



غلبه بر دیابت با ابزارهای ارتباطی

دیابت به علت عوارض دیررس و خطرناکش، روزه‌روز توجه بیشتری را به خود معطوف می‌کند و میلیون‌ها نفر را در سراسر جهان درگیر کرده است. پژوهشگران کشور برای مقابله با این بیماری، بهبود توانایی خودمراقبتی بیماران از طریق وسایل الکترونیکی را توصیه کرده‌اند.

دیابت به علت عوارض دیررس و خطرناکش، روزه‌روز توجه بیشتری را به خود معطوف می‌کند و میلیون‌ها نفر را در سراسر جهان درگیر کرده است. پژوهشگران کشور برای مقابله با این بیماری، بهبود توانایی خودمراقبتی بیماران از طریق وسایل الکترونیکی را توصیه کرده‌اند.

به گزارش ایسنا، دیابت نوع دو، یکی از تهدیدهای اصلی برای سلامت انسان در قرن حاضر است. این بیماری به یکی از معضلات سلامت جهانی و علت عمده مرگ و میر و ناتوانی تبدیل شده است. هرساله بیش از ۷ میلیون نفر در سرتاسر دنیا به دیابت مبتلا می‌شوند و بیش از ۲.۸ میلیون مرگ ناشی از دیابت روی می‌دهد. بر اساس مطالعات صورت گرفته، تعداد بیماران دیابتی در ایران در سال ۲۰۱۰، حدود ۳ میلیون نفر بوده و تا سال ۲۰۳۰، دو برابر می‌شود.

به اعتقاد متخصصان، یکی از دلایل حاصل نشدن موفقیت و نتایج درمانی مطلوب در بیماران دیابتی، کمبود مشارکت آن‌ها در کنترل بیماری است؛ چراکه بیماران مبتلا به دیابت و خانواده آن‌ها نیازمند یادگیری و تمرین مهارت‌های سبک زندگی جدید هستند. نکته مهمی که در مورد بیماران مبتلا به دیابت اهمیت فراوان دارد، این است که میزان دانش و نوع نگرش افراد نسبت به این بیماری نقش بسزایی در کنترل آن دارد. اما پیشرفت روزافزون تکنولوژی ارتباطات می‌تواند این امکان را فراهم کند تا بیماران دیابتی، نوع جدیدی از ارتباط، مراقبت و آموزش را دریافت کنند و تعادل دوسویه بین بیمار و مراقبت‌کنندگان افزایش یابد.

در همین خصوص، پژوهشگرانی از واحد آموزش سلامت معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بابل، به انجام مطالعه‌ای پرداخته‌اند که در آن تأثیر آموزش الکترونیک بر رفتار خودمراقبتی افراد مبتلا به دیابت نوع دو مورد بررسی و ارزیابی واقع شده است.

در این تحقیق، ۱۸۰ بیمار مبتلا به دیابت از بین بیماران مراجعه‌کننده به انجمن دیابت شهرستان بابل مشارکت داشتند. این بیماران به طور تصادفی به دو گروه ۹۰ نفره «آزمون» و «کنترل» تقسیم شدند که با یکدیگر تماسی نداشتند. سپس برای گروه آزمون از طریق پست الکترونیک، تماس تلفنی و پیامک یک سلسله آموزش مرتبط انجام شد. قبل و بعد از مداخله آموزشی نیز، با استفاده از پرسشنامه چکیده فعالیت‌های خودمراقبتی بیماران دیابتی، میزان انجام خودمراقبتی در بیماران فوق مورد سنجش واقع شد.

نتایج حاصل از مطالعه فوق نشان داد که پدیده آموزش الکترونیکی به کمک ابزارهای مختلف، بر خودمراقبتی افراد مبتلا به دیابت در زمینه کنترل بیماری آن‌ها تأثیر مثبت دارد، به طوری که بر میانگین نمره خودمراقبتی افزوده شد و سطح مراقبت از خود در افراد بهبود یافت.

از این رو طبق نظر مجریان این پژوهش، برای ارتقای رفتارهای خودمراقبتی و افزایش سلامت مبتلایان به دیابت نوع دو، انجام مداخلات آموزشی ارتقایی در این زمینه از طریق انجمن‌های دیابت و مراکز بهداشتی درمانی ضروری است.

در این زمینه، حسن حیدری، محقق دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بابل و همکارانش در خصوص نتایج پژوهش خود می‌گویند: «یافته‌های مطالعه ما نشان داد که بین میانگین نمرات خودمراقبتی قبل از آموزش و سه ماه بعد از آموزش، از نظر آماری تفاوت معنی‌داری وجود دارد. بر این اساس، وجود این آموزش‌ها در بیماران گروه آزمون باعث بهبود وضعیت خودمراقبتی آن‌ها شد. این در حالی است که گروه کنترل که چنین آموزش‌هایی را دریافت نکرد، از لحاظ وضعیت خودمراقبتی دچار افت شد. با آموزش خودمراقبتی، بیماران قادر خواهند بود بیماری خود را تا حدود زیادی کنترل کنند.»

به گفته محققان فوق که نتایج پژوهش آن‌ها در فصل نامه آموزش بهداشت و ارتقا سلامت ایران وابسته به انجمن علمی آموزش بهداشت و ارتقا سلامت ایران منتشر شده است: «آزادجایی که آموزش الکترونیک بر خودمراقبتی افراد مبتلا به دیابت در کنترل بیماری تأثیر مثبت دارد، می‌توان از این نوع آموزش برای بیماری‌های دیگر نیز استفاده کرد و با

استفاده از جذابیت های ارتباطات الکترونیک افراد بیمار را به این نوع آموزش ها و درنهایت زندگی علاقه مند کرد».