

العلاقة بين مؤشر كتلة الجسم ونمط الدورة الشهرية

لدى طالبات التمريض

رسالة

توطئة للحصول على درجة الماجستير فى علوم التمريض

(تمريض صحة الأم والرضيع)

مقدمة من

ايمان صلاح محمد احمد

(معيدة بكلية التمريض جامعة الفيوم)

تحت اشراف

ا.م. د/ السيدة جودة نصر

استاذ مساعد بقسم تمريض صحة الام وحديثى الولادة
كلية التمريض - جامعة الفيوم

د/ سمر الرفاعي أباطة

مدرس بقسم تمريض صحة الام وحديثى الولادة
كلية التمريض - جامعة الفيوم

د/ اسماء محمد احمد

مدرس بقسم تمريض صحة الام وحديثى الولادة
كلية التمريض - جامعة الفيوم

كلية التمريض

جامعة الفيوم

2025

المخلص العربي

المقدمة

الدورة الشهرية حدثٌ مهم في حياة كل امرأة، فهي تُمثل الانتقال من الطفولة إلى الأنوثة. وهي جزءٌ طبيعيٌّ وأساسيٌّ من الدورة الإنجابية، وتُشير إلى إمكانية الخصوبة والقدرة على الحمل والإنجاب.. علاوةً على ذلك، فإن الحفاظ على صحة الدورة الشهرية أمرٌ معقّد ويتأثر بعوامل نفسية وفسولوجية واجتماعية واقتصادية مختلفة، وغيرها.

الهدف من الدراسة:

أُجريت دراسة وصفية لتقييم العلاقة بين مؤشر كتلة الجسم ونمط الدورة الشهرية لدى طالبات التمريض بجامعة الفيوم. وتحقق هدف هذه الدراسة من خلال الإجابة على الأسئلة التالية:

١- ما هو معدل انتشار السمنة بين طالبات التمريض؟

٢- ما هو تأثير السمنة على الدورة الشهرية لدى طالبات التمريض؟

تصميم البحث:

استُخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي المقارن. ولتحقيق هدف الدراسة، تم اختيار عينة قصدية من 200 طالبة تمريض بكلية التمريض بجامعة الفيوم. قُسمت العينة إلى مجموعتين: 100 طالبة مصابة بالسمنة و100 طالبة غير مصابة بالسمنة.

أدوات جمع البيانات:

وقد تم استخدام أربع أدوات لجمع البيانات في الدراسة الحالية والتي قام الباحث بتطويرها ومراجعتها من قبل الخبراء للتأكد من صحتها وهي:

الأداة الأولى: استبيان المقابلة المنظمة:

أعدّ هذا الاستبيان بناءً على مراجعة الأدبيات ذات الصلة، واستخدمته الباحثة لجمع البيانات اللازمة حول موضوعات الدراسة. وتألّف من ثلاثة أجزاء:

أ. الجزء الأول: الخصائص الاجتماعية والديموغرافية لطالبات التمريض : استُخدم لتقييم:

العمر، مكان الإقامة، المستوى التعليمي، مستوى دخل الأسرة، إلخ...

ب. **الجزء الثاني:** العادات الغذائية لطالبات التمريض: استُخدم لتقييم: انتظام مواعيد الوجبات، وتناول وجبة الإفطار يوميًا، وتناول الوجبات السريعة، والترفيه، والمشروبات الغازية، إلخ...

ج. **الجزء الثالث:** تاريخ الدورة الشهرية لطالبات التمريض: استُخدم لتقييم عمر بدء الحيض، وانتظام الدورة الشهرية، ومدتها، وكمية نزيف الحيض، وفتراتها، وشكل ولون دم الحيض، إلخ

الأداة الثانية: تقييم شدة أعراض ما قبل الحيض:

هذه الأداة تتكون من 26 بندًا، وتضمنت ثلاثة أعراض رئيسية:

الجزء الأول: الأعراض الجسدية، وتضمنت 16 بندًا.

الجزء الثاني: الأعراض النفسية، وتضمنت 6 بنود.

الجزء الثالث: الأعراض السلوكية، وتضمنت 4 بنود

الأداة (الثالثة): تقييم شدة آلام الدورة الشهرية: باستخدام مقياس التناظر البصري

الأداة (الرابعة): ورقة تقييم مؤشر كتلة الجسم:

مؤشر كتلة الجسم هو الوزن بالكيلوجرام مقسومًا على مربع الطول بالأمتار (الوزن (كجم) / الطول (م)²).

• يُعتبر الوزن الأقل من 18.5

• يُعتبر الوزن الطبيعي من 18.5 إلى 24.9

• يُعتبر الوزن الزائد من 25.0 إلى 29.9.

• تعتبر السمنة من 30.0 وأكثر

نتائج الدراسة:

- وُجد ارتباط سلبي ذو دلالة إحصائية عالية بين مؤشر كتلة الجسم وشدة الألم أثناء الدورة الشهرية لدى طالبات التمريض غير البدينات. من ناحية أخرى، وُجد ارتباط إيجابي ذو دلالة إحصائية عالية بين مؤشر كتلة الجسم وشدة الألم أثناء الدورة الشهرية لدى طالبات التمريض البدينات.

التوصيات:

- (1) ينبغي تنفيذ برنامج تثقيفي يستهدف النساء في سن الإنجاب والمتخصصين في مجال الصحة لنشر المعرفة حول تأثير عوامل النظام الغذائي ونمط الحياة على تخفيف أعراض اضطرابات الدورة الشهرية.
- (2) إدراج التثقيف الصحي حول الدورة الشهرية واضطراباتهما في مناهج التمريض.
- (3) يجب إعادة بناء البرامج الدراسية الجامعية لتحسين معرفة الطلاب بالعوامل التي تساهم في زيادة الوزن ومضاعفاتها.
- (4) يجب على الطالبات اتباع عادات نمط حياة صحية قدر الإمكان مثل عادات الأكل الصحية وممارسة الرياضة.
- (5) يقترح إجراء المزيد من البحوث على عينة كبيرة من الإناث حول تأثير السمنة ودور الممرضة في الحد منها والوقاية منها.