



فرم ترجمان دانش

دانشکده پرستاری - مامایی شهید بهشتی رشت

**عنوان طرح:** بررسی تاثیر آموزش مبتنی بر نرم افزار تلفن همراه بر کیفیت زندگی و نشانه های یائسگی در زنان مراجعه کننده به مرکز آموزشی، درمانی و پژوهشی الزهرا (س)

**مجری طرح و همکاران:** دکتر فاطمه جعفرزاده کنارسری، دکتر زهرا بستانی خالصی، دکتر سامان معروفی زاده، مائده مزروعی

**مخاطبان:** ارائه دهندگان خدمات سلامت (ماماها/متخصصین زنان/پرستاران)، جامعه زنان و بویژه زنان یائسه، مدیران و سیاست گذران حوزه بهداشت و درمان

#### مهمترین یافته ها و کاربرد آنها:

براساس نتایج مطالعه حاضر، میانگین نمره کیفیت زندگی زنان در تمام حیطه های وازوموتور، روانی-اجتماعی، جسمی و جنسی در گروه آزمون بعد از مداخله به صورتی معنی دار کاهش یافت. با توجه به این که کاهش نمرات حیطه های مقیاس کیفیت زندگی در زنان یائسه نشان دهنده شدت کمتر نشانه های یائسگی و بهبود سطح کیفیت زندگی زنان می باشد، لذا می توان نتیجه گرفت که آموزش با استفاده از نرم افزار تلفن همراه بر کلیه حیطه های کیفیت زندگی زنان اثرات مطلوبی داشت. همچنین میانگین نمره کل نشانه های یائسگی و حیطه های وازوموتور، روانی (اضطراب و افسردگی) و جسمی در گروه آزمون بعد از مداخله به صورتی معنی دار کاهش یافت. در حالیکه در حیطه جنسی، تفاوت معنی داری بین میانگین نمرات پیش و پس از مداخله در گروه آزمون یافت نشد. از نتایج مطالعه حاضر می توان برای آموزش زنان یائسه توسط ماماها و مراقبین سلامت جهت مدیریت بهتر نشانه های یائسگی، ارتقای سطح سلامت زنان جامعه و بهبود کیفیت زندگی آنان استفاده نمود. همچنین مدیران و سیاست گذاران حوزه بهداشت و درمان می توانند پروتکل هایی مبنی بر استمرار اجرای این قبیل از برنامه های آموزشی در زنان میانسال، با استفاده از روش های آموزشی نوین از جمله نرم افزارهای آموزشی قابل نصب بر تلفن های همراه تصویب نمایند. به علاوه با توجه به عدم تاثیر این روش آموزشی در بهبود نشانه های جنسی زنان یائسه، لزوم اجرای پژوهش های بیشتری در این زمینه و مقایسه روش های آموزشی تلفیقی با این روش آموزشی احساس می گردد.

**کلید واژه ها:** زنان، یائسگی، کیفیت زندگی، آموزش مبتنی بر تلفن همراه، نرم افزار تلفن همراه