



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی گیلان

فرم ترجمان دانش

دانشکده پرستاری - مامایی شهید بهشتی رشت

عنوان طرح: مقایسه کیفیت خواب و عوامل مرتبط با آن در افراد دیابتی و سالم در جمعیت کوهورت گیلان در سال ۱۴۰۰-

۱۳۹۹.

مجری طرح و همکاران: دکتر فرحناز جوکار، دکتر عاطفه قنبری خانقاه، دکتر سامان معروفی زاده، سودابه سادات خوش گفتار.

مخاطبان: کادر درمان و ارائه دهندگان خدمات سلامت، سیاست گذاران و مجریان حوزه سلامت و بیماران مبتلا به دیابت.

مهمترین یافته ها و کاربرد آنها:

طبق یافته ها شیوع کیفیت خواب افراد مبتلا به دیابت در مقایسه با افراد غیر مبتلا تفاوتی نداشت. افراد مبتلا به دیابت در مقایسه با افراد سالم، کیفیت خواب پایین تری در مؤلفه های تأخیر در به خواب رفتن، طول مدت خواب مفید و کفایت خواب و کیفیت خواب بالاتری در مؤلفه های اختلالات خواب و اختلال در عملکرد روزانه داشتند. تفاوت آماری معنی داری از نظر مؤلفه های کیفیت ذهنی خواب و استفاده از داروهای خواب آور وجود نداشت.

با توجه به تاثیر متغیرهای مختلف همانند سن، جنس، نمایه توده بدنی، مصرف دخانیات و الکل، زندگی روستایی، بیماری زمینه ای و پرفشاری خون که منجر به کیفیت خواب پایین در افراد مبتلا به دیابت می گردد، شایان ذکر است که با آموزش های لازم به افراد مبتلا به دیابت و نیز آموزش به کارکنان درمانی که مسئولیت مراقبت از این بیماران را به عهده دارند، در جهت تغییر یک سری عوامل زمینه ساز همانند رعایت رژیم غذایی و تحرک کافی، ترک مصرف دخانیات و الکل می توان به افزایش کیفیت خواب این بیماران کمک کرد.

کلید واژه ها: کیفیت خواب، دیابت نوع ۱، دیابت نوع ۲.