

بررسی سبک زندگی و رفتارهای ارتقاء دهنده سلامتی در پرستاران (مقاله مروری)

هانیه جعفر دخت بنجار¹، منصوره ترک حصاری توکلی²، هانیه آذریون³، فاطمه کرجالیان⁴، مهلا غفاری فرد⁵

¹ کارشناس پرستاری، سازمان تامین اجتماعی، بیمارستان شهید املاکی کومله، لنگرود، ایران

² کارشناس ارشد مامایی، کمیته تحقیقات و فن آوری دانشجویی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ایران

³ کارشناس پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی زابل، بیمارستان امیرالمومنین(ع)، زابل، ایران

⁴ کارشناس ارشد مراقبت‌های ویژه، دانشکده پرستاری و مامایی حضرت فاطمه زهرا(س)، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، ایران

⁵ کارشناس مامایی، شبکه بهداشت و درمان خاش، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، ایران

چکیده:

پرستاران بزرگترین گروه حرفه ای در سیستم مراقبت های بهداشتی و درمانی هستند که می توانند الگوی ایده آل برای ارتقاء سلامت بیماران باشند. اما دانش پرستاران در زمینه ارتقاء سلامت به خود مراقبتی در خود آن ها منجر نمی گردد. سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامت یک عامل تعیین کننده مهم وضعیت سلامت در پرستاران است و سلامت پرستاران بر سلامت بیماران اثر می گذارد. بهبود کیفیت مراقبت های پرستاری یکی از موضوعات چالش برانگیز سالهای اخیر نظام سلامت می باشد. سبک زندگی و رفتارهای ارتقا سلامت با کمیت و کیفیت مراقبت رابطه دارد. پرستاران نقش اساسی در ارتقا سلامت عمومی مردم دارند شاید یکی از عوامل تاثیرگذار بر کیفیت مراقبت پرستاری، توانمندی پرستاران برای برخورداری از کنترل بیشتر بر بهبود و حفظ سلامتی شان باشد.

هدف این مطالعه مروری پاسخ به این سوال است که سبک زندگی رفتارهای ارتقاءدهنده سلامتی در پرستاران ایرانی چگونه است و چه نقشی در رضایت مندی بیماران دارد؟

منابع داده ها: برای انجام این پژوهش مروری ابتدا با استفاده از سیستم MeSH کلیدواژه های ارتقاء سلامت، شیوه زندگی، پرستار، رفتار و ایران (Health promotion, Lifestyle, Nurse, Behavior, Iran) بازیابی و سپس به دو زبان انگلیسی و فارسی در بانک های اطلاعاتی PubMed, Web of Science, Google Scholar, Scopus, SID و Magiran در بازه زمانی پانزده ساله

(1387-1401) و (2008-2023) جستجو شدند. مقالات ارائه شده در همایش ها و کنفرانس ها حذف گردید. پس از جستجوی الکترونیک تعداد 12 مقاله بازیابی شد

ترکیب مطالب و نتایج: یافته ها نشان دادند که کمترین نمره سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامتی در حیطه فعالیت فیزیکی و بیشترین نمره در دو حیطه تغذیه و رشد معنوی مشاهده شد. پرستاران به عنوان بزرگترین گروه ارائه دهنده خدمات در نظام سلامت، شیوه زندگی مطلوبی ندارند. همچنین عملکرد پرستاران به ویژه در حیطه فعالیت جسمانی ضعیف بود.

نتیجه گیری: با توجه به نتایج، مدیران پرستاری با حمایت از برنامه های آموزشی در بیمارستان و تاکید بر ابعاد مختلف سلامتی می توانند پرستاران را در دستیابی به تندرستی حمایت کنند.

با توجه به نمرات پایین پرستاران در فعالیت فیزیکی و مدیریت تنش، بهبود رفتارهای ارتقا سلامتی بویژه در ابعاد مدیریت تنش و فعالیت فیزیکی از طریق اجرای برنامه های آموزشی سبک زندگی سالم در پرستاران توصیه می گردد. با توجه به میانگین نمره کل رفتارهای ارتقا دهنده سلامت کسب شده توسط پرستاران موردپژوهش، رفتارهای سلامتی ایشان در سطح قابل قبول قرار می گیرد. پایین بودن سطح فعالیت فیزیکی در پرستاران، لزوم اجرای برنامه های آموزش سلامت با تاکید بر فعالیت فیزیکی در بین ایشان را تاکید می نماید.

کلمات کلیدی: ارتقا، سلامتی، پرستاران