



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی گیلان

## فرم ترجمان دانش

دانشکده پرستاری - مامایی شهید بهشتی رشت

**عنوان طرح:** بررسی ارتباط بین سبک زندگی مادر و اضطراب بارداری در زنان مراجعه کننده به مرکز آموزشی، درمانی و پژوهشی الزهرا شهر رشت در سال ۱۴۰۲-۱۴۰۱

**مجری طرح و همکاران:** دکتر منا رهنوردی، دکتر زهرا بستانی خالصی، دکتر سامان معروفی زاده، فاطمه قاسمیان

**مخاطبان:** ارائه دهندگان خدمت از جمله مراقبین سلامت، ماماها و پزشکان

### مهمترین یافته ها و کاربرد آنها:

نتایج مطالعه حاضر نشان داد که میانگین نمره سبک زندگی واحدهای پژوهش در حد مطلوب بود درحالیکه میانگین نمره اضطراب بارداری پایین تر از حد متوسط بود. در تحلیل های تک متغیره همبستگی منفی معنی دار در حد ضعیف بین نمرات اضطراب بارداری و نمره کل سبک زندگی مادر وجود داشت. همچنین در تحلیل های چندمتغیری، با کنترل متغیرهای فردی، اجتماعی و باروری، با افزایش نمره کل سبک زندگی زنان باردار، نمره اضطراب بارداری آنها به صورتی معنی دار کاهش یافت. لذا ارائه دهندگان خدمت می توانند از طریق شناسایی ابعاد مختلف سبک زندگی زنان در دوران بارداری و آموزش سبک زندگی سالم از بروز اضطراب بارداری جلوگیری نموده و سبب کاهش پیامدهای اضطراب در زنان شوند. همچنین نتایج مطالعه حاضر می تواند دست مایه مطالعات آتی برای بررسی روش های کاربردی و موثر به منظور ارتقا سبک زندگی زنان باردار و نیز کاهش اضطراب آن ها باشد.

**کلید واژه ها:** سبک زندگی، اضطراب، بارداری