

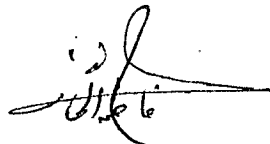
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

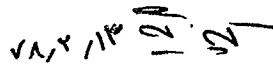
نمونه فرم تأیید به اعضای هیات داوران مندرج در پایان نامه کارشناسی ارشد

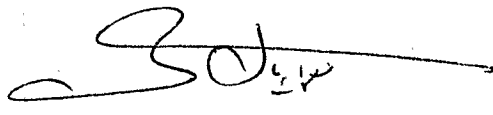
پدینوسبیله پایان نامه کارشناسی ارشد خانم/آقای..... پروانه خواسانساری..... تحت عنوان
بررسی تاثیر برنامه مشاوره با دختران بر عملکرد مادرانشان در پیشگیری از فقر آهن در دختران نوجوان در
دبیرستانهای شمال شهر اصفهان

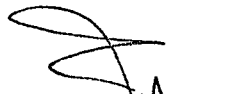
تقدیم می شود. اینجایان نسخه نهائی این پایان نامه را از نظر فرم و مخنوی بررسی و تأیید کرده و پذیرش آنرا
برای تکمیل درجه کارشناسی ارشد پیشنهاد می کنیم.

نام و نام خانوادگی و امضاء اعضای هیات داوران :

۷۸/۲/۱۳  سرکار خانم الحانی (استاد راهنما)

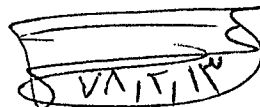
۷۸/۲/۱۳  جناب آقای دکتر کیمیاگر (استاد مشاور)

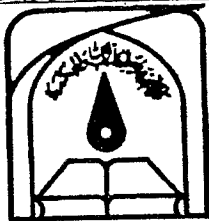
 سرکار خانم معماریان (استاد ناظر)

 سرکار خانم سیدباقرمداح (استاد ناظر)

 سرکار خانم غفاریپور (استاد ناظر)

 سرکار خانم انوشه (استاد ناظر)

 جناب آقای دکتر غفرائیپور (نماینده تحصیلات تکمیلی)



دانشگاه تربیت مدرس
دانشکده علوم پزشکی

پایان نامه

برای دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته آموزش پرستاری
«گرایش بهداشت جامعه»

عنوان پایان نامه

بررسی تأثیر برنامه مشاوره با دختران نوجوان بر عملکرد
مادرانشان در پیشگیری از فقر آهن دختران
دبیرستانهای شمال شهر اصفهان
در سال تحصیلی ۷۸-۱۳۷۷

نگارش

پروانه خراسانی

استاد راهنما

سرکار خانم فاطمه الحانی

اساتید مشاور

جناب آقای دکتر مسعود کیمیاگر

سرکار خانم ربابه معماریان

بهار ۱۳۷۸



تاریخ:

پیوست:

آیین‌نامه چاپ پایان‌نامه (رساله) های دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس

نظر به اینکه چاپ و انتشار پایان‌نامه (رساله) های تحصیلی دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس مبین بخشی از فعالیت‌های علمی - پژوهشی دانشگاه است، بنابراین به منظور آگاهی و رعایت حقوق دانشگاه، دانش‌آموختگان این دانشگاه نسبت به رعایت موارد ذیل متعهد می‌شوند:

ماده ۱. در صورت اقدام به چاپ پایان‌نامه (رساله) ی خود، مراتب را قبلاً به طور کتبی به مرکز نشر دانشگاه اطلاع دهد.

ماده ۲. در صفحه سوم (پس از برگ شناسنامه)، عبارت ذیل را چاپ کنید:

«کتاب حاضر، حاصل پایان‌نامه کارشناسی ارشد نگارنده در رشته آموزش پرستاری است. که در سال ۱۳۷۸ در دانشکده علوم پزشکی دانشگاه تربیت مدرس به راهنمایی سرکار خانم فاطمه الحانی و مشاوره جناب آقای دکتر مسعود کیمیاگر و سرکار خانم ربابه معماریان از آن دفاع شده است.»

ماده ۳. به منظور جبران بخشی از هزینه‌های نشریات دانشگاه تعداد یک درصد شمارگان کتاب (در هر نوبت چاپ) را به مرکز نشر دانشگاه اهدا کند، دانشگاه می‌تواند مازاد نیاز خود را به نفع مرکز نشر در معرض فروش قرار دهد.

ماده ۴. در صورت عدم رعایت ماده ۳، ۵۰٪ بهای شمارگان چاپ شده را به عنوان خسارت به دانشگاه تربیت مدرس، تأدیه کند.

ماده ۵. دانشجو تعهد و قبول می‌کند در صورت خودداری از پرداخت بهای خسارت، دانشگاه می‌تواند خسارت مذکور را از طریق مراجع قضایی مطالبه و وصول کند؛ به علاوه به دانشگاه حق می‌دهد به منظور استیفای حقوق خود، از طریق دادگاه، معادل وجه مذکور در ماده ۴ را از محل توقیف کتابهای عرضه شده نگارنده برای فروش، تأمین نماید.

ماده ۶. اینجانب پروانه خراسانی دانشجوی رشته پرستای مقطع کارشناسی ارشد

تعهد فوق و ضمانت اجرایی آن را قبول کرده، به آن ملتزم می‌شوم.

خراسانی

کلیه حقوق اعم از چاپ و تکثیر، نسخه برداری، ترجمه،
اقتباس و ... از پایان نامه کارشناسی ارشد برای دانشگاه تربیت
مدرس محفوظ است. نقل مطالب با ذکر مأخذ بلامانع است.

تقدیم به :

تمامی پویندگان راستین طریق دانش و تقوی
آنان که در عرصه عمل رضایت خالق را طالبند.

«پر رهرو باد راهشان»

پدر بزرگوار و مادر مهربان و فداکارم

که نهال بالندگی ام ریشه در کوششهای صادقانه،

مساعدهت‌های بی دریغ و تشویق‌های گرمشان دارد.

«مشعل تابناک حیاتشان همواره فروزان»

همسر بردبار و مهربانم

که آینه تمام‌نمای پاکی، صداقت و محبت است.

خواهر مهربان،

و برادران عزیزم

که در سختی‌ها و مشکلات همواره یاور و مشفق من بوده و خواهند بود.

«توفیق الهی رفیق راهشان»

آرش، آرزو و دیگر فرزندان این مرز و بوم

که آینده روشن ایران اسلامی را در شکوفایی آنان می‌نگرم.

«بهار عمرشان جاودان»

تقدیر و سپاس

حمد و سپاس ایزد یکتا را سزاست که در سایه الطاف و عنایات بیکران او توفیق کسب فیض از محضر اساتید، همکاران و دوستان عزیز نصیب گردید تا با کمک آنان گمی هر چند کوچک در اعتلای سلامت جامعه برداشته باشیم.

به این ترتیب مراتب سپاس و امتنان خود را نثار آنان می‌کنم که انجام این پژوهش مرهون نظرات ارزشمند و کمکهای بی‌شائبه آنان است:

سرکار خانم الحانیه که با راهنمایی‌های ارزنده و مفید صبر و حوصله و دقت نظرشان در تمامی مراحل پژوهش، همراه و مشوق اینجانب بودند.

جناب آقای دکتر کیمیاگر استاد محترم مشاورم با رهنمودهای ارزشمند و نظرات تخصصی خود در زمینه تغذیه راه را بر من هموار کرده و بر من منت نهادند.

سرکار خانم معماریان در بنمت استاد مشاور دوم، که با سعه صدر و نظرات دقیق و کاربردی خود، سهم به‌سزایی در به انجام رسیدن این پژوهش داشتند.

اساتید محترم دانشکده علوم پزشکی به خصوص دکتر کاظم‌نژاد و آقای محمدی که در زمینه مسائل و مشکلات عدیده آماری از رهنمودهایشان بهره‌مند گردیدم.

جناب آقای دکتر فرهادی که در تأیید تفسیر نتایج آزمایشات خونی و درجه بندی فقر آهن، مساعدت فرمودند. حاج آقا خامی، دکتر هورفر، دکتر جوانمردی و کادر زحمتکش بیمارستان سیدالشهدا به خصوص کارمندان بخشهای هماتولوژی و بیوشیمی آزمایشگاه که مسئولیت انجام آزمایشات خونی این پژوهش را، متقبل شدند.

پدرین

مدیران، دبیران و دانش‌آموزان محترم دبیرستانهای نبوت، علم‌زاده، سلحشور، مکتبی، بنی فاطمه و حافظ که در مراحل اجرایی و نمونه‌گیری از همکاری صمیمانه برخی از آنان بهره‌مند شدم.

سرکار خانم غفارپور، ابطحی، مهندس هرمز دیاری و دیگر همکارانشان در انستیتو تحقیقات تغذیه ایران (اتا)، دکتر پارسا، خانم عبدالهی، خانم خلدی، مهندس مهدی اصفهانی و خانم عطایی (دانشجوی دانشگاه اصفهان) که در تعیین اعتماد و اعتبار ابزار و پاسخگویی به سؤالات تغذیه‌ای، پژوهشگر را یاری نمودند.

اساتید محترم گروه پرستاری، جناب آقای دکتر غفرانی‌پور، خانم انوشه، خانم کرمانشاهی، خانم ونکی، آقای محمدی، آقای ناوی‌پور و آقای احمدی که در مدت تحصیل از محضرشان کسب فضل و دانش نمودم.

مهندس دیوسالار، آقای سلیمانی و خانم‌ها: اسکندری، پناهی، عبدی، اکبری، صدرخانلو، دباغی و دیگر دوستانی که همگی به نحوی در تجزیه - تحلیل اطلاعات و مراحل پایانی، مساعدت فرمودند.

همچنین مادر خوب، پدر مهربان و همسر وفادارم که در مراحل تحصیل و تحقیق همواره با پژوهشگر هم‌قدم، همراه و همدل بوده‌اند.

﴿ فهرست مطالب ﴾

صفحه	عنوان
	چکیده
۱	فصل اول: مقدمه
۲	مقدمه
۱۱	فصل دوم: چهارچوب پنداشتی و مروری بر مطالعات انجام شده
۱۲	۱-۲. چهارچوب پنداشتی
۱۲	۱-۱-۲. فقر آهن
۱۲	۱-۱-۱-۲. تاریخچه آهن
۱۳	۱-۱-۱-۲. مقدار و اشکال مختلف آهن در بدن
۱۳	۱-۱-۱-۲. نقش آهن در بدن
۱۴	۱-۱-۱-۲. تعادل و جذب آهن در بدن
۱۵	الف) عوامل کاهش دهنده جذب آهن
۱۶	ب) عوامل افزایش دهنده جذب آهن
۱۷	۱-۱-۱-۲. انتقال آهن در بدن
۱۷	۱-۱-۱-۲. ذخیره آهن در بدن
۱۷	۱-۱-۱-۲. دفع آهن از بدن
۱۹	۱-۱-۱-۲. مقدار آهن مورد نیاز
۲۰	۱-۱-۱-۲. منابع غذایی آهن
۲۱	۱-۱-۱-۲. علل فقر (کمبود) آهن

۲۲	۱-۱-۱-۲. مراحل فقر آهن
۲۲	الف) مراحل I و II به نام مرحله تخلیه ذخایر آهن
۲۳	ب) مرحله III و IV به نام فقر آهن
۲۳	۱-۱-۱-۲. عوارض و پیامدهای فقر آهن
۲۵	۱-۱-۱-۲. گروههای در معرض خطر کم خونی فقر آهن
۲۸	۱-۱-۱-۲. آزمونهای تشخیصی فقر آهن و کم خونی ناشی از آن
۳۲	۱-۱-۱-۲. درمان کم خونی فقر آهن
۳۳	۲-۱-۲. پیشگیری از فقر آهن
۳۳	۱-۲-۱-۲. تعریف پیشگیری
۳۴	۲-۲-۱-۲. سطوح پیشگیری
۳۵	۳-۲-۱-۲. پیشگیری از فقر آهن
۳۶	الف) مکمل یاری گروههای آسیب پذیر
۳۶	ب) غنی سازی مواد غذایی با آهن
۳۷	ج) آموزش تغذیه صحیح و اصلاح رفتارهای تغذیه ای
۳۸	د) کنترل آلودگی های انگلی و اصلاح رفتارهای غیر بهداشتی
۳۹	۳-۱-۲. عملکرد مادران
۴۰	۱-۳-۱-۲. عملکرد تغذیه ای
۴۰	الف) تعریف سبک، عادات و الگوهای تغذیه ای
۴۲	ب) عملکردهای صحیح تغذیه ای در پیشگیری از فقر آهن
۴۴	ج) بررسی وضعیت تغذیه

۲-۱-۳-۲. عملکرد بهداشتی.....	۴۶
۲-۱-۳-۳. نقش مادر در عملکردهای تغذیه‌ای - بهداشتی.....	۴۷
۲-۱-۴. دختران نوجوان.....	۴۸
۲-۱-۴-۱. فقر آهن در دختران نوجوان.....	۴۸
۲-۱-۴-۲. اهمیت آموزش بهداشت در نوجوانی.....	۴۹
الف) مراحل اصلی در برنامه‌ریزی آموزش بهداشت.....	۵۰
ب) روشها و انواع مختلف برنامه‌های آموزش بهداشت.....	۵۰
۲-۱-۵. مشاوره.....	۵۲
۲-۱-۵-۱. تعریف مشاوره و انواع آن.....	۵۲
۲-۱-۵-۲. نقش پرستار بهداشت جامعه در مشاوره با مددجویان.....	۵۳
۲-۱-۵-۳. روند اجرای مشاوره.....	۵۴
۲-۱-۵-۴. مدل‌های مختلف اجرای مشاوره.....	۵۴
الف) مدل کراکوف.....	۵۴
ب) مدل نلسون - جون.....	۵۵
ج) مدل ایگان.....	۵۵
د) مدل چهارسئوالی.....	۵۶
۲-۱-۵-۵. مهارتها و اصول مشاوره مؤثر.....	۵۶
الف) اصول مشاوره با نوجوانان.....	۵۸
ب) ویژگیهای مشاوره گروهی.....	۵۹
۲-۲. مروری بر مطالعات انجام شده.....	۶۱

۶۱ ۲-۲-۱. مطالعات انجام شده در داخل کشور

۶۷ ۲-۲-۲. مطالعات انجام شده در خارج از کشور

فصل سوم: مواد و روشها ۷۵

۷۶ ۱-۳. اهداف پژوهش

۷۶ ۱-۱-۳. هدف کلی

۷۶ ۲-۱-۳. اهداف ویژه

۷۷ ۲-۳. فرضیه‌های پژوهش

۷۷ ۳-۳. پیش‌فرضهای پژوهش

۷۹ ۴-۳. تعریف واژه‌ها

۷۹ ۱-۴-۳. برنامه مشاوره

۷۹ ۲-۴-۳. دختران نوجوان

۸۰ ۳-۴-۳. عملکرد مادران

۸۰ ۴-۴-۳. پیشگیری

۸۱ ۵-۴-۳. فقراهن

۸۲ ۵-۳. ابزار گردآوری اطلاعات

۸۴ ۶-۳. اعتبار علمی ابزار گردآوری اطلاعات (روایی)

۸۴ ۷-۳. اعتماد علمی ابزار گردآوری اطلاعات (پایایی)

۸۵ ۸-۳. محدودیت‌های پژوهش

۸۶ ۹-۳. نوع پژوهش

۸۷ ۱۰-۳. جامعه پژوهش

صفحه	عنوان
۸۷	۱۱-۳. نمونه پژوهش.....
۸۸	۱۲-۳. مشخصات نمونه‌های پژوهش.....
۸۹	۱۳-۳. محیط پژوهش.....
۸۹	۱۴-۳. روش کار.....
۹۲	۱۵-۳. روش تجزیه و تحلیل اطلاعات.....
۹۲	۱-۱۵-۳. استخراج اطلاعات از داده‌های اولیه.....
۹۴	۲-۱۵-۳. تجزیه تحلیل اطلاعات.....
۹۵	۱۶-۳. ملاحظات اخلاقی.....
۹۶	فصل چهارم: نتایج، بحث، پیشنهادها.....
۹۷	۱-۴. بیان یافته‌ها، جداول و نمودارها.....
۱۲۸	۲-۴. بحث و بررسی یافته‌ها.....
۱۴۱	۳-۴. نتیجه‌گیری نهایی.....
۱۴۳	۴-۴. پیشنهادها.....
۱۴۳	۱-۴-۴. پیشنهادهایی جهت بکارگیری یافته‌های پژوهش.....
۱۴۴	۲-۴-۴. به کارگیری یافته‌های پژوهش در پرستاری.....
۱۴۶	۳-۴-۴. پیشنهادهایی برای پژوهش‌های بعدی.....
۱۴۷	فهرست منابع.....
۱۶۱	ضمائم.....
۲۱۳	چکیده انگلیسی.....

فهرست جداول

عنوان	صفحه
جدول ۱-۲. میزان نیاز روزانه به آهن در سنین مختلف برحسب میلی گرم	۲۰
جدول ۱-۴. توزیع فراوانی مطلق و نسبی نمونه‌های دو گروه انتهای پژوهش	۹۸
جدول ۲-۴. میانگین و انحراف معیار سن، بعد خانوار و سن والدین در دو گروه	۹۸
جدول ۳-۴. توزیع فراوانی مطلق و نسبی رتبه تولد دختران و مقایسه آن در دو گروه	۹۹
جدول ۴-۴. توزیع فراوانی مطلق و نسبی تحصیلات مادر و مقایسه آن در دو گروه	۹۹
جدول ۵-۴. توزیع فراوانی مطلق و نسبی تحصیلات پدر و مقایسه آن در دو گروه	۱۰۰
جدول ۶-۴. توزیع فراوانی مطلق و نسبی شغل مادران و مقایسه آن در دو گروه	۱۰۰
جدول ۷-۴. توزیع فراوانی مطلق و نسبی شغل پدران و مقایسه آن در دو گروه	۱۰۱
جدول ۸-۴. توزیع فراوانی مطلق و نسبی منزل مسکونی و مقایسه آن در دو گروه	۱۰۱
جدول ۹-۴. توزیع فراوانی مطلق و نسبی درآمد خانواده و مقایسه آن در دو گروه	۱۰۲
جدول ۱۰-۴. میانگین و انحراف معیار عملکرد مادران در زمینه پیشگیری از فقر آهن، قبل از مداخله و مقایسه آن در دو گروه	۱۰۳
جدول ۱۱-۴. میانگین و انحراف معیار عملکرد مادران در زمینه پیشگیری از فقر آهن، بعد از مداخله و مقایسه آن در دو گروه	۱۰۳
جدول ۱۲-۴. میانگین و انحراف معیار عملکرد مادران در زمینه پیشگیری از فقر آهن و مقایسه آن قبل و بعد از مداخله در گروه مشاوره	۱۰۴
جدول ۱۳-۴. میانگین و انحراف معیار عملکرد مادران در زمینه پیشگیری از فقر آهن و مقایسه آن قبل و بعد از مداخله در گروه کتابچه آموزشی	۱۰۴
جدول ۱۴-۴. میانگین و انحراف معیار متوسط آهن دریافتی روزانه از رژیم غذایی یک ماهه دختران قبل از مداخله و مقایسه آن در دو گروه (برحسب میلی گرم)	۱۰۵

- جدول ۴-۱۵. میانگین و انحراف معیار متوسط آهن دریافتی روزانه از رژیم غذایی یک ماهه دختران پس از مداخله و مقایسه آن در دو گروه (برحسب میلی گرم)..... ۱۰۵
- جدول ۴-۱۶. میانگین و انحراف معیار متوسط آهن دریافتی روزانه از رژیم غذایی یک ماهه دختران و مقایسه آن قبل و بعد از مداخله در گروه مشاوره (برحسب میلی گرم)..... ۱۰۶
- جدول ۴-۱۷. میانگین و انحراف معیار متوسط آهن دریافتی روزانه از رژیم غذایی یک ماهه دختران و مقایسه آن قبل و بعد از مداخله در گروه کتابچه آموزشی (برحسب میلی گرم)..... ۱۰۶
- جدول ۴-۱۸. توزیع فراوانی مطلق و نسبی فراهمی زیستی آهن رژیم غذایی دختران، قبل از مداخله و مقایسه آن در دو گروه..... ۱۰۷
- جدول ۴-۱۹. توزیع فراوانی مطلق و نسبی فراهمی زیستی رژیم غذایی دختران پس از مداخله و مقایسه آن در دو گروه..... ۱۰۸
- جدول ۴-۲۰. توزیع فراوانی مطلق و نسبی فراهمی زیستی آهن رژیم غذایی و مقایسه آن قبل و بعد از مداخله در گروه مشاوره..... ۱۰۹
- جدول ۴-۲۱. توزیع فراوانی مطلق و نسبی فراهمی زیستی آهن رژیم غذایی و مقایسه آن قبل و بعد از مداخله در گروه کتابچه آموزشی..... ۱۰۹
- جدول ۴-۲۲. میانگین و انحراف معیار شاخصهای خونی فقر آهن قبل از مداخله و مقایسه آنها در دو گروه..... ۱۱۰
- جدول ۴-۲۳. میانگین و انحراف معیار شاخصهای خونی فقر آهن پس از مداخله و مقایسه آنها در دو گروه..... ۱۱۱
- جدول ۴-۲۴. میانگین و انحراف معیار شاخصهای خونی فقر آهن و مقایسه آنها قبل و بعد از مداخله در گروه مشاوره..... ۱۱۲

جدول ۴-۲۵. میانگین و انحراف معیار شاخصهای خونی فقراهن و مقایسه آنها قبل و بعد از مداخله در گروه کتابچه آموزشی.....	۱۱۳
جدول ۴-۲۶. توزیع فراوانی مطلق و نسبی مراحل فقراهن نمونه‌ها و مقایسه آن در دو گروه قبل از مداخله.....	۱۱۴
جدول ۴-۲۷. توزیع فراوانی مطلق و نسبی مراحل فقراهن نمونه‌ها و مقایسه آن در دو گروه پس از مداخله.....	۱۱۵
جدول ۴-۲۸. فراوانی مطلق و نسبی مراحل فقراهن نمونه‌ها و مقایسه آن قبل و بعد از مداخله در گروه مشاوره.....	۱۱۶
جدول ۴-۲۹. مقایسه فراوانی درجات فقراهن نمونه‌ها قبل و بعد از مداخله در گروه مشاوره.....	۱۱۶
جدول ۴-۳۰. فراوانی مطلق و نسبی مراحل فقراهن نمونه‌ها، و مقایسه آن قبل و بعد از مداخله در گروه کتابچه آموزشی.....	۱۱۷
جدول ۴-۳۱. مقایسه فراوانی درجات فقراهن نمونه‌ها قبل و بعد از مداخله در گروه کتابچه آموزشی.....	۱۱۷
جدول ۴-۳۲. معیار رتبه‌بندی عملکرد مادران.....	۱۳۲