

# Obesity among female secondary school students and its impact on quality of life in Benha city

Monna Ahmed Abdel Baky Elawady

أن السمنة ظاهرة طبيعية ناتجة عن زيادة تخزين الدهون في الجسم مما يؤدي إلى زيادة معيار كتلة الجسم أكثر من 25 كجم/م<sup>2</sup>. وتعتبر حالة مزمنة تؤثر عالمياً على أكثر من 300 مليون شخص بالغ وتم تشخيص 30 مليون شخص أكلينيكيا. وتشمل العوامل المؤثرة على السمنة عوامل شخصية وبيئية التي تتضمن عواملوراثية، نفسية، عوامل لها علاقة بالنشاط الرياضي ومستوى المعيشة وطريقة التغذية وغيرها. وقد ارتبطت العديد من الأمراض الخطيرة بالسمنة مثل البول السكري، ضغط الدم، أمراض القلب والأوعية الدموية والتي تتعارض مع الحياة الاجتماعية، الوظيفية، النفسية والجسدية. تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على السمنة بين طالبات المدارس الثانوية بينها وتأثيرها على جودة الحياة لديهم والعرض لبعض العوامل التي تساعد على زيادة السمنة وأيضاً تحديد حجم المشكلة وتواجدها والتخطيط لمشروع شامل لتحسين صحة التلاميذ الذين يعانون المشكلة لزيادة ادائهم الاجتماعي والدراسي. وتضمنت الدراسة 604 طالبة من طالبات مدارس بنها الثانوية الآتية:- مدرسة الشيماء الثانوية للبنات. - مدرسة أم المؤمنين الثانوية للبنات. - مدرسة بنها الثانوية للبنات. وقد تم اجراء مقابلة مع التلاميذ وباستخدام استبيان يشمل بيانات شخصية، ديموغرافية، اجتماعية، تقييم الأداء الرياضي والاجتماعي للطالبات. كما يشمل الاستبيان أسئلة حول العادات الغذائية والنشاط الرياضي، وما إذا كانت الطالبة تعاني من أمراض نفسية أو جسمانية أو تناول أي دواء. وخضعت كل طالبة لقياس الوزن، الطول ومحيط الوسط والأرداف. توطئه لحساب معيار كتلة الجسم. أظهرت الدراسة أن معدل زيادة الوزن والسمنة بين الطالبات المشاركات في الدراسة بلغ نسبة 19.9% و 4.3% بالترتيب، بينما وجد أن نسبة الوزن الطبيعي بين الطالبات هي 75.8%. وتم تصنيف الطالبات في هذه الدراسة وفقاً للسن، مكان الاقامة وقد وجد أن 51.3% من الطالبات المشاركات في الدراسة ينتمين إلى الحضر في حين بلغت نسبة الطالبات الريفيات 48.7%. ووفقاً للمستوى الاجتماعي إلى: طالبات ذات مستوى اجتماعي مرتفع وطالبات ذات مستوى متوسط وأخريات ذات مستوى منخفض. وقد ادى معظم الطالبات ذوات الوزن الزائد بوجود تاريخ سابق للسمنة بالعائلة وأن أمهاتهم وأبائهم من العاملين وقد وجد أن 77.4% من الطالبات ذوات الوزن الزائد يتناولون الوجبات في أوقات غير منتظمة وغالباً خارج المنزل (61%). يعد المظهر الحيد للطعام والشعور بالملل من أكثر اسباب زيادة تناول الطعام. وقد تبين من الدراسة أن 19.2% فقط من الطالبات اللاتي تعانين من زيادة الوزن والسمنة قد حصلن على تقدير امتياز في اسئلة العادات الغذائية بينما 42.5% و 6.8% حصلوا على تقدير ضعيف أو اقل من الضعيف بالتتابع وقد ارتبطت زيادة الوزن بتناول السكر، والمشروبات الغازية. قد قسمت الدراسة الطالبات المشاركات واللاتي تعانين من زيادة الوزن والسمنة وفقاً لمعارضة النشاط الرياضي إلى نشاط بسيط 31.5% متوسط 4.1% نشاط رياضي عنيف 6.9% بينما 57.5% منهم لا يمارسن أي نشاط رياضي . كمانعد وسيلة المواصلات المستخدمة وعدد ساعات الجلوس والنوم معايير أخرى للنشاط الرياضي. كما تعد المشاكل النفسية من أكثر الامراض التي تعانين منها الطالبات ذوات الوزن الزائد وباستخدام مقياس الاكتئاب تم تقسيم الطالبات ذوات الوزن الزائد إلى درجات منخفض ، متوسط ، حاد بالنسبة الآتية 20.6% ، 4.1% ، 2.7% ، 4.1% ، بينما 72.6% لا تعانين من الاكتئاب. أظهرت الدراسة أن 17.8% من الطالبات ذوات الوزن الزائد يتناولن ادوية تقلل الشهية بينما 6.2% و 3.4% تناولن مضادات للاكتئاب وكورتيزون بالتناوب . وقد تأثرت العلاقة بين الطالبات اللاتي تعانين من زيادة الوزن والسمنة وبين وآمهاتهم وأبائهم حيث وصلت نسبة الطالبات اللاتي تشعرون باللوم الدائم من امهاتهم وآبائهم 13.7%

9.6 % بالتتابع . وقد بلغت نسبة الطالبات ذوات الوزن الزائد واللاتى تتساجرن مع زميلاتهن وأخواتهن فى المنزل 4.1% و 20.6% بالتتابع كما بلغت نسبة الطالبات ذوات الوزن الزائد اللاتى ترفضن اللعب مع زميلاتهن وأخواتهن 15.1 % و 10.9 % بالتتابع . أظهرت الدراسة أن نسب الطالبات اللاتى تعانين من زيادة الوزن والسمنة وكانت آخر تقديراتهن من 65% 74.9%-75% ، 74.9%-84.9% &  $\leq 85\%$  قد بلغت 26% ، 14% & 7.5% بالترتيب، وتعد هذه النسب أقل كثيراً من زميلاتهن الغير سمينات. كما أن نسبة الطالبات الحاصلين على آخر تقديراتهن من 50%-64.9 % قد بلغت 52.1% بينما زميلاتهن الغير سمينات قد وصلت نسبتهم 37.5%. وقد بلغت نسبة الرسوب بين الطالبات اللاتى تعانين من زيادة الوزن والسمنة 1.4%. تبين من الدراسة ان معظم الطالبات اللاتى تعانين من زيادة الوزن والسمنة قد سجلن غياباً شهرياً عن المدرسة لمدة يوم او اكثراً وقد بلغت نسبتهم 83.5% بينما 1.4% فقط لم يسجلن اي غياب . مما تقدم نستنتج ان مشكلة السمنة تهدد الفتيات من مختلف النواحي الادراكية ، النفسية والبدنية ، مما يستوجب وضع خطة شاملة لتحسين حياة الطالبات اللاتى تعانين من زيادة الوزن والسمنة .