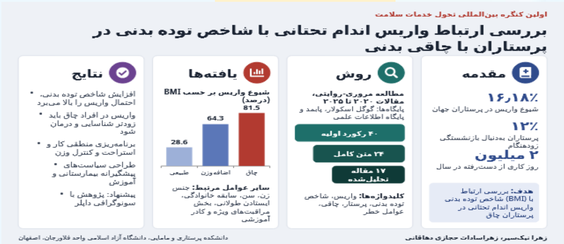
if available
THE FIRST INTERNATIONAL CONGRESS ON HEALTH SERVICES TRANSFORMATION
اولین کنگره بین المللی تحول خدمات سلامت
۲۷ و ۲۸ مهر ماه

بررسی ارتباط واریس اندام تحتانی با شاخص توده بدنی در پرستاران با چاقی بدنی

زهرا نیک سیر۱ زهراسادات حجازی دهاقانی۲
(1) مربی, دانشکده پرستاری ومامایی, دانشگاه آزاد اسلامی واحد فلاورجان،اصفهان،ایران
(۲) دانشجوی کارشناسی پرستاری،دانشکده پرستاری مامایی , دانشگاه آزاد اسلامی واحد فلاورجان،اصفهان،ایران



Code:1107



نتیجه گیری

این مطالعه نشان داد که عوامل متعددی از جمله شاخص توده بدنی، جنس زن، زایمان، سابقه خانوادگی، سن، شغل پرستاری و میزان زمان ایستادن در بروز یا شدت ابتلا به واریس نقش دارد. نتایج نهایی یافته ها نشان می دهد که افزایش شاخص توده بدنی احتمال ابتلا به واریس را افزایش می دهد و واریس در افراد چاق باید به سرعت شناسایی و درمان شود و همچنین با افزایش سن، ضعیف شدن عضلات ساق پا و کاهش انعطاف پذیری دریچه های وریدی، می تواند به تجزیه و تحلیل عضلات پا و افزایش شیوع واریس منجر شود. بنابراین پرستاران باید برنامه های کاری و استراحت خود را به صورت منطقی برنامه ریزی کند و وزن خود را کنترل کنند شناسایی این عوامل می تواند در طراحی برنامه های پیشگیری، آموزش بیماران و کاهش عوارض بیماری موثر باشد.

رفرنس ها

1Al-Alreda JJA, Majeed HM, Hassan AF. Prevalence and Contributed Factors for Varicose Veins in Intensive Care Unit Nurses at Baghdad Teaching Hospitals. Azerbaijan Pharmaceutical and Pharmacotherapy Journal. 2023;22(2):33-
2.Elamrawy S, Darwish I, Moustafa S, Ahmed NEN. Epidemiological, life style, and occupational factors associated with lower limb varicose veins: a case control study. Egyptian Public Health Association. 2021;96:19.
3. Baghdadi LR, Alshalan GF, Norah, Alyahya, Alshahrani HHRAM, Alqahtani JA, et al. Prevalence of Varicose Veins and Its Risk Factors among Nurses Working at King Khalid University Hospital Riyadh, Saudi Arabia: A Cross-Sectional Study. Healthcare. 2023;11.

مقدمه

ورید های واریسی، ورید های سطحی متسع و دارای پیچ و خم اند که ناشی از نقص ساختمانی و عملکرد های ورید های صافن و یا ناشی از ضعف ذاتی دیواره وریدی یا به ندرت ناشی از فیستول های شریان_وریدی هستند(۱). شواهد اخیر حاکی از آن است که نرخ ابتلا به واریس در سطح جهانی,۹/۵۱ مورد در هر ۱۰۰۰ زن و۴/۳۹ مورد در هر ۱۰۰۰ مرد است. این یافته‌ها همچنین نشا ن می‌دهند بالاترین میزان آن در کشورهای غربی مشاهده می‌شود(۲).ارزیابی شده است که۳۳درصد از جمعیت عمومی بین ۱۸تا ۶۴سال تحت تاثیر واریس قراردارند. افزایش بیشتر شیوع منجر به هزینه های زیادی در درمان واریس می شود. هزینه سالانه مراقبت از زخم های واریسی ۳میلیارد دلار تخمین زده می شود؛ علاوه بر این، واریس باعث از دست رفتن۲میلیون روز کاری در سال می گردد و تقریبا ۱۱درصد پرستاران به دنبال بازنشستگی زود هنگام هستند(۴).

روش ها

این مطالعه به روش مروری-روایتی طراحی شده و از جست و جوی مقالات از سال ۲۰۲۰تا ۲۰۲۵ در پایگاه های علمی معتبر شامل گوگل اسکولار، پابمد و پایگاه اطلاعات علمی انجام شد. ۱۷مقاله مرتبط با موضوع مورد پژوهش یافت شد که بر اساس معیار های مشخص تحلیل شد. معیار های ورود، مقالات انگلیسی منتشر شده بین سال های ۲۰۲۰تا ۲۰۲۵و مقالات فارسی منتشر شده در سال های ۱۲۹۵تا ۱۳۰۴است.



در این مطالعه مروری عوامل خطر اجتماعی–جمعیت‌شناختی (سن، جنسیت، سابقه خانوادگی و غیره)، عوامل خطر شغلی (سابقه کاری طولانی‌تر یا همان مدت زمان اشتغال، ساعات کاری بیشتر، ماهیت کار) و عوامل مرتبط با سبک زندگی (وزن، رژیم غذایی و فعالیت بدنی) را مورد بررسی قرار گرفت.



در اکثر پژوهشهای انجام شده سابقه خانوادگی یکی از عوامل خطر در ابتلا به واریس اندام تحتانی عنوان شده است (۱۰).
مطالعات مختلف سن را به عنوان یک عامل خطر برای بروز واریس در کارکنان حوزه سلامت بررسی کرده‌اند(۴ و ۱۰). به همین ترتیب، متأهل بودن , جنسیت (زن بودن)، بارداری و چندزایی نیز از عوامل خطر معنا دار محسوب می‌شوند(۱۱).

مطالعات زیادی پرستاران را به عنوان یک گروه پرخطر شغلی برای واریس در نظر گرفته بودند, یک مطالعه ایرانی شیوع ۷۲٪ را در بین پرستاران زن تخمین زد (۶).



تصویر کلیه

در خصوص عوامل خطر شغلی، مجموع سال‌های سابقه کار به عنوان پرستار، از نظر آماری معنادار بود(۱۱)
در اکثر مطالعات داشتن اضافه وزن یا چاقی (شاخص توده بدنی) ۲۵Kg/m2 (BMI ≥ ارتباط معنی داری با واریس اندام تحتانی داشت(۲, ۳). عادات نامناسب سبک زندگی، نظیر اجابت مزاج نامنظم ، نیز می‌توانند منجر به واریس شوند(۲). در میان عوامل مرتبط با سبک زندگی، فعالیت بدنی, به‌ویژه پیاده‌روی سریع (مسابقه‌ای) یا دویدن,ارتباط پیشگیرانه و از نظر آماری معناداری را با نمرات واریس نشان داد(۱۱).