

دراسة عن ارتفاع ضغط الدم بين الطلبة في جامعة الفيوم

رسالة مقدمة من

صفاء خميس حسن احمد

بكالوريوس الطب والجراحة

كلية طب القصر العيني

توطئة للحصول على درجة الدكتوراه في الصحة العامة

تحت إشراف

ا.د/ منى سليمان محمد

أستاذ الصحة العامة

كلية طب القصر العيني

ا.د /أميمه كامل السلاموني

أستاذ الصحة العامة

كلية طب القصر العيني

ا.د/خالد احمد الخشاب

أستاذ القلب والأوعية الدموية

كلية طب الفيوم

ا.د/ نجلاء عبد الخالق الشربينى

أستاذ مساعد الصحة العامة

كلية طب الفيوم

كلية طب

جامعة القاهرة

الملخص العربي

يعد مرض ضغط الدم المرتفع مشكلة صحية عامة كما يمثل تحدياً كبيراً في جميع أنحاء العالم وذلك بسبب زيادة معدل انتشاره والمخاطر المرضية المصاحبة له. ويعتبر ارتفاع ضغط الدم واحداً من الأسباب الرئيسية للوفاة كما أنه يعتبر مسؤولاً عن كل حالة وفاة من كل ست حالات وفيات بين البالغين سنوياً. وقد تبين أن ارتفاع ضغط الدم قد يبدأ في سن مبكر.

وتهدف هذه الدراسة إلى المساعدة في الوقاية من ارتفاع ضغط الدم بين الشباب.

وذلك عن طريق تحديد معدل انتشار ضغط الدم المرتفع و مرحلة ما قبل ارتفاع ضغط الدم بين الطلاب و تحديد عوامل الخطورة والحالة المرضية المصاحبة له.

وقد أجريت هذه الدراسة على طلاب جامعة الفيوم من السنوات الدراسية الأولى والرابعة من كليتي الطب والخدمة الاجتماعية. وقد أجريت الدراسة على ثلاثة مراحل، المرحلة الأولى: دراسة وصفية مقطعية على ٩٥٦ طالباً، تم قياس ضغط الدم لهم - المرحلة الثانية: ١٣٩ طالب وطالبة. للمقارنة بينهم لتحديد عوامل الخطورة وقد تم تقييم الطلاب في المرحلة الثانية باستخدام ١- الاستبيان المصممة مسبقاً لتقييم الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية، ونمط الحياة وعادات التغذية والتاريخ العائلي للأمراض المزمنة والحالة النفسية والمزاجية للطلاب.

٢ - أدوات لقياس الوزن والطول ومحيط الخصر ٣ - قياس مستوى السكر في الدم والدهون الثلاثية - مستويات الكوليسترول الكلي وظائف الكلى (اليوريا والكرياتينين). المرحلة الثالثة: أجريت على ١٠ طلاب من الذكور أصحاب ضغط الدم المرتفع. وقد أجريت بعض الفحوصات الإضافية مثل، قياس مستوى حمض اليوريك في الدم - رسم للقلب و أشعة موجات صوتية على القلب.

وكشفت الدراسة الحالية ما يلي:-

- كان معدل انتشار مرحلة ما قبل ضغط الدم المرتفع و ضغط الدم المرتفع ٩,٤٦ و ٣,١٠ على التوالي في أول زيارة

- في الزيارة الثالثة انخفض معدل انتشار ارتفاع ضغط الدم إلى ٥,٧ ٪ ، وارتفعت مرحلة ما قبل ضغط الدم المرتفع قليلاً

- كانت هذه الزيادة في ضغط الدم تزداد مع العمر وعند الذكور أكثر من الإناث وطلبة الطب أكثر من كلية الخدمة الاجتماعية

- كانت نسبة الاختلاف في ارتفاع ضغط الدم تمثل فرقاً له دلالة إحصائية بين طلاب السنة الأولى من كلية الطب عن الطلاب في السنة الأولى من كلية الخدمة الاجتماعية مع أنها لم تكن تمثل فرقاً مهماً بين الطلبة في السنة الرابعة

- كان ارتفاع ضغط الدم الانبساطي أكثر انتشاراً في كل من الزيارة الأولى والثالثة بنسبة ٣٦,٧ ٪ و ٥٩,٣ ٪ على التوالي.

- كانت توجد فروق لها دلالات إحصائية بالنسبة للعديد من العوامل مثل ؛ محيط الخصر ومؤشر كتلة الجسم ، مستوى الكولسترول ، السكر في الدم ، الدهون الثلاثية، والكرياتينين ودرجة التوتر

- يعد مؤشر كتلة الجسم ≥ 25 ك/م²، سكر الدم > 100 ملجم/ل، الكولسترول > 200 ملجم/ل، التاريخ العائلي لمرض السكري وضغط الدم و أي درجة من التوتر من أقوى المنبئات لارتفاع ضغط الدم في الحالات

وحيث إن انتشار مرحلة ما قبل ارتفاع ضغط الدم وضغط الدم المرتفع أصبحا يمثلان مشكلة صحية هامة بين البالغين الشبان لذلك فان من أهم التوصيات في هذه الدراسة :

-التقييم الكامل الطلاب بدنيا وذهنيا للكشف المبكر عن عوامل الخطر و الأسباب المحتملة وراء ارتفاع الضغط-التخطيط للعلاج وإرشاد هؤلاء الطلاب إلي المحافظة على أوزانهم وإتباع اساليب التغذية الصحية- إدخال تعديل نمط الحياة في التنقيف الصحي الموجهة للجمهور والمنهج الدراسي لطلاب المدارس والجامعات

-إجراء المزيد من الدراسات لتقويم دور تعديل نمط الحياة والتدخل لمنع تطور ارتفاع ضغط الدم للسيطرة على المضاعفات المرتبطة به وخصوصا في الشباب