

دراسة مشاكل التغذية بين مراهقي المدارس

في محافظة القليوبية

توطئة للحصول على درجة الماجستير

في تمريض الصحة العامة

مقدم من

إبتسام محمد عبد العال

بكالوريوس تمريض

معيدة بقسم تمريض الصحة العامة

تحت إشراف

أ.د/ نوال محمود سليمان

أستاذ تمريض صحة المجتمع

كلية التمريض

جامعة عين شمس

أ.د/ محمود فوزي الجندى

أستاذ طب المجتمع والبيئة وطب

الصناعات

كلية طب بنها

جامعة الزقازيق

أ.د/ عبد الرحيم سعد شولج

أستاذ الصحة العامة

كلية طب بنها

وعميد كلية التمريض ببنها

جامعة الزقازيق

د/ هويدا صادق عبد الحميد

مدرس تمريض صحة المجتمع

كلية التمريض ببنها

جامعة الزقازيق

كلية التمريض

جامعة الزقازيق - فرع بنها

2004

الملخص العربي

مقدمة

فترة المراهقة هي المرحلة التطورية الوحيدة بين الطفولة والشباب حيث تشمل سلسلة من التغيرات الجسمانية والفسولوجية والكيميائية والهرمونية والنفسية التي تحدث خلال هذه الفترة العمرية من النمو ولذلك فإن الاحتياج للطاقة والغذاء يزداد لكي يوافق النمو الطبيعي لهذه الفترة كما تؤثر هذه التغيرات أيضاً على شكل اختيار وتناول الأطعمة.

* أهداف الرسالة

تهدف الرسالة إلى معرفة معلومات واتجاهات وممارسات الطلاب في المدارس الثانوية تجاه التغذية وكذلك معرفة العوامل التي تؤدي إلى مشاكل التغذية بين الطلاب في سن المراهقة .

طريقة البحث

أجريت هذه الرسالة في محافظة القليوبية حيث أخذت عينة عشوائية من المدارس الثانوية في الحضر والريف متمثلة في (بنها - طوخ - كفر شكر وشبين القناطر) حيث احتوت العينة على ذكور وإناث في الصف الأول الثانوى من بين اللذين لا يعانون من أى مشاكل عضوية .

أدوات البحث .

صممت استمارتان للبحث الأولى وتشمل جزئين هما :-

الجزء الاول:- البيانات الشخصية والاجتماعية للطلاب .

الجزء الثانى:- معلومات واتجاهات وممارسات الطلاب تجاه التغذية .

الثانية وتشمل .

الحالة الصحية للطلاب من حيث الطول والوزن - سلامة الأسنان - ونسبة الهيموجلوبين الخ.

وأخذت عينة استكشافية مكونة من عشرون طالباً من المدارس الثانوية لاختبار صلاحية الاستمارة ولعمل أى تعديل .

نتائج البحث :-

احتوت عينة البحث على اقل من النصف (49.5%) ذكور و اكثر من النصف إناث (50.5 %) إناث و (53%) منهم فترة صباحية ، (47 %) منهم فترة مسائية " بعد الظهر " . وأظهرت النتائج أن أكثر من ثلثى الطلاب لديهم دخل شهري (أسرى) أكثر ≤ 400 جنيه مصرى وهذا الدخل مرتفع نسبياً فى الحضر عنه فى الريف. وان أكثر من ثلاثة ارباع الطلاب ينفقون أكثر من أو يساوى نصف الدخل تقريباً على الغذاء. وأن البيئة الغذائية ومحتويات المنزل أفضل فى الحضر عنها فى الريف .

وطبقا للحالة الصحية للطلاب فإن متوسط الطول ، حالة الأبصار وسلامة الأسنان ونسبة الهيموجلوبين بين الذكور أفضل منها فى الإناث كما أوضحت النتائج أن أكثر من نصف الطلاب لا يعرفون معلومات كافية عن المراهقة من حيث تعريفها ، مراحلها ، متى تبدأ لدى الذكور ولدى الإناث وكذلك الاحتياجات الغذائية اللازمة لتلك الفترة . وهذه النسبة لا تختلف كثيراً بين الذكور والإناث وكذلك بين الحضر والريف .

كما أظهرت النتائج أيضاً ضعف معلومات الطلاب عن أمراض سوء التغذية من حيث تعريفها وأسبابها وأعراضها وطرق الوقاية منها حيث أن اكثر من نصف الطلاب ليس لديهم المعلومات الكافية وأن نسبة (15 - 20 %) فقط هم اللذين لديهم معلومات جيدة عن أمراض سوء التغذية. على الرغم من أن معظم الطلاب

(80%) يمكنهم تصنيف مجموعات الغذاء وتكوين وجبات غذائية كاملة بشكل مقبول وجيد وكذلك تؤثر الحالة الاقتصادية على معلومات الطلاب تجاه التغذية حيث أوضحت النتائج انه يوجد اختلاف بسيط بين معلومات الطلاب الذكور والإناث وكذلك الحضر والريف.

وطبقا لاتجاهات وممارسات الطلاب أوضحت النتائج أن الاتجاهات والممارسات افضل نسبيا فى الحضر عن الريف وكذلك فى الإناث عن الذكور كما أوضحت أيضا انه نسبة الهيموجلوبين افضل كلما كانت الاتجاهات والممارسات افضل.

كما أوضحت النتائج أيضا أن ثلاثة أرباع طلاب العينة يتناولون الثلاث وجبات يوميا ، (49.5 %) من طلاب العينة يتناولون غذائهم بانتظام ، (41 %) منهم يتناولونه بكميات كافية.

وقد أشارت النتائج إلى انه لا يوجد تأثير لكل من وجبة الإفطار والشاي وتناول الماء وسط الطعام أو بعده مباشرة ودخل الأسرة وميزانية الغذاء من الدخل الشهري وعدد أفراد الأسرة على نسبة الهيموجلوبين لهؤلاء الطلاب.

*** أهم توصيات البحث**

تثقيف غذائى لطلاب المرحلة الثانوية ويجب ان يكون سهل وواضح من خلال كتيبات أو لوحات إرشادية.

تدريس المعلومات الخاصة بنمو وتطور المراهقين من خلال المناهج الدراسية.