

### عنوان: بررسی تاثیر آموزش تغذیه مبتنی بر مدل اعتقاد بهداشتی در کنترل قند خون

#### بیماران دیابتی نوع ۲

**زمینه و هدف:** بیماری دیابت یکی از شایعترین بیماریهای متابولیک غیرواگیر با عوارض ناتوان کننده است که سیر مزمن و عوارض وسیع و مخرب جسمی، اجتماعی و اقتصادی دارد. سبک زندگی و رعایت رژیم غذایی از عوامل مهم در کنترل بیماری دیابت است. لذا مطالعه حاضر با هدف تعیین تاثیر آموزش تغذیه مبتنی بر مدل اعتقاد بهداشتی در کنترل قند خون بیماران دیابتی در شهرستان قاین اجرا گردید.

**مواد و روش:** این مطالعه از نوع کارآزمایی میدانی که بر روی ۱۰۸ بیمار مبتلا به دیابت نوع ۲ که حداقل یکسال تحت درمان بودند، بصورت تصادفی در دو گروه مداخله (۵۴ نفر) و کنترل (۵۴ نفر) در دو مرکز جامع سلامت شهرستان قاین در سال ۱۴۰۰ - ۱۳۹۹ اجرا گردید. اطلاعات به وسیله پرسشنامه محقق ساخته که روایی و پایایی آن تایید شد، طی مصاحبه مستقیم با بیماران در دو نوبت قبل از مداخله و سه ماه بعد از مداخله جمع آوری گردید. داده ها به وسیله نرم افزار SPSS نسخه ۲۰ و آزمون های کای دو، من ویتنی و ویلکاکسون در سطح معنی داری P کمتر از ۰/۰۵ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**نتایج:** بعد از مداخله آموزشی میانگین نمرات آگاهی، حساسیت، منافع و خودکارآمدی درک شده و رفتار تغذیه ای در گروه مداخله و کنترل تفاوت آماری معنی داری نشان دادند ( $P < 0/001$ ). همچنین میانگین قند خون در گروه مداخله  $156/42 \pm 76.55$  میلی گرم در دسی لیتر و هموگلوبین Hb A1C به میزان  $7/2$  واحد بعد از مداخله نسبت به گروه کنترل کاهش پیدا کرد.

**نتیجه گیری:** نتایج نشان داد که مداخله آموزش تغذیه مبتنی بر مدل اعتقاد بهداشتی در کنترل قند خون و هموگلوبین Hb A1C بیماران دیابتی نوع ۲ تاثیرگذار بود. لذا توصیه می شود در سیستم بهداشتی و مراکز به منظور کنترل بیشتر بیماری دیابت، جلسات آموزشی براساس مدل اعتقاد بهداشتی طراحی و اجرا شود.

**کلمات کلیدی:** دیابت نوع دو، مدل اعتقاد بهداشتی، آموزش، تغذیه