتقليل السقوط عند كبار السن ومضاعفاته. أيضاً ، يمكن منع السقوط عن طريق فحص عوامل الخطر وتحديد.

الهدف من الدراسة: تحديد عوامل الخطر القابلة للتعديل وغير القابلة للتعديل والعواقب السلبية للوقوع بين كبار السن.

أسئلة البحث:

- س 1: ما هي عوامل الخطر القابلة للتعديل للوقوع بين كبار السن؟
- س 2: ما هي عوامل الخطر غير القابلة للتعديل للوقوع بين كبار السن؟
- س 3- ما الآثار السلبية للوقوع بين كبار السن؟

تصميم البحث:

مكان البحث: أجريت الدراسة الحالية في ثلاثة دور للمسنين وفي العيادات الخارجية بمستشفى جامعة المنيا (عيادات السكري ، والعظام ، وطب العيون ، والعيادات الطبية) بمدينة المنيا . - محافظة المنيا ، مصر .

عينة البحث: أجريت الدراسة على مجموعه 384 من كبار السن لهذه الدراسة.

أدوات جمع البيانات:

- الأداة 1:** استبيان مقابلة منظم: يشمل البيانات الشخصية وورقة التقييم حول عوامل الخطر والعواقب السلبية للسقوط.
- الأداة 2:** مقياس الاختبار المؤقت (TUGT). وهو أكثر أدوات التقييم لتقييم احتمالية السقوط لأنها تستخدم بشكل متكرر لتقييم التوازن الديناميكي أثناء المشي والتنقل.
- الأداة 3:** مؤشر كاتز للاستقلال في أنشطة الحياة اليومية (ADLs): تم استخدامه لتحديد القدرة على أداء ADL.
- الأداة 4:** التقييم الغذائي المصغر - استبيان قصير (MNA-SF): يستخدم بشكل عام كطريقة سريعة وبسيطة لتحديد خطر سوء التغذية عند كبار السن.

النتائج: وجد أن 45,6% من كبار السن الذين شملتهم الدراسة معرضون لخطر السقوط وأن 63,5% منهم لديهم تاريخ حدوث السقوط من قبل. كما كانت عوامل الخطر الرئيسية غير القابلة للتعديل هي مرض السكري وارتفاع ضغط الدم والأدوية. بينما تضمنت عوامل الخطر القابلة للتعديل عدم وجود مقاعد للمراحيض (95,9%) ، وعدم وجود مقابض للإمساك بها (76,2%) ، والسجاد غير المناسب (72,5%) ، والإضاءة السيئة (56,6%) ، والأرضية الزلقة (54,1%) ، والأرضية الرطبة (38,9%). أيضاً ، 93,4% منهم يعانون من عدم وجود الأجهزة المساعدة ، سلس البول (88,1%) ، شرب القهوة (83,2%) ، قلة الحركة (81,6%) ، الأرق (78,7%) ، الأنيميا (65,2%) ، ضعف السمع وضعف البصر وغياب الدعم الاجتماعي.

الخلاصة: كانت عوامل الخطر الرئيسية غير القابلة للتعديل للسقوط هي مرض السكري وارتفاع ضغط الدم والأدوية. علاوة على ذلك ، تضمنت أكثر العوامل القابلة للتعديل عدم وجود مقاعد للمراحيض ، والسجاد غير المناسب ، والإضاءة السيئة ، والارضية الزلقة ، والأرضيات الرطبة. كما يعاني معظمهم من نقص في الأجهزة المساعدة ، وسلس البول ، وشرب القهوة ، والأرق ، و الانيميا ، وضعف السمع ، وضعف البصر ، وغياب الدعم الاجتماعي. يضاف إلى ذلك أن أكثر العواقب السلبية كانت آلام الظهر ، والجروح ، والكسور ، والنزيف ، والخوف من السقوط في المستقبل. لذلك إذا تم تجنب عوامل الخطر ، فهذا سيساعد على منع كبار السن من السقوط ، وبالتالي تجنب الأذى الجسدي والنفسي الناتج عن ذلك.

التوصيات: يحتاج كبار السن الذين لديهم تاريخ للسقوط إلى اهتمام خاص. لذلك ، فإن الاكتشاف المبكر لعوامل الخطر القابلة للتعديل ضروري لمنع السقوط وعواقبه السلبية بين كبار السن.