



به نام آفریننده قلم



هوا محق



یکی از ضروریات پیشرفت علمی تقویت روحیه پژوهش و جویندگی در دانشجویان است و یکی از موارد مهمی که باید در بحث تحول نظام آموزشی مدنظر قرار گیرد، حذف فرهنگ حفظ محوری و تقویت روحیه تحقیق و تعمیق در علم و دانش است.

مقام معظم رهبری



ششمین کنگره سالانه پژوهشی
دانشجویان علوم پزشکی شمال کشور





برگزارکننده: معاونت پژوهشی و فناوری دانشگاه علوم پزشکی شاهرود - کمیته تحقیقات دانشجویی

ناشر: معاونت پژوهشی و فناوری دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

هیئت تحریریه: میلاد نصیری موسی آبادی، محمود مصطفوی

گرافیک و صفحه آرایی: سرکار خانم فاطمه رمیار



محورهای کنگره:

آموزش بهداشت و سلامت غذا
سلامت غذا، بیماری ها و بهداشت جامعه
عادات تغذیه ایی نامناسب
چاقی، سوء تغذیه و سایر بیماری های
تغذیه ایی در سلامت عمومی
بیوتکنولوژی و سلامت غذایی
بهداشت مواد غذایی و بیماری های
باکتریایی، انگلی و ویروسی
آلاینده های زیست محیطی و ایمنی غذا
دانش تغذیه ای خانواده ها و سلامت مواد غذایی
نقش صنایع غذایی در سلامت جامعه
فلزات سنگین، کودها و آلودگی محصولات کشاورزی
کشاورزی ارگانیک و سلامت جامعه
سلامت محصولات باغی، سبزی و صیفی جات
دام، طیور، آبزیان و صنایع وابسته
بهداشت محیط و ایمنی مواد غذایی
پدافند غیرعامل در حوزه امنیت غذایی
سلامت مواد غذایی و هزینه های درمان
نقش شیر و فراورده های لبنی در سلامت مردم
شیمی و بیوشیمی ریز مغذی و درشت مغذی ها
قوانین و استانداردهای ایمنی غذا و توسعه پایدار
سبک زندگی و عادات غذایی



محوریت ویژه:

ایمنی و بهداشت مواد غذایی از مزرعه تا بشقاب



اعضای شورای راهبردی کنگره

ریاست محترم ششمین کنگره دانشگاه علوم پزشکی شاهرود: دکتر سید عباس موسوی

معاونت پژوهشی و فناوری: دکتر محمدحسن امامیان

نایب رئیس کنگره و سرپرست کمیته تحقیقات دانشجویی:

جناب آقای دکتر محمدحسین ابراهیمی

معاونت آموزشی دانشگاه: دکتر واحدی

معاونت فرهنگی و دانشجویی: جناب آقای محمدیون

معاونت توسعه مدیریت و منابع انسانی: جناب آقای دکتر کلایان

مدیریت روابط عمومی: جناب آقای یوسفی

مدیریت حراست: جناب آقای مصطفوی

مدیریت آمار و فناوری اطلاعات: دکتر محمدحسن امامیان



پیام رییس کنگره و ریاست دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، جناب دکتر عباس موسوی

حقیقت نگار وجود و عدم

به نام خداوند لوح و قلم

نخستین سرآغازهاست

خدایی که داننده رازهاست

در عصری که دانش و نوآوری منبع اصلی رقابت و مزیت استراتژیک رقابت در جهان محسوب می گردد، کسب دانش صرفاً با حضور فیزیکی در مکان های آموزشی میسر نمی باشد. در این شرایط پژوهش و تحقیق عامل مهمی در تولید دانش، دانایی و پیشرفت کشورهاست. به گونه ای که میزان پژوهش های انجام شده در هر جامعه یکی از مهمترین شاخص های توسعه یافتگی آن جامعه به شمار می رود. هدف تحقیق، کشف و گسترش دانش و در حقیقت راهی برای جستجوی آگاهی است. با تحقیق کردن است که به عرصه های جدید علم و دانش می توان پا نهاد و وارد عرصه های ناشناخته شد. چنانچه ما به دنبال یادگیری مادان العمر باشیم، به ناچار باید در مسیری جدیدی گام نهاده و نسبت به باز تعریف رسالت نظام آموزشی با اولویت پژوهش عزم خود را جزم نماییم. پژوهش و تحقیق خاصه در حوزه سلامت می بایست بسترهایی را جهت مطالعه همه جانبه و همسو با نیازهای جامعه از جمله نیازهای سلامت که مشتمل بر باورها و قوانین علمی می شوند، پدید آورد. دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شاهرود که با تجربه برگزاری چهارده دوره سمینار دانش و تندرستی ره توشه گرانسنگی در این وادی اندوخته است، این نوبت توفیق میزبانی ششمین کنگره سالانه پژوهشی دانشجویان علوم پزشکی شمال کشور با محوریت بهداشت مواد غذایی از مزرعه تا سفره دارد. امیدوارم برگزاری این رخداد خجسته پژوهشی بتواند در گسترش و تعمیق فرهنگ در سطوح مختلف بویژه در بین دانشجویان عزیز مؤثر واقع گردد و هر ساله شاهد ارتقای بیش از پیش از این برنامه ها در سراسر کشور و در نظام سلامت باشیم. اینجانب از تلاش تمامی دست اندرکاران محترم اعم از دانشجویان عزیز و همکاران برگزاری ششمین کنگره سالانه پژوهشی دانشجویان علوم پزشکی شمال کشور تشکر می نمایم. همچنین به تمامی دانشجویان میهمان و اعضای محترم هیأت علمی از دانشگاه های شمال کشور که با ارسال تحقیقات خود بر غنای این حرکت پژوهشی افزوده اند خیر مقدم عرض نموده، امیدوارم کلیه برگزارکنندگان محترم در پرتو عنایات خداوند منان با بهره مندی از برکات و فواید این حرکت علمی در راستای تأمین، حفظ و ارتقای سلامت جامعه موفق و مؤید باشند.



پیام سرپرست کمیته تحقیقات دانشجویی، جناب آقای دکتر محمدحسین ابراهیمی:

شکر و سپاس حضرت خالق را که آدمی را به شرف نطق و کمال و توان فراگیری دانش به دیگر مخلوقات امتیاز بخشید، بسیار خرسند و مفتخر هستیم که ششمین کنگره پژوهشی سالیانه دانشجویان علوم پزشکی کشور را با همکاری کمیته کشوری تحقیقات دانشجویی در شاهرود برگزار نماییم، بدون شک برگزاری همچون گردهمایی های علمی بزرگ و ارزشمند، بستر و فرصت مناسبی برای اجتماع و تبادل نظر اساتید، دانشجویان و اندیشمندان به منظور ایجاد انگیزه و ارتقاء دید و بینش و آشنایی هر چه بیشتر دانشجویان و فارغ التحصیلان با پژوهش و قرار گرفتن در مسیر صحیح علمی می باشد. در خاتمه عوامل برگزاری ششمین کنگره پژوهشی سالیانه دانشجویان علوم پزشکی شمال کشور حضور ارزشمند همه پژوهشگران، اساتید و دانشجویان شیفته علم و دانش را غنیمت شمرده و همواره در صدد بهره گیری از تجربیات و نظرات ارزشمند همه بزرگواران در جهت هر چه بهتر برگزار شدن این کنگره می باشد. همراهی و همگامی هر چه بیشتر عزیزان مایه دلگرمی و استحکام گام هایی خواهد بود که در جهت شناسایی هر چه بیشتر و بهتر پژوهش به تشنگان این عرصه برداشته خواهد شد. انشاءالله...



پیام دبیر علمی کنگره و دبیر کمیته تحقیقات دانشجویی، جناب آقای سعید خزایی جلیل:

سپاس خالق هستی را که همه‌ی خوبی‌ها از اوست و بزرگی سزاوار او.

همایش‌های دانشجویی فرصت مغتنمی را در اختیار اندیشمندان و دانش‌پژوهان جوان قرار می‌دهد تا با تازه‌ترین یافته‌های عرصه‌های دانش و فناوری آشنا شده و از آن‌ها جهت ترویج و رشد خدمت‌رسانی به مردم شریفمان بهره‌مند گردند. از این‌که بار دیگر توفیق یافته‌ایم تا میزبان شما سروران گرامی باشیم، خداوند را شاکریم و امیدوارم بتوانیم به همراه تیم برگزاری کنگره، با کارنامه‌ی درخشان برگزاری سیزده دروه‌ی موفق و پربار همایش کشوری دانش و تندرستی و پانزدهمین کنگره‌ی سالیانه‌ی دانشجویان علوم پزشکی کشور، برگ زرین دیگری بر کارنامه‌ی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شاهرود و حوزه‌ی پژوهش کشور عزیزمان اضافه نماییم. هم‌زمانی این کنگره را با روز ملی پژوهش و فناوری به فال نیک می‌گیریم و امیدواریم این کنگره همانند کنگره‌های پیشین سرشار از موفقیت و شادی برای دانشجویان و میهمانان عزیزمان باشد.



پیام دبیر اجرایی کنگره، جناب آقای محسن عبدالهی:

خدا را شاکریم که ما را وسیله‌ی ای برای ترویج دانش و گسترش بستر پژوهش در کشور عزیزمان ایران قرار داد. بار دیگر و با فاصله کوتاهی بعد از برگزاری پانزدهمین کنگره‌ی سالیانه‌ی دانشجویان علوم پزشکی کشور فعالیت‌های علمی و اجرایی کنگره‌ی آتی آغاز گردید و بنده به عنوان دبیر اجرایی ششمین کنگره شبکه شمال کشور، با قبول این مسئولیت وظیفه‌ی خودم دانسته تا با همکاری عوامل برگزاری، همه تلاش خود را در جهت برگزاری کنگره‌ی ای پربار و مفید به کار بیندم. برگزاری کنگره‌های گذشته هرچند با زحمت و تلاش بسیار، خالی از کم و کاستی نبوده است اما سعی ما براین است تا سهمی در آرایه نتایج عملکرد پژوهشگران کشورمان داشته باشیم و متخصصین، پزشکان و پیراپزشکان و تمام مجموعه بهداشت و درمان را از پیشرفت‌های علمی روز دنیا آگاه کنیم و در این راستا مسلماً می‌توان از نقایص و کاستی‌ها عبور کرد.



روند داوری مقالات در ششمین کنگره پژوهشی سالانه دانشجویان علوم پزشکی شمال کشور

پس از راه اندازی وب سایت کنگره، پذیرش شناسه‌های پژوهشی پژوهشگران جهت داوری آغاز شد. داوران کنگره بر اساس نمره شناسه پژوهشی (بر اساس چک لیست استاندارد دبیرخانه دائمی کنگره‌های ملی و بین المللی دانشجویی) و با در نظر گرفتن حیطة مربوطه انتخاب شدند. به منظور توانمندسازی پژوهشگران شبکه شمال کشور داوران از میان دانشجویان دانشگاه‌های شبکه مذکور انتخاب شده و داوران مابقی حیطة های مورد نیاز از سایر دانشگاه ها مورد انتخاب واقع شدند. در حین زمان ارسال مقالات، بعد از انجام حیطة بندی آن‌ها، فرآیند داوری مقالات آغاز گردید. به منظور افزایش کیفیت داوری مقالات و همسان سازی نتایج داوری، برای هر مقاله دو داور دانشجو و دو داور هیئت علمی انتخاب شد. در نهایت نتایج داوری مقالات در جلسه‌ی مشترک کمیته علمی کنگره بررسی و مقالات پذیرفته شده انتخاب و منتشر شد.



همکاران کنگره:

جناب آقای امیری: رئیس ستاد اسکان و حمل و نقل و خدمات

جناب آقای علی پور: رئیس ستاد تغذیه

جناب آقای گرزین: مدیر تدارکات

جناب آقای باقری: مدیر امور مالی

سرکار خانم رمیار: مسئول دبیرخانه

سرکار خانم آسوده و سرکار خانم امیری: انفورماتیک



آقایان:

سجاد حسینی امیرآبادی	مهران نجفی	میلاذ نصیری موسی آبادی
حمیدرضا سهیلی	عدنان کریمی	موسی ابوالحسنی
مهرداد ابراهیمی	میلاذ شیخی	یوسف محمدیان
شهاب علیزاده	متین ساری زاده	محمد رضا آقایی
هادی کثیریان	هادی جعفری	حمید بهرامیان
جواد امیری	امیر بهمن آبادی	محسن صفری
سجاد صالحی پور	امید گرکز	محمد ایمانی پور
مرتضی شریفی نیا	آرین باقری	سپهر زمانی
	سجاد کریمی پور	امیرحسین رحمانی

خانم‌ها:

نیلوفر قمی	عاطفه غلامحسینی	ندا امینیان
فاطمه فرجام فر	زینب شریفی	مهديه سیاه پوشان
مریم بهادر	نگین افتخاری	مهسا طاهری
سمیه رستمی	فریبا دهقان زاده	فاطمه تاجیک
مژده سادات هادوی	مهسا آهنگر	فرناز رضانی
	مهسا ثمره موسوی	ریحانه سولدوزی نجات



مختصرانی



ارزیابی دریافت درشت مغذی‌ها و ریز مغذی‌ها در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی

مهران نجفی^{۱*}، مه‌ری دلوریان زاده^۲، سعید سعادت^۳، ناهید بلبل حقیقی^۴، آیسا بهار^۵

- ۱- دانشجوی کارشناسی هوشبری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران.
- ۲- کارشناس ارشد تغذیه، گروه تغذیه، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران.
- ۳- کارشناس ارشد آمار زیستی، گروه اپیدمیولوژی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران.
- ۴- کارشناس ارشد مامایی، گروه مامایی، دانشکده پرستاری مامایی دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران.
- ۵- دانش آموخته رشته علوم آزمایشگاهی دانشگاه علوم پزشکی سمنان، ایران.

سابقه و هدف: در سال‌های اخیر، اهمیت تغذیه صحیح به عنوان یکی از جنبه‌های مهم شیوه زندگی مورد تأکید قرار گرفته و گرایش به سمت رژیم‌های سالم افزایش یافته است. هدف از این پژوهش ارزیابی دریافت مواد مغذی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شاهرود بود.

مواد و روش‌ها: مطالعه حاضر یک مطالعه مقطعی است که بر روی ۱۰۳۱ دانشجوی خوابگاهی در سال ۹۲ به روش سرشماری انجام گردید. افراد مورد مطالعه غذای مصرفی ۳ روز خود را در فرمی برحسب مقادیر خانگی (لیوان، قاشق غذاخوری و...) یادداشت نموده و سپس با محاسبات دستی از جداول ترکیبات مواد غذایی خام و پخته ایران، میانگین درشت و ریز مغذی‌ها تعیین گردید. تأمین کمتر از دوسوم مقادیر توصیه شده ریز مغذی‌ها را نسبت به استاندارد RDA (Recommended Dietary Allowances) خطر جدی کمبود تغذیه‌ای در نظر گرفته شد. برای وارد کردن اطلاعات از نرم افزار SPSS استفاده گردید و جهت تجزیه، تحلیل آماری یافته‌ها و مقایسه دو گروه از آزمون آماری تی تست استفاده گردید.

یافته‌ها: میزان انرژی دریافتی دختران ۱۸۴۷ کیلوکالری که از این مقدار ۱۸۰/۲ کیلوکالری از پروتئین‌ها ۵۰۶/۷۹ کیلوکالری از چربی‌ها و ۱۱۶۰ کالری از کربوهیدرات و در بین آقایان ۲۳۰۷ کالری دریافت انرژی و به ترتیب ۲۰۰/۴۸، ۶۶۶/۵۲ و ۱۴۴۰ کیلوکالری از پروتئین، چربی و کربوهیدرات دریافت می‌کنند. دریافت میزان کالری در بین دختران و پسران ارتباط معنی داری ملاحظه گردید و در دختران نسبت به استاندارد کمتر بود و نیز سهم درصد دریافتی کربوهیدرات، چربی و پروتئین به ترتیب ۶۲/۴۱٪، ۲۸/۸۹٪، ۸/۶۹٪ برای مردان و ۶۲/۸٪، ۲۷/۴۳٪ و ۹/۷۵٪ برای دختران بوده است که نسبت به یک رژیم نرمال در جامعه ایرانی که ۵۵-۶۵٪ کربوهیدرات، ۲۵-۳۵٪ چربی و ۱۰-۱۵٪ پروتئین دریافت می‌کنند. میزان پروتئین در حد پایین تری می‌باشد و نتایج نشان داد که دریافت فیبر، فسفر، پتاسیم، کلسیم و آهن، ویتامین آ، ویتامین‌های گروه B نسبت به استاندارد دریافت کمتر از ۷۵٪ مقادیر توصیه شده را دارند.

نتیجه گیری: بر اساس یافته‌ها مشخص شد که مشکل اصلی در رژیم دانشجویان دریافت پروتئین، کیفیت و عدم تعادل تامین ریز مغذی‌ها به خصوص ویتامین‌های گروه B و ویتامین C و املاح کلسیم و آهن می‌باشد، یعنی افراد دارای گرسنگی پنهان ناشی از ریزمغذی‌ها می‌باشند. از آنجایی که میزان مصرف انرژی در این گروه سنی نسبتاً بالا می‌باشد و جهت سوخت و ساز بهتر نیاز به ریز مغذی‌ها است. حمایت‌های بیشتری برای بالا بردن میزان کیفیت غذا جهت این گروه لازم است.

واژه‌های کلیدی: ریز مغذی‌ها، درشت مغذی‌ها، دانشجویان علوم پزشکی، شاهرود، ایران



بررسی میزان آگاهی و عملکرد مادران در زمینه روغن خوراکی و برخی عوامل مرتبط با آن در مناطق روستائی

شهرستان‌های گرگان و آق قلا

آرش رضایی*^۱، غلامرضا وقاری^۲، دکتر رضا رحمتی^۳، مریم منتظری^۱، محمدرضا عبادپور^۱.

۱. دانشجوی دکترای حرفه ای، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی گلستان.
۲. استادیار گروه بیوشیمی و تغذیه دانشگاه علوم پزشکی گرگان، مرکز تحقیقات اختلالات متابولیک، دانشگاه علوم پزشکی گلستان.
۳. استادیار گروه فیزیولوژی، دانشگاه علوم پزشکی گلستان.

سابقه و هدف: رفتارهای نامناسب تغذیه‌ای در هر جامعه‌ای ناشی از عدم آگاهی و یا عملکرد نامناسب مردم آن جامعه می‌باشد که عوامل اجتماعی - اقتصادی بر آن مؤثر هستند. در این مطالعه آگاهی و عملکرد زنان روستائی شهرستان‌های گرگان و آق قلا در مورد روغن خوراکی و برخی عوامل اجتماعی-اقتصادی مؤثر بر آن مورد بررسی قرار گرفته است.

مواد و روش‌ها: این مطالعه از نوع توصیفی با رویکرد تحلیلی بوده که بر روی ۲۵۰۱ نفر به اجرا درآمده است. از بین ۱۱۸ روستا، ۲۰ روستا بطور تصادفی انتخاب شده و در قالب یک مطالعه جامع بر روی کودکان زیر ۵ سال، تمامی مادرانی که کودک زیر ۵ سال داشتند بعنوان جامعه آماری وارد مطالعه شدند. داده‌ها به کمک پرسشنامه که حاوی سؤالاتی در زمینه آگاهی و عملکرد تغذیه‌ای و مشخصات اجتماعی - اقتصادی آنان بود جمع آوری گردید و از نرم افزار آماری SPSS.۱۸ برای آنالیز آماری استفاده شده است.

یافته‌ها: در مجموع مصرف روغن خوراکی مایع برای آشپزی در ۴۶/۲٪ خانوارها مشاهده شد که در قومیت‌های فارس، ترکمن و سیستانی به ترتیب ۴۹/۷٪، ۵۳/۷٪، ۳۴/۸٪ بود ($P < 0.001$). میزان آگاهی در مورد مطلوب بودن روغن مایع در کل ۸۵/۳٪ بود. میزان آگاهی در مورد مناسب بودن روغن مایع با افزایش سطح سواد ($P < 0.001$) و بهبود شرایط اقتصادی ($P < 0.001$) افزایش معنی داری نشان داد. آزمون رگرسیون لجستیک، خطر استفاده از روغن جامد را در قومیت سیستانی ۱/۸۵۰ برابر قومیت فارس ($P < 0.001$)، در افراد بی سواد ۳/۶۲۲ برابر افراد با تحصیلات دانشگاهی ($P < 0.001$) و در خانوارهای با وضعیت اقتصادی ضعیف ۱/۹۷۸ برابر خانوارهای با وضعیت اقتصادی خوب نشان داد ($P = 0.001$).

نتیجه گیری: بیش از نیمی از خانوارهای روستائی شهرستان‌های گرگان و آق قلا از روغن‌های اشباع شده برای پخت و پز استفاده می‌کنند که حدود نیمی از آنان علیرغم آگاهی، اقدام به مصرف روغن مایع نمی‌کنند و این نسبت در قومیت سیستانی بیشتر از قومیت‌های دیگر است. فقر اقتصادی و بی سوادی از عوامل خطر مصرف زیاد روغن‌های اشباع شده می‌باشد.

واژه‌های کلیدی: روغن خوراکی، سواد، اقتصاد، نژاد، استان گلستان



The Effect of Maternal Overweight and Obesity on the Overweight and Obesity in School Age Children

Hamed pouraram¹, Reza Sobhani^{2*}, Ahmadreza Dorosti³, Abbasali Keshtkar⁴, Amirhoseein Ramezani¹

1. MSc student, Department of Community Nutrition, School of Nutritional Sciences and Dietetics, Tehran University of Medical Sciences (TUMS), Tehran, Iran
2. MSc, PhD, Associate Professor, Department of Community Nutrition, School of Nutritional Sciences and Dietetics, Tehran University of Medical Sciences (TUMS), Tehran, Iran
3. MD, PhD, Assistant Professor, Department of Health Sciences Education Development, School of Public Health, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
4. MSc, PhD, Assistant Professor, Department of Community Nutrition, School of Nutritional Sciences and Dietetics, Tehran University of Medical Sciences (TUMS), Tehran, Iran

Introduction: Childhood obesity is one of the most important health problems in developed and developing countries that could be result of parents' overweight or obesity. This study aims to compare the obesity and overweight in children of mothers with overweight or obesity with children whose mothers have not overweight or obesity.

Materials and methods: In this cross-sectional study, 249 elementary-school age rural children living in the City of Bijar were selected by simple random sampling method. Children's food intake was assessed over the past year by semi-quantitative food frequency questionnaire. Also evaluation of anthropometric (weight, height and BMI) indices for mothers and children and physical activity for children was done by standard method. The relationship between overweight or obesity of mothers with overweight or obesity of children was analyzed by logistic regression.

Findings: For children of mothers with overweight or obesity, body mass index (P value < 0.01) and mother age (P value < 0.01) was significantly higher than children whose mothers have not overweight or obesity. No significant difference was seen between two groups for energy intake, physical activity and consumption of main food groups. Overweight or obesity of mothers significantly increased the chance of overweight or obesity in children after adjustment for age, sex, physical activity, energy intake and maternal age. (Odds ratio: 3.00, P value = 0.04).

Conclusions: Overweight or obesity of mother can be associated with likelihood of overweight and obesity in school age children in rural setting and this relationship is independent of energy intake, physical activity and consumption of different food groups.

Keywords: body mass index, obesity, children, mother



اثر عصاره زرشک دانه دار کوهی (*Berberis vulgaris*) بر فاکتورهای بیوشیمیایی سرم در بیماران مبتلا به دیابت

نوع دو

طاهره کاظمی سرائیلانی^۱ (M. Sc.)، پیراسته نوروزی^۲ (M. Sc.)، دکتر حمید کلایان مقدم^{۳*} (Ph. D.)، مژگان فضلی^۴ (M. Sc.)

۱- دانشگاه آزاد اسلامی واحد دامغان.

۲- دانشگاه علوم پزشکی شاهرود - دانشکده پزشکی - گروه فیزیولوژی - استادیار.

سابقه و هدف: بیماری دیابت دارای عوارض متعددی نظیر نفروپاتی، رتینوپاتی و نوروپاتی است. همچنین عوارض متابولیکی ناشی از این بیماری از عوامل بسیار مهم و موثر در ایجاد صدمات اکسیداتیو ناشی از رادیکال‌های آزاد و گونه‌های فعال اکسیژن می‌باشند که بنظر می‌رسد. با تقویت سیستم دفاع آنتی‌اکسیدانی در این بیماران می‌توان تا حدودی مانع از ایجاد و پیشرفت این عوارض گردید. یکی از استراتژی‌های مهم در درمان این گونه بیماری‌های متابولیک در جهان، استفاده از داروهای طب مکمل و شناسایی آثار بیوشیمیایی و فارماکولوژیکی آن‌ها است. لذا هدف از این مطالعه ارزیابی عصاره گیاه زرشک با توجه به خواص آنتی‌اکسیدان آن در کاهش آنزیم‌های کبدی در بیماران دیابتی نوع دو تحت درمان بود.

مواد و روش‌ها: افراد شرکت کننده در این مطالعه شامل گروه شاهد (۱۵ خانم بالای ۵۰ سال و کاملاً سالم مخصوصاً از نظر ابتلا به دیابت)، گروه دیابتیک (۱۵ نفر از خانم‌های دیابتیک نوع دو تحت پوشش انجمن دیابت شهرستان شاهرود) و گروه دیابتیک تحت درمان با عصاره زرشک (۱۵ نفر از خانم‌های دیابتیک نوع دو تحت درمان با عصاره زرشک، تحت پوشش انجمن دیابت شهرستان شاهرود) بودند که نمونه سرم خون مجموع ۴۵ نفر خانم شرکت کننده مورد آزمایش در این طرح در ابتدا و انتهای هشت هفته که پایان طرح بود، گرفته شد.

یافته‌ها: نتایج به دست آمده میزان گلوکز، تری‌گلیسرید، کلسترول کل، SGPT، SGOT، HDL و LDL از نمونه خون گروه کنترل و دیابتی با نتایج سایر گروه‌ها مقایسه گردید. عصاره زرشک سبب ایجاد اختلاف معنی‌داری در سطح فاکتورهای لیپیدی (LDL کاهش یافته $(P \leq 0.01)$ و باعث افزایش HDL $(P \leq 0.01)$) و آنزیم‌های کبدی (کاهش SGPT $(P \leq 0.01)$) در بیماران دیابتی نوع دو گردید.

نتیجه گیری: نتایج به دست آمده ما این موضوع را تقویت کرد که عصاره گیاه زرشک کوهی به عنوان یک عامل آنتی‌اکسیدانی می‌تواند برای درمان اضافی بیماری دیابت و سایر عوارض جانبی در بیماران مبتلا به دیابت نوع دو مورد استفاده قرار گیرد.

واژه‌های کلیدی: دیابت، رادیکال آزاد، زرشک، لیپید.



بررسی ویژگی‌های آنتی‌اکسیدانی عصاره برگ گیاه دارویی گل محمدی با روش‌های مختلف استخراج

سید مفید قدس مفیدی^{۱*}، محمدعلی سحری^۲، اسماعیل زکی پور^۳

۱ دانشجوی کارشناسی ارشد علوم و صنایع غذایی، موسسه آموزش عالی تاج، قائم شهر، ایران

۲ استاد، گروه علوم و صنایع غذایی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران

۳ استادیار، گروه علوم و صنایع غذایی، موسسه آموزش عالی تاج، قائم شهر، ایران

سابقه و هدف: گل محمدی متعلق به Rosaceae و خانواده و genus Rosa می‌باشد. به تازگی، استفاده از گلبرگ رز و گل محمدی به عنوان یک منبع غنی از پلی فنول‌ها، به خصوص فلاونول، با خاصیت آنتی‌اکسیدانی گزارش شده است. علاوه بر پتانسیل آنتی‌اکسیدانی برگ گل محمدی، گلبرگ گل سرخ نیز به عنوان یکی از منابع ضد باکتریایی معرفی است در یک دهه اخیر تحقیقات زیادی در مورد استفاده از آنتی‌اکسیدان‌های طبیعی به جای آنتی‌اکسیدان‌های سنتزی در حال انجام است. مطالعه حاضر تاثیر روش‌های مختلف استخراج عصاره برگ گیاه گل محمدی بر ویژگی‌های آنتی‌اکسیدانی آن را نشان می‌دهد.

مواد و روش‌ها: در این پژوهش به منظور استخراج عصاره از حلال (آب و اتانول) و حمام اولتراسوند استفاده گردید. تغلیظ عصاره با استفاده از دستگاه روتاری اوپراتور (تبخیرکننده چرخان) انجام شد. سپس جهت بررسی قدرت آنتی‌اکسیدانی عصاره‌ها، آزمون‌های اندازه‌گیری مقدار ترکیبات فنولی کل، فعالیت آنتی‌اکسیدانی با استفاده از روش رادیکال‌های آزاد DPPH، قدرت احیاء کنندگی Fe^{3+} ظرفیت آنتی‌اکسیدانی کل انجام گرفت و با اثر آنتی‌اکسیدانی BHT مقایسه گردید.

یافته‌ها: نتایج نشان می‌دهد بالاترین راندمان استخراج عصاره برگ گیاه دارویی گل محمدی مربوط به حلال اتانول و حمام اولتراسونیک می‌باشد. همچنین مقایسه تیمارها با آنتی‌اکسیدان سنتزی BHT بیانگر این است که بالاترین میزان فعالیت آنتی‌اکسیدانی کل مربوط به تیمار ۷۵۰ PPM بود که با غلظت ۱۰۰۰ PPM آنتی‌اکسیدان سنتزی BHT برابری می‌کرد، از نظر میزان مهار رادیکال آزاد DPPH عصاره استخراجی با آنتی‌اکسیدان سنتزی تقریباً مشابه بود، بالاترین قدرت احیاء کنندگی Fe^{3+} مربوط به تیمار ۱۰۰۰ PPM عصاره برگ گل محمدی بود و نیز میزان فنول کل برگ گل محمدی ۱۸۰ میلی گرم اسید گالیک در هر گرم وزن خشک گیاه بوده است.

نتیجه گیری: عصاره برگ گیاه دارویی گل محمدی می‌تواند جایگزین مناسبی برای آنتی‌اکسیدان‌های سنتزی در صنایع مختلف مواد غذایی باشد.

واژه‌های کلیدی: آنتی‌اکسیدان BHT، برگ گل محمدی، ترکیبات فنولی، قدرت احیاء کنندگی، DPPH



Dietary Patterns are Associated with Body Mass Index, Waist Circumference and Blood Pressure in adult life population in Ahvaz, Iran

Esmat Shirbeigi, MSc^{1*}, Fatemeh Haidari, PhD¹, Majid Mohammadshahi, PhD¹, Makan Cheraghpour, MSc¹

¹-Department of Nutrition, Nutrition and Metabolic Diseases Research Center, Ahvaz Jundishapur University of Medical Sciences, Ahvaz, Iran

²-Department of Nutrition, Hyperlipidemia Research Center, Ahvaz Jundishapur University of Medical Sciences, Ahvaz, Iran

Introduction: The link between inappropriate nutritional status, obesity and hypertension is well established. However, the usual strategy has been focused on the effects of a single macro- or micronutrient rather than whole dietary pattern. The study was aimed to assess the association between dietary patterns, central obesity and blood pressure.

Methods: In this cross-sectional study, we evaluated anthropometric measurements, blood pressure and usual dietary intakes of ۲۴۳ men aged ۳۰-۵۰, living in Ahvaz and working in Education and Culture System between Oct ۲۰۱۱ and March ۲۰۱۲, using a food frequency questionnaire (FFQ).

Results: Using the factor analysis, we extracted three major dietary patterns: “*prudent*”, “*high protein*” and “*high fat*”. After controlling for confounders (energy and physical activity), “*prudent*” pattern scores were negatively associated with BMI, waist circumference, waist to hip ratio, systolic and diastolic blood pressure ($P < ۰.۰۵$). Scores of “*high protein*” and “*high fat*” patterns were positively related to obesity and hypertension indices ($P < ۰.۰۵$).

Conclusion: A dietary pattern characterized by high consumption of vegetables, fruits, poultry, fish, low-fat dairy products, whole grains, nuts and olive is associated with lower risk of central obesity and hypertension while dietary patterns with high amounts of red meat, egg, butter, high-fat dairy products, hydrogenated fats, pizza and soft drinks are associated with increased risk of these conditions in Ahvaz, an ethnically mixed population. Further prospective investigations are required to confirm such associations.

Keywords: Dietary pattern, Central obesity, Waist to hip ratio, Hypertension, Factor analysis



بررسی آگاهی و نگرش دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شاهرود در رابطه با بهداشت و ایمنی مواد غذایی

سعید خزایی جلیل^۱، محسن عبدالهی^۲، حمیدرضا سهیلی^۳، سهیلا حقانی^۴، موسی ابوالحسنی^۵، مرتضی شمسی زاده^{۴*}

۱. دانشجوی کارشناسی اتاق عمل، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۲. دانشجوی کارشناسی هوشبری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۳. دانشجوی کارشناسی پرستاری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۴. کارشناس ارشد پرستاری، عضو هیئت علمی دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران

سابقه و هدف: بهداشت و ایمنی مواد غذایی به عنوان یکی از مهم ترین اصول پیشگیری انسان از ابتلای به بیماری‌ها و حفظ محیط از نظر آلودگی محسوب می‌گردد. نتایج مطالعات اخیر نشان می‌دهد که آموزش بهداشت می‌تواند در بهبود آگاهی و عملکرد بهداشتی افراد جامعه نقش بسزایی داشته باشد. لذا این مطالعه با هدف بررسی آگاهی و نگرش دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شاهرود در زمینه بهداشت و ایمنی مواد غذایی انجام گرفت.

مواد و روش‌ها: این مطالعه به صورت توصیفی تحلیلی و از نوع مقطعی بر روی ۱۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شاهرود در سال ۱۳۹۴ که به روش نمونه گیری چند مرحله ای انتخاب شده بودند، انجام گردید. جمع آوری اطلاعات با استفاده از پرسشنامه پژوهشگر ساخته روا و پایا انجام گرفت. پرسشنامه طراحی شده مشتمل بر سؤالاتی در زمینه اطلاعات فردی، آگاهی و نگرش نسبت به بهداشت و ایمنی مواد غذایی بود. کلیه داده‌ها به وسیله نرم افزار SPSS ۱۸ و آزمون‌های تی مستقل، آنالیز واریانس یکطرفه و کای دو مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: ۸۵٪ دانشجویان مؤنث بودند. سن ۴۰٪ از دانشجویان کمتر از ۲۱ سال و مابقی آنان بین ۲۱ تا ۲۴ سال بودند. ۳۱٪ شرکت کنندگان را دانشجویان دانشکده پزشکی، ۴۰٪ دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی و ۲۹٪ را دانشجویان دانشکده بهداشت تشکیل داد. نتایج مطالعه نشان داد که ۳۷٪ دانشجویان دارای آگاهی خوب و ۶۳٪ دارای آگاهی متوسط در رابطه با بهداشت و ایمنی مواد غذایی بودند. همچنین دانشجویان نگرش مطلوبی نسبت به بهداشت و ایمنی مواد غذایی داشتند. بین دانشجویان دانشکده‌های مختلف از نظر آگاهی تفاوت آماری معنی داری وجود داشت ($P=0/002$) ولی تفاوت آماری معناداری بین سایر متغیرهای دموگرافیک و آگاهی و نگرش یافت نشد ($P>0/05$).

نتیجه گیری: آگاهی داشتن نسبت به بهداشت و ایمنی مواد غذایی یکی از مهم ترین مقوله‌های بهداشتی تلقی می‌گردد. در این مطالعه دانشجویان از سطح آگاهی مطلوبی برخوردار نبودند، بنابراین به منظور ارتقاء سطح آگاهی آنها نیاز به برنامه ریزی دقیق و جامع تری احساس می‌شود.

واژه‌های کلیدی: آگاهی، ایمنی مواد غذایی، بهداشت، دانشجویان، نگرش



بررسی غلظت فلزات سنگین در آب ورودی به دستگاه دیالیز بیمارستان امام علی (ع) شهر بجنورد و مقایسه آن با

استانداردها EPH و AAMI

سیده نسترن اسدزاده^{۱*}، مصطفی علیزاده^۲

۱. کارشناس مهندسی بهداشت محیط، دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی، بجنورد، ایران و دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت محیط، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران^۲
۲. کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت محیط، مرکز پژوهشهای علمی دانشجویی دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران

سابقه و هدف: کیفیت شیمیایی آب ورودی به دستگاه دیالیز بیماران همودیالیزی بویژه از نظر فلزات سنگین از اهمیت بسیاری برخوردار است. در این مطالعه غلظت فلزات سنگین (مس، کادمیوم، روی، کروم، سرب) آب ورودی دستگاه دیالیز بیمارستان آموزشی تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی در شهر بجنورد در سال ۱۳۹۴ انجام شد و با استانداردهای (Extractable Petroleum Hydrocarbon) EPH و (Association for the Advancement of Medical Instrumentation) AAMI مقایسه شد.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه بر روی ۳۶ نمونه از آب خروجی از سیستم اسمز معکوس (آب ورودی به دستگاه دیالیز) از بیمارستان امام علی (ع) برداشت شد. نمونه‌های برداشت شده از نظر غلظت فلزات مس، کادمیوم، روی، کروم، سرب با استفاده از دستگاه جذب اتمی طبق روش‌های استاندارد آزمایش‌های آب و فاضلاب مورد سنجش قرار گرفت و در نهایت میانگین نتایج حاصله با استفاده از آزمون آماری تی تست با استانداردهای با استاندارد AAMI و EPH مقایسه شد.

یافته‌ها: نتایج تحقیق نشان می‌دهد غلظت مس، کادمیوم، روی، کروم، سرب در آب مصرفی در دستگاه‌های دیالیز به ترتیب برابر ۰/۱۳، ۰/۰۰۱۱، ۰/۱۴۸، ۰/۰۱۶ و ۰/۰۰۹ میکروگرم بر لیتر به دست آمد که این مقادیر از حد استانداردهای آمریکا مقدار بسیار کمی بالاتر و با حد مجاز استاندارد WHO مطابقت داشت.

نتیجه گیری: با توجه به نتایج بدست آمده در این مطالعه میانگین غلظت فلزات سنگین آب مصرفی در دستگاه‌های همودیالیز بیمارستان امام علی (ع) با استانداردهای موجود مطابقت داشته و از این جهت خطری برای بیماران دیالیزی را تهدید نمی‌کند.

واژگان کلیدی: فلزات سنگین، همودیالیز، استاندارد



بررسی شیوع سوء تغذیه و الگوی مصرف مواد غذایی در کودکان دبستانی کاشان در سال تحصیلی ۸۹-۱۳۸۸

فریبا سیدی^{۱*}، کریم پرستویی^۲، حمیدرضا شریف^۳

۱: کارشناس ارشد مهندسی علوم و صنایع غذایی، معاونت غذا و دارو، دانشگاه علوم پزشکی کاشان، کاشان، ایران

۲: مربی هیئت علمی دانشکده بهداشت، گروه تغذیه، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران

۳: کاردان کامپیوتر، معاونت بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی کاشان، کاشان، ایران

سابقه و هدف: تغذیه مناسب یکی از شرایط لازم برای حفظ سلامتی کودکان می‌باشد، عدم توجه به این موضوع مهم می‌تواند سلامت جسمی، ذهنی و رشد و نمو کودکان را به مخاطره اندازد. طبق گزارش سازمان یونسف ۱۵۰ میلیون کودک در سراسر جهان از سوء تغذیه رنج می‌برند. این مطالعه با هدف بررسی میزان شیوع سوء تغذیه و الگوی مصرف مواد غذایی در کودکان دبستانی شهر کاشان انجام شد.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه توصیفی ۳۸۱ کودک دبستانی (۲۳۳ پسر و ۱۴۸ دختر) که در محدوده سنی ۶ الی ۱۲ سال مورد مطالعه قرار گرفتند از شاخص‌های وزن به قد و قد به سن جهت بررسی وضعیت تغذیه استفاده شد. با استفاده از پرسشنامه یادآمد ۲۴ ساعته خوراک و پرسشنامه بسامد غذایی، الگوی مصرف مواد غذایی دانش آموزان بررسی شدند. از نرم افزار SPSS و آزمون‌های آماری X^2 و آنالیز واریانس جهت آنالیز داده‌ها استفاده شد.

یافته‌ها: یافته‌های مطالعه حاضر نشان می‌دهد که ۲۳/۵٪ جمعیت مورد مطالعه مبتلا به سوء تغذیه حاد (۱۹/۳٪ از پسران و ۳۰/۴٪ از دختران) بودند و ۲۹/۳٪ از جمعیت مورد مطالعه مبتلا به کوتاه قدی (سوء تغذیه مزمن) (۴۰/۷٪ از پسران و ۳۷/۳٪ از دختران) بودند. مصرف لبنیات و سبزی بطور کلی در هر دو گروه جنسی کمتر از میزان توصیه شده بین‌المللی است و میانگین مصرف تمام گروه‌های غذایی به جز لبنیات در پسران بیشتر از دختران می‌باشد. بیشتر فراوانی سوء تغذیه حاد و مزمن برحسب وزن تولد در گروهی که سابقه LBW داشتند دیده شد و مادرائی که تحصیلات دانشگاهی داشتند کمترین فراوانی سوء تغذیه در فرزندان آنها مشاهده شد.

نتیجه گیری: بطور کلی هم شیوع سوء تغذیه حاد و هم شیوع سوء تغذیه مزمن در کودکان تحت مطالعه بطور قابل توجهی بالاست و از نظر الگوی مصرف مواد غذایی نیز وضعیت مناسبی در جمعیت مورد مطالعه دیده نمی‌شود که نشان دهنده وجود مشکلات اقتصادی-اجتماعی و نارسایی‌های بهداشتی-تغذیه‌ای در خانواده‌های این کودکان می‌باشد.

واژه‌های کلیدی: سوء تغذیه مزمن، سوء تغذیه حاد، پرسشنامه بسامد، پرسشنامه یادآمد، LBW



Prevalence of Metabolic Syndrome among Iranian Occupational Drivers

Mohammad Reza Jafar¹, Mohammad Hossein Ebrahimi², Mehri Delvarianzadeh³, Saeed Saadat³

¹- School of public Health, Shahroud University of Medical Sciences, Shahroud, Iran.

²- School of public Health, Shahroud University of Medical Sciences, Shahroud, Iran.

³- Center for Health-Related Social and Behavioral Sciences research, Shahroud University of Medical Sciences, Shahroud, Iran

Introduction: Compared with other members of a society, drivers are under more periodic and constant surveillance due mainly to this fact that their type of work requires them to spend most of their times in a sedentarily position. The recent survey had done to evaluate the prevalence of Met Syn among professional drivers in East north area of Iran.

Materials and Methods: To evaluate the prevalence of Met Syn among long-haul drivers, 1018 male drivers were studied. Definition of Met Syn was based on ATP III, IDF and AHA. The statistical tests were composed of Chi-Square and independent t tests.

Results and Conclusion: The participants' mean age was 42.17 ± 10.65 years. The prevalence of Met Syn according to ATP III, IDF and AHA criteria was 26.1%, 35.2% and 31.6% respectively. 6.6% of drivers were Impaired Fasting Glucose. The drivers with the bus, minibus, taxi formed the greatest number of smokers (82.9%) among all drivers ($p=0.023$). The average of Body Mass Index (BMI) was 26.2 ± 4.06 . The most prevalence of Mets according to IDF criteria were observed in drivers of heavy vehicles and also the ones of passenger vehicles, with 36.7% and 43.9% respectively. Based on high prevalence of Met Syn and other risk factors in this study, and considering these factors, should be more careful about this point. It is recommended to control risk factors such as, control of high BMI and TG, LDL, waist circumference, education.

Keywords: Metabolic syndrome; Professional drivers; Iran



بررسی عوامل مرتبط با ناامنی غذایی و تاثیر آن بر کیفیت زندگی مرتبط با سلامت زنان دارای فرزند دبیرستانی شهرستان بابلسر

امیرحسین رضانی^{۱*}، حامد پورآرام^۲، رامین حشمت^۳، ابوعلی ودادهیر^۴، سمیرا احمدی طاهری^۵، رضا سبحانی^۱

- ۱- دانشجوی کارشناسی ارشد علوم بهداشتی در تغذیه، دانشکده علوم تغذیه و رژیم‌شناسی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، ایران
- ۲- متخصص تغذیه و استادیار گروه تغذیه جامعه، دانشکده علوم تغذیه و رژیم‌شناسی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، ایران
- ۳- متخصص اپیدمیولوژی و استادیار، مرکز تحقیقات غدد و متابولیسم، دانشگاه علوم پزشکی تهران، ایران
- ۴- متخصص علوم اجتماعی و استادیار گروه مردم‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه تهران، ایران
- ۵- دانشجوی کارشناسی ارشد علوم بهداشتی در تغذیه، دانشکده بهداشت و پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، ایران

سابقه و مقدمه: بررسی‌ها نشان می‌دهد که بین ناامنی غذایی و کاهش سلامت روانی و جسمی در زنان خانوارهای کم‌درآمد ارتباط معنی‌داری وجود دارد. هدف این مطالعه بررسی ارتباط بین ناامنی غذایی با کیفیت زندگی مرتبط با سلامت روانی و جسمی زنان دارای فرزند دبیرستانی است.

مواد و روش‌ها: این مطالعه‌ی مقطعی بر روی ۲۸۹ زن دارای فرزند دبیرستانی در سال ۱۳۹۴ در شهرستان بابلسر انجام شد. پرسشنامه‌ی اطلاعات عمومی، پرسشنامه ۱۸ گویه‌ای امنیت غذایی و زمینه‌یابی سلامت (SF-۱۲) به وسیله مصاحبه رو در رو با شرکت‌کنندگان تکمیل شد. به منظور بررسی ارتباط بین متغیرها از آزمون‌های کای اسکوئر، تی تست و رگرسیون خطی چندگانه استفاده گردید.

یافته‌ها: ناامنی غذایی با سن زنان، محل زندگی، شغل و سطح تحصیلات همسرشان ارتباط معنی‌داری را نشان داد ($P < 0.05$). یافته‌ها نشان دهنده‌ی وجود یک ارتباط معکوس بین نمره‌ی سلامت جسمی با ناامنی غذایی بود ($\beta = -1/0.79, P < 0.001$). این ارتباط پس از تعدیل اثر سن، تحصیلات، شغل، شغل همسر، تحصیلات همسر، محل زندگی و بعد خانوار معنی‌دار باقی ماند. ارتباط بین ناامنی غذایی و نمره‌ی سلامت روانی نیز معنی‌دار بود ($\beta = -0/728, P < 0.001$). پس از تعدیل اثر متغیرهای ذکر شده در بخش قبل نیز این ارتباط معنی‌داری خود را حفظ کرد.

نتیجه‌گیری: می‌توان گفت که ناامنی غذایی باعث کاهش سلامت روانی و جسمی در زنان دارای فرزند دبیرستانی می‌شود. در نتیجه نیاز به توجه بیشتری جهت کاهش ناامنی غذایی در جامعه وجود دارد.

واژه‌های کلیدی: ناامنی غذایی، سلامت روانی، سلامت جسمی، زنان



بررسی تأثیر آنتی اکسیدان‌ها در جلوگیری از سرطان‌های دستگاه گوارش و کولورکتال

فرهاد غیوردوست^{۱*}، احسان متقیان پور^۲، مهدی فتح الهی^۲، میرجمال حسینی^۳

- ۱- کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت محیط، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی زنجان، ایران
- ۲- کارشناسی ارشد بهداشت و ایمنی مواد غذایی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی زنجان، ایران
- ۳- استادیار، گروه سم شناسی/ فارماکولوژی، دانشکده داروسازی و مرکز تحقیقات فارماکولوژی کاربردی زنجان، دانشگاه علوم پزشکی زنجان، ایران
- ۴- کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت محیط، عضو کمیته تحقیقات دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی زنجان، ایران

سابقه و هدف: طبق بررسی‌های انجام گرفته در ایران، بیشترین آمار سرطان مربوط به دستگاه گوارش و کولون می‌باشد. فاکتورهای محیطی از قبیل رژیم غذایی نامناسب، مصرف کم غذاهای دارای فیبر، مصرف الکل و سیگار از ریسک فاکتورهای سرطان‌های روده ای- معدی هستند و رابطه نزدیکی با تولید رادیکال‌های آزاد اکسیژن که باعث آسیب به DNA و القای سرطان می‌گردند، دارند. در حیات هوازی تولید رادیکال‌های آزاد و گونه‌های فعال اکسیژن امری اجتناب ناپذیر است، اگرچه در طبیعت یک سیستم دفاعی آنتی اکسیدانی جهت مقابله با این عوامل مهاجم پیش بینی شده است. آنتی اکسیدان‌ها نظیر میوه‌ها و سبزیجات نقش مؤثری را در به دام انداختن رادیکال‌های آزاد اکسیژن دارند. افزایش سطح رادیکال‌های آزاد یا کاهش سطح آنتی اکسیدان‌ها در بدن باعث ایجاد حالت استرس اکسیداتیو و در نهایت ایجاد ضایعات بافتی می‌گردد؛ بنابراین در این مقاله مروری سعی بر آن بوده مطالعات مربوط به تأثیر آنتی اکسیدان‌ها در کاهش خطر ابتلا به سرطان‌های گاسترواینستستینال و کولورکتال بررسی شود.

مواد و روش‌ها: از پایگاه‌های مختلف نظیر SCIEINCE DIRECT، PUBMED، SCOPUS ۲۰۰ مقاله جستجو گردید و با توجه به کلمات کلیدی ۵۰ مورد مقاله انتخاب شده و مورد بررسی قرار گرفت.

یافته‌ها: مطالعات نشان می‌دهند در افرادی که با مکمل‌های ویتامین C تغذیه شده اند، کمتر خطر ابتلا به سرطان‌های مری و معده مشاهده می‌شود. در افرادی هم که به آن‌ها مکمل سلنیوم تجویز شد، خطر ابتلا به سرطان‌های معده، مری و کولورکتال کاهش یافت. همچنین مطالعات اپیدمیولوژیکی نشان می‌دهند که رابطه معکوسی بین سطح سرمی ویتامین E و خطر سرطان کولون و معده وجود دارد. مصرف بالای پیاز، سبزیجات و سیر باعث کاهش ریسک ابتلا به سرطان‌های کولورکتال و معده می‌شوند. افرادی که تحت تغذیه با ترکیبی از سلنیوم، بتاکاروتن و ویتامین E قرار گرفتند، کاهش ۱۰٪ در میزان ریسک ابتلا به بدخیمی‌های مری و معده مشاهده شد.

نتیجه گیری: میوه‌ها و سبزیجات سرشار از آنتی اکسیدان می‌باشند؛ بنابراین مصرف مداوم آن‌ها در کاهش خطر ابتلا به بدخیمی‌های دستگاه گوارش نقش به سزایی دارد. به دلیل اینکه آنتی اکسیدان‌ها به صورت تیمی عمل می‌کنند، مصرف مواد غذایی که دارای چندین نوع مکمل آنتی اکسیدانی می‌باشند به مراتب در کاهش خطر ابتلا به سرطان مؤثرتر از موادی می‌باشند که دارای یک نوع آنتی اکسیدان هستند.

واژه‌های کلیدی: آنتی اکسیدان، سرطان گاسترو اینتستینال، کولورکتال، رادیکال آزاد اکسیژن، ویتامین، سبزیجات





بررسی تأثیر روش‌های آموزش زنجیره‌ای در بهبود دانش و نگرش خانواده‌ها نسبت به تغذیه سالم

فرامرز بیدار پور^۱، ثریا امانی^۱، فاطمه دارابی^{۲*}

۱. شبکه بهداشت دانشگاه علوم پزشکی کردستان

۲. دانشجوی دکتری آموزش بهداشت و ارتقای سلامت دانشگاه علوم پزشکی تهران، مربی، عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی گناباد، خراسان رضوی

سابقه و هدف: بیماری‌های قلب و عروق یکی از عوامل اصلی مرگ و میر در جهان است که می‌تواند به راحتی از طریق تغییر در شیوه زندگی پیشگیری شود. هدف از این مطالعه بررسی تأثیر روش‌های آموزشی زنجیره‌ای در افزایش دانش و نگرش خانواده‌ها نسبت به تغذیه سالم به منظور جلوگیری از بیماری‌های قلب و عروق بود.

مواد و روش‌ها: این مطالعه به عنوان کارآزمایی جامعه انجام شد. برای اجرای هدف مطالعه، ۴ منطقه انتخاب شدند و از ۴ روش آموزشی در این مناطق استفاده شد. به شرکت کنندگان گفته شد اطلاعات خود را با خویشاوندان و همسایگان خود به اشتراک گذارند (آموزش زنجیره‌ای). دانش اولیه از ساکنان این مناطق قبل و بعد از مداخله آموزشی در یک نمونه تصادفی (۴۰۰ نفر) مورد بررسی قرار گرفت. داده‌ها با استفاده از آزمون تی مستقل، مجدور کای و آزمون دقیق فیشر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: میانگین نمره دانش قبل و بعد از مداخله $۱۶/۴۲ (\pm ۳/۵)$ و $۱۶/۴ (\pm ۳/۶)$ ($p=۰/۰۲۵$) در مرحله قبل از مداخله میانگین نمره دانش در مناطق یک، دو و چهار متفاوت نیست و افزایش نمره دانش تنها در منطقه ۳ ($p<۰/۰۰۱$) قابل مشاهده است.

نتیجه گیری: استفاده از روش آموزش زنجیره‌ای از طریق سازمان‌های غیر دولتی (NGOS) ممکن است در افزایش آگاهی در شیوه زندگی سالم مؤثر نباشد؛ بنابراین آموزش از طریق کلاس‌های عمومی و آموزش مستقیم توسط پرسنل بهداشتی درمانی پیشنهاد می‌شود.

ویژه‌های کلیدی: آموزش، دانش، رفتار، تغذیه



بررسی وضعیت فشار خون و ارتباط آن با شاخص توده بدنی (BMI) در دانشجویان دانشگاه‌های شهرستان دزفول در سال ۱۳۹۳

محمد فیروزبخت^{۱*}، حسین شمشیرگر زاده^۲، مجتبی راجی^۱، منا مشکورنیا^۱، آرمین تاج فر^۱، فرح داعی^۱، امین گرامی^۱، کیانا شکیبا^۱

۱- کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی دزفول، دزفول، ایران

۲- هیئت علمی و مدیر آموزش مداوم، دانشگاه علوم پزشکی دزفول، دزفول، ایران

سابقه و هدف: امروزه چاقی به عنوان یک مشکل روبه افزایش بهداشت عمومی در دنیا مطرح بوده و به طور مشخص، خطر ابتلا به فشار خون بالا، بیماری‌های عروق کرونر قلب، چربی خون بالا، دیابت و سرطان را افزایش می‌دهد. مطالعات نشان داده است که ارتباط بین فشار خون و نمایه توده بدن (BMI) قوی تر از ارتباط عوامل دیگر است. با توجه به اهمیت سلامت جوانان، بررسی حاضر به منظور تعیین وضعیت فشار خون و ارتباط آن با شاخص توده بدنی (BMI) در دانشجویان انجام شد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه مقطعی در سال ۱۳۹۳ با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی بر روی ۵۲۰ نفر از دانشجویانی که در کنگره هفته پژوهش شمال خوزستان که در دانشگاه صنعتی جندی شاپور دزفول برگزار شد، به غرفه دانشگاه علوم پزشکی دزفول مراجعه کردند، انجام شد. فشار خون با استفاده از فشارسنج عقربه‌ای و کاف استاندارد، در وضعیت نشسته و بعد از ۵ دقیقه استراحت، از بازوی چپ اندازه‌گیری شد. طبق معیارهای کمیته ملی فشارخون (JNC)، فشارخون $>120/80$ میلی‌متر جیوه معادل پیش فشارخون و $>140/90$ و $>160/100$ به ترتیب به عنوان فشار خون درجه ۱ و ۲ در نظر گرفته شد. وزن به وسیله ترازوی عقربه‌ای با حداقل لباس و بدون کفش، با دقت ۱ کیلوگرم و قد در حالت ایستاده و بدون کفش با متردیواری، با دقت ۱ سانتی‌متر اندازه‌گیری شد. شاخص توده بدنی از فرمول وزن به کیلوگرم تقسیم بر مجذور قد به متر، محاسبه شد و BMI کمتر از $18/5$ کاهش وزن، بین $18/5$ تا $24/9$ وزن نرمال، بین 25 تا $29/9$ اضافه وزن و 30 به بالا چاق در نظر گرفته شد. معیار ورود رضایت شخصی و 30 دقیقه قبل از اندازه‌گیری فشارخون از خوردن غذای سنگین، قهوه، شکلات، انجام فعالیت شدید بدنی یا ورزش و کشیدن سیگار پرهیز نموده باشند و معیار خروج داشتن سابقه بیماری خاص و استفاده از داروهای محرک سیستم آدرنرژیک در آن روز بود. تجزیه تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS ۱۶، آزمون‌های کای دو، همبستگی پیرسون انجام شد.

یافته‌ها: ۲۱۳ نفر (۴۱٪) از دانشجویان مورد مطالعه مذکر و ۳۰۷ نفر (۵۹٪) مونث، با میانگین سنی $19/9 \pm 2/4$ سال بودند. میانگین قد اندازه‌گیری شده $164/4 \pm 8/1$ ، میانگین وزن $61/3 \pm 11/2$ و $BMI 22/6 \pm 3$ بود. $24/7$ ٪ نمونه‌ها دارای کمبود وزن، $26/3$ ٪ اضافه وزن و $3/9$ ٪ آن‌ها چاق بودند. میانگین فشار خون سیستولیک $11/3 \pm 1/2$ میلی‌متر جیوه و فشار خون دیاستولیک $7/3 \pm 1/0$ اندازه‌گیری شد. 153 نفر (۲۹/۴٪) فشار سیستولیک بالا و 158 نفر (۳۰/۳٪) فشار دیاستولیک غیر طبیعی داشتند. همچنین 51 ٪ درصد افراد با اضافه وزن و 67 ٪ درصد افراد چاق، دارای فشار خون غیر طبیعی و بالا بودند. این اختلاف از لحاظ آماری معنادار بود ($p < 0/05$).

نتیجه‌گیری: نتایج این بررسی نشان داد، بین وزن و BMI با پرفشاری خون ارتباط معنادار وجود دارد.

واژه‌های کلیدی: فشار خون، شاخص توده بدنی، BMI، دانشجویان، دزفول



روش‌های کنترل و حذف تری‌هالومتان‌ها از آب آشامیدنی

سیده نسترن اسدزاده

کارشناس مهندسی بهداشت محیط، دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی، بجنورد، ایران و دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت محیط، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران

مقدمه: از آنجایی که کلرزنی آب دارای ترکیبات آلی طبیعی (NOM) که بعنوان موادپیش ساز آلی معروف اند، موجب تولید تری‌هالومتان می‌گردد. پیش سازهای آلی عموماً «شامل اسیدهای فولیک و اسید هیومیک می‌باشند. THMs باعث عوارض جانبی در کبد و کلیه و شش‌ها و تأثیر منفی بر سیستم عصبی و باروری و همچنین سرطان می‌شود. میزان ترکیبات آلی، کلر باقی مانده، دمای آب، PH آب، غلظت برم، زمان تماس با کلر در تولید تری‌هالومتان‌ها مؤثر است. روش‌های کنترل و حذف متنوعی وجود دارد که بعضی از این روش‌ها دارای هزینه زیادی بوده بعضی از این روش‌ها شامل تغییر منبع آب، استفاده از ترکیبات گندزدای جایگزین، ازن زنی مقدماتی، زدایش تری‌هالومتان‌ها از طریق برج هوادهی، جذب سطحی توسط GAC، فرایندهای غشایی و ... می‌باشد.

کلمات کلیدی: تری‌هالومتان، کلر، ترکیبات آلی طبیعی، کنترل، حذف



بررسی وضعیت خودمراقبتی رژیم غذایی بیماران مبتلا به دیابت نوع دو و عوامل موثر بر آن در شهر شاهرود ۱۳۹۴

مهسا کلانتری^{۱*}، نیلوفر خوبستانی^۲، فاطمه مهرآور^۳، دکترانسبه نسلی اصفهانی^۴

۱ دانشجوی پزشکی، واحد توسعه پژوهشهای بالینی بیمارستان امام حسین (ع)، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۲ دانشجوی پزشکی، واحد توسعه پژوهشهای بالینی بیمارستان امام حسین (ع)، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۳ مربی، واحد توسعه پژوهشهای بالینی بیمارستان امام حسین (ع)، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۴ دانشیار، مرکز تحقیقات دیابت، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

سابقه و هدف: دیابت یک بیماری مزمن است که در سالهای اخیر بسیار شایعتر شده است به گونه‌ای که بنا بر گزارش سازمان جهانی بهداشت در سال ۲۰۱۴، شیوع بیماری دیابت در افراد بالای ۱۸ سال ۹ درصد می‌باشد. بیش از ۸۰ درصد مرگ‌های دیابت در کشورهای با درآمد کم و متوسط اتفاق می‌افتد. به علت تغییرات الگوهای رژیم غذایی و سبک زندگی، بیماری‌های غیر واگیر مزمن شامل چاقی، دیابت، بیماری‌های کاردیوواسکولار، فشارخون بالا و سکتته و بعضی از کنسرها از علل مهم ناتوانی و مرگ زودرس شده هزینه‌های اضافی زیادی از بودجه‌های سلامت ملی به خود اختصاص می‌دهد خود مراقبتی دیابت بخصوص از نظر رژیم غذایی یک عنصر حیاتی در مراقبت از افراد دیابتی می‌باشد که برای بهبود پیامدهای بیماران لازم می‌باشد؛ بنابراین بر آن شدیم مطالعه‌ای با هدف تعیین وضعیت خود مراقبتی رژیم غذایی در بیماران دیابتی مراجعه کننده به کلینیک دیابت بیمارستان امام حسین (ع) دانشگاه علوم پزشکی شاهرود بعمل آوریم.

مواد و روش‌ها: این مطالعه از نوع مقطعی و تحلیلی می‌باشد که در سه ماهه نخست سال ۱۳۹۴ انجام شده است. جامعه ی هدف در این مطالعه همه بیماران دیابتی نوع دو مراجعه کننده به بیمارستان امام حسین (ع) می‌باشد. نمونه‌ها به طریق در دسترس و آسان جمع آوری شد. ابزار جمع آوری داده‌ها پرسشنامه خود مراقبتی دیابت (DSMQ) که در مطالعات قبلی استاندارد گردیده است. داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS۱۶ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و از آزمون‌های آماری توصیفی تحلیلی (آنالیز واریانس و تی مستقل) استفاده گردید.

یافته‌ها: بطور کلی در این مطالعه ۱۰۳ بیمار دیابت نوع دو با میانگین سال‌های ابتلا به دیابت 8.6 ± 7.7 شرکت نمودند. میانگین و انحراف معیار سن بیماران 59.2 ± 12.2 سال می‌باشد. ۷۲.۸ درصد بیماران خانم و ۸۰.۶ درصد شرکت کنندگان متأهل بودند و اکثر شرکت کنندگان دارای سطح تحصیلات ابتدایی و بی سواد بودند. ۵۳.۴ درصد تحت پوشش بیمه تامین اجتماعی و ۲۵.۲ درصد بیمه خدمات درمانی بودند. میانگین نمره خودمراقبتی دیابت در بیماران این مطالعه 29.5 ± 7.9 می‌باشد که کمترین نمره و بیشترین به ترتیب ۹ و ۴۶ بوده است. در این مطالعه، خودمراقبتی دیابت با سطح سرمی قند خون غیر ناشتا ($p=0.04$) و هموگلوبین گلیکوزیله ($p=0.04$) رابطه معناداری را نشان داد. بین نمره خودمراقبتی دیابت با متغیرهای جنس، سن، مدت زمان دیابت، نوع درمان رابطه آماری معناداری دیده نشد.

نتیجه گیری: افرادی که کنترل بهتری از قند خون غیر ناشتا و هموگلوبین گلیکوزیله داشتند از سطح خود مراقبتی مطلوب تری نسبت به سایر بیماران برخوردار بودند. اجرای برنامه‌های آموزشی در جهت ارتقای سطح آگاهی، نگرش و عملکرد خودمراقبتی بیماران دیابتی و اندازه گیری و ثبت دقیق قند خون و هموگلوبین گلیکوزیله می‌تواند نقش مؤثری در پیشگیری و کنترل پیامدهای کوتاه مدت و بلند مدت دیابت داشته باشد.

واژه‌های کلیدی: دیابت نوع دو، خودمراقبتی رژیم غذایی، بیماری مزمن، شاهرود



Determination of Methanol Content in Herbal Distillates Produced in Kashan Using Gas Chromatography

Fariba Savvedi (MSc)¹, Noori saeid (GP)², Shakeri hosein (MSc)³

¹ Food and Drug Department, Kashan University of Medical Sciences, Kashan, Iran

² Food and Drug Department, Kashan University of Medical Sciences, Kashan, Iran

³ Food and Drug Department, Kashan University of Medical Sciences, Kashan, Iran

Background and Objective: Herbal distillates have been used for many centuries as drinks, flavors, and herbal medicine in Iran, especially in the city of Kashan. Recently, some studies claimed the presence of methanol in different types of herbal distillates. Methanol is a highly toxic compound which can cause acute or chronic toxicity in humans. Acute poisoning with methanol can cause different complications and even death while chronic methanol exposure has a wide range of nonspecific and misleading findings. The main purpose of this study was to determine methanol content in the commonly-used industrial herbal distillates produced in Kashan.

Materials and Methods: Ten samples of four types of most commonly used herbal distillates (peppermint, musk willow, Chicory, and rose water) were purchased from ten active herbal distillates manufacturers in Kashan. Methanol concentration was determined by gas chromatography, using a Flame Ionized Detector. γ -propanol (1000 mg/l) was applied as the internal standard. Collected data was analyzed by SPSS software (version 16), using appropriate descriptive statistical tests.

Findings: The lowest and highest concentration of methanol were found in rose water (mean=0.49±28.1 ppm) and peppermint (mean=374.66±100 ppm) samples, respectively. One-way ANOVA showed statistically significant differences among methanol concentrations in the studied herbal distillates ($P < 0.001$).

Conclusion: Different amounts of methanol were found in herbal distillates and it seems that there are statistically significant differences in methanol concentrations of various types of herbal distillates. But methanol concentration in all herbal distillates, especially peppermint, of the four producers was very high that may induce toxicity in people taking these products regularly for a long time.

Key Words: Herbal distillate, Iran, Methanol, Gas Chromatography, Kashan.



بررسی نوع تغذیه در طول مدت زایمان و عوامل مرتبط با در زنان با زایمان طبیعی در بیمارستان فاطمیه شاهرود

معصومه رسولی^{۱*}؛ افسانه کرامت^۲؛ احمد خسروی^۳؛ زهرا محبت پور^۴

- ۱- دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره در مامائی - دانشگاه علوم پزشکی شاهرود
- ۲- دانشیار بهداشت باروری دانشگاه علوم پزشکی شاهرود
- ۳- دکتری اپیدمیولوژی و هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شاهرود
- ۴- دانشجوی کارشناسی مامائی دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

سابقه و هدف: خوردن و آشامیدن در هنگام زایمان، انرژی و مواد غذایی لازم را برای زنان در حال زایمان فراهم می‌کند. زایمان فعالیتی سخت و پرکار است که نه تنها نیاز به مایعات دارد بلکه باید کالری لازم برای مادر فراهم گردد. با توجه به این که هیچ مدرک مستدلی وجود ندارد که فواید محدودیت غذا و مایعات در حین زایمان را تأیید کند. هدف از این مطالعه، بررسی نوع تغذیه زنان در حال زایمان در بیمارستان فاطمیه شاهرود و عوامل مرتبط با آن می‌باشد.

مواد و روش‌ها: مطالعه حاضر یک مطالعه توصیفی مقطعی می‌باشد. جامعه هدف، کلیه زنان مراجعه کننده به بیمارستان آموزشی فاطمیه شاهرود بودند که در یک دوره ۶ ماهه (مهر ۱۳۹۳ تا فروردین ۱۳۹۴) زایمان واژینال انجام دادند. شرکت کنندگان به روش سرشماری وارد پژوهش شدند. جمع آوری داده‌ها با پرسشنامه محقق ساخته که شامل چهار بخش بود و روایی و پایایی آن تأیید گردید، انجام شد. با آمار توصیفی، آزمون‌های آماری مربع کای و تی تست و استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۱ تحلیل و آنالیز آماری صورت گرفت.

یافته‌ها: در این مطالعه ۹۷۸ نفر از زنان با زایمان واژینال بررسی شدند. میانگین سنی زنان ۵۰.۱۴ ± ۲۷.۳۲ بود. از مجموع ۹۷۸ زن زایمان کرده، ۴۳۱ نفر (۴۴/۰۶٪) نولی پار، ۳۷۲ نفر (۳۸/۰۳٪) سابقه یک زایمان زنده، ۱۳۹ نفر (۱۴/۲۱٪) سابقه دو زایمان و ۳۶ نفر (۳/۶۸٪) سابقه سه زایمان و بالاتر داشتند. از ۹۷۸ نفر زن با زایمان طبیعی ۱۷۲ نفر (۱۷/۶٪) از آب به تنهایی، ۷۱۳ نفر (۷۲/۸٪) از آبمیوه، ۳۰ نفر (۳/۱٪) از غذای سبک و ۶۳ نفر (۶/۴٪) NPO بودند. بین تحصیلات مادر ($p=0.001$)، شغل ($p=0.001$) و تغذیه در حین زایمان ارتباط معناداری وجود داشت. بین پاریتی ($p=0.006$)، سن مادر ($p=0.619$) و طول مدت مرحله دوم زایمان ($p=0.461$) با تغذیه در حین زایمان ارتباطی یافت نشد.

نتیجه گیری: این مطالعه نشان داد هر چند ممنوعیت مصرف غذا و مایعات از راه دهان (۶/۴٪) بسیار کم می‌باشد، ولی ۹۰٪ از زنان فقط از مایعات در حین زایمان استفاده نمودند. با توجه به این که مطالعات معتبر انجام شده، مصرف غذای کم چرب و کم تقاله در حین زایمان را توصیه می‌کند؛ لذا پیشنهاد می‌گردد برنامه ریزی مناسبی جهت افزایش آگاهی مادران در مورد نحوه تغذیه در حین زایمان و اصلاح سیاست‌های محدودیت تغذیه در لیبر صورت پذیرد.

کلید واژه‌های: تغذیه در لیبر، مداخلات غیرضروری در زایمان، مراحل زایمان



بررسی شیوع چاقی و عوامل دموگرافیک مرتبط با آن در زنان مراجعه کننده به مراکز بهداشتی درمانی شهرستان زابل

حسین شهدادی^۱، رضا محمدپورهدکی^{۲*}، نصرت الله مسینایی^۱، احمد ابراهیم^۲، هادی ظروفیان^۳

۱_ کارشناسی ارشد پرستاری عضو هیئت علمی دانشکده پرستاری مامایی، دانشگاه علوم پزشکی زابل. زابل. ایران
۲_ دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری داخلی جراحی، کمیته تحقیقات دانشکده پرستاری مامایی، دانشگاه علوم پزشکی زابل. زابل. ایران
۳_ دانشجوی کارشناسی پرستاری، کمیته تحقیقات دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی زابل. زابل. ایران

مقدمه و هدف: چاقی یکی از مشکلات بهداشتی و هم‌چنین عامل خطر ساز برخی بیماری‌ها است که شیوع آن با تغییر الگوهای غذایی و فعالیت‌های جسمی رو به افزایش است این مطالعه با هدف بررسی شیوع اضافه وزن و چاقی در زنان مراجعه کننده به مراکز بهداشتی درمانی شهرستان زابل انجام شد.

مواد و روش‌ها: در مطالعه توصیفی- مقطعی حاضر ۳۶۴ نفر از زنان مراجعه کننده به مراکز بهداشتی درمانی که در سنین باروری بودند به روش نمونه گیری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شدند. اطلاعات دموگرافیک از طریق پرسشنامه جمع آوری گردید، اندازه گیری قد، وزن و محاسبه نمایه توده بدن (BMI) صورت گرفت. اطلاعات با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS/۱۶ تجزیه و تحلیل گردید.

یافته‌ها: میانگین سنی زنان مورد مطالعه $5/5 \pm 26/2$ سال بود. ۶۴/۴ دارای تحصیلات زیر دیپلم و ۸۸/۷ خانه دار بودند. شاخص توده ی بدنی ۲۳/۵ درصد زنان دارای اضافه وزن و ۱۱/۳ درصد چاق بودند. تحلیل چند متغیره نشان داد که زنان با سن بالاتر، تعداد حاملگی بیشتر، افراد با سطح تحصیلات پایین‌تر شانس بیشتری برای ابتلا به چاقی دارند.

نتیجه گیری: با عنایت به یافته‌های این پژوهش انجام مداخلات مناسب و تدوین برنامه‌ها و راهکارهای جامع جهت افزایش آگاهی مردم از خطرات چاقی ضروری به نظر می‌رسد.

واژه‌های کلیدی: اضافه وزن، چاقی، دموگرافیک



بررسی الگوهای تغذیه‌ای در کارکنان دانشگاه آزاد اسلامی واحد زنجان

رویا احمدی^۱، محسن رستمخانی^۲، المیرا نصیری^۳، سیده سوسن رئوفی کلاچای^۴، جواد باقری^۵

- ۱- دانشجوی کارشناسی پرستاری واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران.
- ۲- دانشجوی کارشناسی پرستاری واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران
- ۳- دانشجوی کارشناسی پرستاری واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، ایران
- ۴- عضو هیات علمی، گروه پرستاری، واحد زنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان، (ایران).
- ۵- کارشناس ارشد علوم تغذیه، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

سابقه و هدف: امروزه به دلیل رواج شهرنشینی، تغییر در شیوه زندگی و تبعیت از برنامه‌های غذایی نامناسب و ناصحیح، ابتلا به بیماری‌هایی همچون بیماری قلبی و عروقی، کبد چرب، سرطان معده و روده شایع شده است. این مطالعه با هدف تعیین الگوهای تغذیه‌ای در کارکنان دانشگاه آزاد اسلامی در سال ۹۴ انجام شده است.

مواد و روش‌ها: جامعه پژوهشی را کلیه کارکنان دانشگاه آزاد اسلامی زنجان تشکیل می‌داد. از بین جامعه پژوهش تعداد ۹۰ نفر (۴۵ نفر اقا، ۴۵ نفر خانم) به روش تصادفی و فرمول حجم نمونه انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل مشخصات دموگرافیک و پرسشنامه بسامد خوراک ۲۴ ساعته بود. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS با ورژن ۲۹ با روش‌های آمار توصیفی و آمار استنباطی انجام شد.

یافته‌ها: نشان داد ۷۰ درصد مصرف نان و غلات، ۶۹ درصد دریافت گوشت و حبوبات، تخم مرغ، مغزها، ۶۵ درصد مصرف شیر و لبنیات و نیز ۶۸ درصد مصرف میوه‌ها و سبزیجات داشتند. نتایج بیانگر آن است که مصرف گوشت و جایگزین‌های آن نسبت به دفعات مصرفی توصیه شده بسیار کم و در مورد مصرف چربی‌ها و شیرینی‌ها بسیار بیشتر از مقادیر توصیه شده در هرم در بین کارکنان می‌باشد. همچنین بین دریافت گوشت و حبوبات، شیر و لبنیات و میوه‌ها و سبزیجات با شغل و سطح تحصیلات رابطه معنی دار وجود داشت ($p < 0.05$).

بحث و نتیجه گیری: باتوجه به نتایج مطالعه انجام شده به نظر می‌رسد ارائه برنامه‌های آموزشی و کنترل و ارزیابی آن‌ها جهت ارتقاء الگوی تغذیه در کارکنان ضروری است.

واژه‌های کلیدی: الگوهای مناسب تغذیه‌ای، هرم راهنمای غذایی، یادآمد دریافت مواد غذایی



بررسی سبک زندگی و عوامل مؤثر بر عادات غذایی در دانشجویان رشته بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شاهرود در سال تحصیلی ۹۴-۹۳

زهرا کمیاب^۱، عفت عامریون^۱، رضا محمدزمانی^۲

۱. کارشناس ارشد آموزش دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

۲. کارشناس ارشد مدیریت معاونت منابع و توسعه دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

زمینه و هدف: شیوه یا سبک زندگی مجموعه خصوصیات، الگوهای عاداتی و ویژگی‌های رفتاری انسان را شامل می‌شود. در چند دهه اخیر گسترش شهرنشینی و توسعه در ساخت و کارکردهای زیستی انسان تغییرات عمده‌ای به وجود آورده است. تغییرات در عادات غذایی، الگوی مصرف، انرژی مصرفی، درجه و شدت فعالیت فیزیکی و موارد دیگر. این شیوه زندگی، مهم‌ترین بخش زندگی هر انسانی، یعنی سلامتی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. افراد تحصیلکرده بخش عظیمی از جمعیت را تشکیل می‌دهند و رفتارهای بهداشتی آنان با عنایت به این که فرصت کافی ندارند نیازمند توجه بیشتری است. مطالعه حاضر با هدف تعیین سبک زندگی و عوامل مؤثر بر عادات غذایی در دانشجویان رشته بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شاهرود انجام شده است.

روش کار: مطالعه‌ای مقطعی بر روی ۲۸۰ نفر دانشجوی مقطع کارشناسی پیوسته و ناپیوسته دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شاهرود با روش نمونه‌گیری تصادفی سهمیه‌ای (برحسب رشته تحصیلی) انجام گرفت. پرسشنامه رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت HPLP II برای بررسی متغیرهای کنترل تنش، فعالیت فیزیکی، عادات غذایی و ایمنی به کار گرفته شد. داده‌های جمع‌آوری شده از طریق نرم افزار SPSS و آزمون‌های کای دو و رگرسیون خطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: سبک زندگی اکثر دانشجویان (۷۵ درصد) در سطح متوسط ارزیابی شد. میانگین و انحراف معیار سن واحدهای مورد مطالعه $19/83 \pm 1/7$ سال بود که $87/2\%$ مونث بودند. برخورداری از سبک زندگی ضعیف، فعالیت فیزیکی کم، عادات غذایی نامناسب و رفتارهای ایمنی و سلامت ناکافی به ترتیب برای 35% ، 54% ، 36% و 9% از واحدهای مورد مطالعه برآورد گردید. ارتباط سطح سبک زندگی با رشته تحصیلی دانشجویان معنی‌دار ($p < 0/05$)، اما با سن، جنس و بومی بودن آنها معنی‌دار نبود. رابطه معنی‌داری بین نمره فعالیت فیزیکی و عادات غذایی دانشجویان دیده شد، بطوری که با افزایش فعالیت فیزیکی روزانه، فراوانی عادات مثبت غذایی افزایش می‌یافت ($p < 0/05$).

نتیجه گیری: بهبود و ارتقای سبک زندگی دانشجویان به ویژه گسترش فعالیت‌های آموزش بهداشت مبتنی بر تداوم ورزش برای ایجاد تغییرات مثبت در رژیم و عادات غذایی و کاهش تنش‌های موجود در خوابگاه جهت دانشجویان فوق توصیه می‌گردد.

واژه‌های کلیدی: سبک زندگی، فعالیت فیزیکی، عادات غذایی، دانشجویان بهداشت



نقش تغذیه در پیشگیری و کنترل پره اکلامپسی در مادران باردار پرخطر

معصومه رسولی*؛ محبوبه پورحیدری^۲

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره در مامائی - دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

۲- کارشناس ارشد مامایی؛ عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

سابقه و هدف: اگر چه علت فشار خون بالا در بارداری و پره اکلامپسی تا حد زیادی همچنان مبهم باقی مانده است؛ ولی شواهد نشان می‌دهد رژیم غذایی مادر یکی از چندین عاملی است که نقش مهمی را در بروز و تشدید پره اکلامپسی ایفا می‌کند؛ لذا هدف از این مطالعه بررسی نقش تغذیه در پیشگیری و کنترل پره اکلامپسی در مادران باردار پرخطر می‌باشد. **مواد و روش‌ها:** مطالعه حاضر یک مطالعه مروری می‌باشد. برای رسیدن به اهداف این پژوهش از مقالات ایندکس شده در Medscape, google scholar, medline, Cochrane, pubmed و پژوهش‌های مرتبط از سال ۱۹۹۶ تا ۲۰۱۵ مورد بررسی قرار گرفت. همچنین از کتب مرجع با تمرکز بر نقش تغذیه در پیشگیری و کنترل پره اکلامپسی مقالات مورد نظر استخراج، بررسی و در تدوین مقاله بکار گرفته شد.

یافته‌ها: مصرف مکمل کلسیم و تجویز کافی ویتامین D در افراد با کمبود این ماده در پیشگیری و کنترل فشارخون بارداری تأیید شده است. افزایش مقدار میوه، سبزیجات، روغن‌های گیاهی و مصرف منظم فولاد، رژیم‌های غذایی حاوی سبزیجات دارای ریشه زرد و کدو تنبل پخته شده، مواد غذایی غنی از کلسیم و ویتامین B6، غذاهای برنجی با طعم ترش و غذاهای سرکه ای، سوپ و خورشت گرم مثل سوپ آبکی گوشتی پخته شده با سبزیجات و غلات توصیه می‌شود. مصرف آنتی اکسیدان‌ها (مانند کوآنزیم Q10؛ لیکوپن؛ لوتئین و ...)، L-آرژنین، مصرف مکمل‌های روی و سلنیوم و آهن نیاز به بررسی‌های بیشتر دارد، ولی تاکنون مضراتی برای آنها گزارش نشده است. همچنین عدم کارآیی روغن ماهی تأیید شده است. تمامی پژوهش‌ها با محدودیت مصرف نمک مخالفت نموده اند و مصرف نمک در حد مزه دارشدن، توصیه شده است. اجتناب از مصرف الکل، نوشیدنی‌های حاوی کافئین و غذاهای سرد و منجمد و کاهش مصرف غذاهای سرخ شده، قهوه، گوشت فرآوری شده و تنقلات شور توصیه شده است. درمان کم خونی نیز باید مورد توجه قرار گیرد.

نتیجه گیری: درک صحیح مادر از اهمیت تغذیه مناسب و تاکید مراقبین بهداشتی در این خصوص؛ نقش موثری در پیشگیری و کنترل فشارخون بارداری دارد.

واژه‌های کلیدی: تغذیه، پره اکلامپسی، فشارخون بارداری، پیشگیری، خودمراقبتی



بررسی شیوع چاقی در دانش آموزان شهرستان تیران و کرون در سال تحصیلی ۱۳۹۳-۱۳۹۴

ابولفضل حجاری^۱، عبدالله محمدیان هفشجانی^{۲*}

- ۱- دانشجوی کارشناس ارشد آموزش بهداشت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی یاسوج، یاسوج، ایران
- ۲- دانشجوی دکترای اپیدمیولوژی، گروه آمار و اپیدمیولوژی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

مقدمه: با توجه به آن که برآوردی از شیوع چاقی از دانش آموزان در سطح شهرستان تیران و کرون موجود نیست، این مطالعه با هدف تعیین شیوع چاقی در دانش آموزان شهرستان تیران و کرون در سال تحصیلی ۱۳۹۳-۱۳۹۴ انجام شد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه به صورت مقطعی بر روی تعداد ۱۹۸۶ نفر دانش آموز در مقاطع در مقاطع تحصیلی اول ابتدایی، متوسطه اول (اول راهنمایی سابق) و متوسطه دوم (اول دبیرستان سابق) به صورت سرشماری انجام شد و شیوع اضافه وزن و چاقی در هر یک از مقاطع تحصیلی به صورت جداگانه تعیین گردید.

یافته‌ها: شیوع کلی اضافه وزن و چاقی در دانش آموزان ۲۱/۷٪ (۱۳٪ اضافه وزن و ۸/۷٪ چاق) می‌باشد. این میزان در افراد مونث ۲۲/۴٪ (۱۵/۹٪ اضافه وزن و ۶/۵٪ چاق) و در افراد مذکر ۲۰/۲٪ (۹/۷٪ اضافه وزن و ۱۰/۵٪ چاق)، در دانش آموزان ابتدایی ۱۴/۷٪ (۶/۴٪ اضافه وزن و ۸/۳٪ چاق) و در دانش آموزان راهنمایی ۲۸/۷٪ (۱۸/۶٪ اضافه وزن و ۱۰/۱٪ چاق) و در دانش آموزان دبیرستانی ۲۶/۲٪ (۱۸٪ اضافه وزن و ۸/۲٪ چاق) می‌باشند.

نتیجه‌گیری: مطالعه حاضر نشان داد که شیوع چاقی در نوجوانان کشور قابل ملاحظه می‌باشد؛ بنابراین لزوم برنامه ریزی و اجرای برنامه‌های مداخله‌ای برای بهبود سبک زندگی و اصلاح الگوی تغذیه‌ای و افزایش فعالیت فیزیکی این طیف سنی در سطح خانواده، مدارس و جامعه ضروری است.

واژگان کلیدی: شیوع، چاقی، دانش آموزان، نوجوانان، تیران و کرون.



بررسی میزان آگاهی عادات تغذیه ای و آموزش مفاهیم تغذیه مناسب در دانشجویان رشته بهداشت دانشگاه علوم

پزشکی شاهرود

زهرا کمیاب^{۱*}، رضا محمدزمانی^۲، عفت عامریون^۳، نرگس محمدی^۴

۱. کارشناس ارشد آموزش دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

۲. کارشناس ارشد مدیریت معاونت منابع و توسعه دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

۳. کارشناس ارشد دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

۴. کارشناس آموزش دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

هدف: دانشجویان دختر، مادران آینده این سزمین می‌باشند و آموزش مفاهیم و عادات تغذیه‌ای مناسب به آن‌ها نقش مهمی در سلامت آتی خانواده ایفا می‌کند. این مطالعه به منظور ارزیابی آگاهی و آموزش مفاهیم و عادات تغذیه‌ای در دانشجویان دختر رشته‌های بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شاهرود انجام شد.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه توصیفی-مقطعی ۱۵۵ نفر دانشجویان دختر رشته‌های بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شاهرود با روش نمونه گیری ساده تصادفی انتخاب شده بودند، مورد بررسی قرار گرفتند.

یافته‌ها: افراد مورد مطالعه در محدوده سنی ۱۸ تا ۲۰ سال بودند. ۷/۵ درصد آن‌ها کم خونی را یک بیماری می‌دانستند و ۵/۶٪ فکر می‌کردند ویتامین یک مورد غذایی است. حدود ۵۱/۶٪ آن‌ها از وجود پروتئین در غذاهای گیاهی نامطمئن و ۴۳/۶٪ کاملاً مخالف بودند. برآورد میزان آگاهی دانشجویان نشان داد ۶/۴٪ آگاهی ضعیف، ۴۸٪ آگاهی متوسط و ۳۸/۶٪ آگاهی خوب داشتند. بین میانگین نمره آگاهی دانشجویان دختر با مناطق مختلف سکونت آن‌ها، گروه‌های سنی، رشته‌های مختلف تحصیلی و سطح سواد مادران دانشجویان تفاوت معنی داری مشاهده نشد.

نتیجه گیری: برای رسیدن به سطح مطلوب آگاهی عادات و آموزش مفاهیم تغذیه‌ای دانشجویان دختر، برنامه‌های توسعه یافته آموزشی دانشگاه‌ها و استراتژی‌های مناسب تری مورد نیاز است. بهترین روش برای اصلاح عادات‌های غلط تغذیه‌ای را خوردن حداقل پنج واحد میوه و سبزی، کاهش مصرف نمک از ۱۰ تا ۱۲ گرم کنونی به پنج گرم و کاهش مصرف قند و شکر در طول روز توصیه می‌شود؛ بنابراین اجرای مداخلات با تأکید بر مؤلفه‌های شیوه زندگی ارتقاء سلامت ضروری به نظر می‌رسد.

واژه‌های کلیدی: دانشجویان دختر، آگاهی، تغذیه، بهداشت



بررسی تغییرات غلظت نیترات در منابع آب زیر زمینی شهر گلوگاه در محیط GIS

لیلا میرزاعلی^۱، علی اکبر رودباری^{۲*}

۱- دانشجوی کارشناسی بهداشت محیط، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران.

۲- دکتری بهداشت محیط، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران.

سابقه و هدف: نیترات از جمله مهمترین آلاینده‌های منابع آب زیرزمینی می‌باشد که اثرات نامطلوبی بر سلامت مصرف کنندگان دارد. هدف از این مطالعه، بررسی تغییرات غلظت نیترات در منابع آب زیرزمینی شهر گلوگاه در محیط GIS می‌باشد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه از نوع مطالعات توصیفی تحلیلی می‌باشد که به مدت ۵ ماه بر روی منابع آب زیرزمینی شهر گلوگاه انجام می‌شود. مراحل اجرای این مطالعه عبارتند از:

(۱) انجام هماهنگی‌های اولیه و اخذ مجوزها برای دسترسی به گزارشات نتایج آزمایشات آب شهر گلوگاه

(۲) استخراج اطلاعات مربوط به غلظت نیترات از گزارشات برگه‌های آزمایشات شیمیایی مربوط به ۵ سال گذشته.

(۳) کدبندی و ورود اطلاعات به برنامه Arc GIS

(۴) تهیه نقشه ژئورف شده و پیاده کردن اطلاعات غلظت بر روی آن‌ها

(۵) تهیه نقشه‌های میان یابی

(۶) تهیه و ارائه گزارش نهایی

یافته‌ها: یافته‌های مطالعه نشان می‌دهد که در حال حاضر آب شرب شهر گلوگاه از ۶ منبع مستقل تأمین می‌شود. غلظت نیترات در منابع آب زیرزمینی شهر گلوگاه در طی سال‌های ۹۳-۸۶ دارای نوسانات نامنظم می‌باشد. کمترین مقدار مربوط به سال ۱۳۹۱ به مقدار ۴/۵۷ میلی‌گرم بر لیتر در چاه شماره ۵ و بیشترین مقدار مربوط به سال ۱۳۸۹ به مقدار ۶۳/۳۵ میلی‌گرم بر لیتر در چاه شماره ۱ می‌باشد. همچنین نقشه‌های تهیه شده نشان می‌دهد که محل‌های دارای حداکثر غلظت نیترات از غرب به جنوب مهاجرت کرده است.

بحث و نتیجه‌گیری: مقایسه مقادیر نیترات در منابع آب شهر گلوگاه در سال‌های مختلف نشان می‌دهد که در اکثر چاه‌ها کمتر از حد استاندارد می‌باشد؛ لیکن در برخی منابع مثل چاه شماره ۱ بیشتر است. در سال‌های اخیر به دلیل افزایش احداث مسکن مهر در قسمت جنوبی شهر و افزایش تعداد چاه‌های دفع فاضلاب، سطح نیترات در این مناطق افزایش یافته است.

واژه‌های کلیدی: نیترات، آب‌های زیرزمینی، گلوگاه، GIS.



بررسی میزان آلودگی میکروبی شیرینی‌های تر به استافیلوکوکوس اورئوس در شهرستان گرگان

شیوا شعبانی^{۱*}، شیما شعبانی^۲

۱. کارشناس ارشد علوم و صنایع غذایی، دانشگاه علوم پزشکی گلستان، گرگان

۲. کارشناس ارشد شیمی آلی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شاهرود

سابقه و هدف: شیوع بیماری‌های ناشی از مصرف مواد غذایی آلوده همواره یکی از مشکلات موجود در سراسر جهان بوده است و هر ساله هزینه‌های زیادی صرف بهبود این بیماری‌ها می‌گردد. شیرینی‌های تر به علت مواد تشکیل دهنده و شرایط ساخت و نگهداریشان امکان زیادی برای آلوده شدن به انواع میکروب‌ها را دارا می‌باشند. هدف از این مطالعه بررسی میزان آلودگی شیرینی‌های تر به باکتری استافیلوکوکوس اورئوس در شهر گرگان بود.

مواد و روش‌ها: جهت دستیابی به اهداف مطالعه، ۴۵۰ نمونه شیرینی تر به صورت کاملاً تصادفی نمونه‌گیری شده و طبق استانداردهای ملی ایران آزمون میکروبی لازم بر روی آن‌ها انجام گرفت و سپس داده‌ها مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. **یافته‌ها:** نتایج این مطالعه با استفاده از نرم افزار SAS مورد آنالیز قرار گرفته و ۳/۴۳٪ نمونه‌ها به استافیلوکوکوس اورئوس آلوده بودند. این امر نشان دهنده شرایط غیربهداشتی کارگاه‌های تولید کننده این ماده غذایی و عدم رعایت نکات بهداشتی در هنگام کار و نگهداری این محصول است.

نتیجه گیری: میزان آلودگی در بین نمونه‌های مختلف تفاوت معنی داری دارد و با توجه به بررسی میزان آلودگی در مطالعات گذشته، میزان آلودگی در این بررسی بیشتر می‌باشد. با توجه به آلودگی موجود، ضرورت توجه بر امر بهداشت در مراحل مختلف تولید تا توزیع این محصول احساس می‌شود.

واژه‌های کلیدی: استافیلوکوکوس اورئوس، شیرینی تر، گرگان



تهیه پاستیل از لبو، پرتقال و اسفناج و بررسی خصوصیات شیمیایی و حسی آن

براتعلی زارعی یام^{۱*}، مرتضی خمیری^۲، عظیم مومنیان^۲، مینا ثمره کول^۲

۱- دانشجوی دکتری علوم و صنایع غذایی- میکروبیولوژی مواد غذایی دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان و مدرس موسسه آموزش عالی غیرانتفاعی بهاران گرگان

۲- دانشیار و عضو هیات علمی گروه علوم و صنایع غذایی دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان

۳- دانشجوی کارشناسی ناپیوسته علوم و صنایع غذایی موسسه آموزش عالی غیرانتفاعی بهاران گرگان

سابقه و هدف: پاستیل بعنوان فرآورده‌ای نوین و با ارزش از میوه و سبزیجات تعریف می‌شود. استفاده از میوه و سبزیجات بسیاری از خواص مفید آن‌ها را به مصرف کننده منتقل می‌کند. از سبزیجات در بسیاری از نقاط دنیا برای درمان بسیاری از بیماری‌ها استفاده می‌شود. چقدر قرمز، اسفناج و پرتقال هر کدام منبع مناسبی از ویتامین‌های B₁, B₂, B₃, آهن، کلسیم، پتاسیم و فسفر است. در چقدر، فولات به مقدار فراوانی وجود دارد و در دوران بارداری به دلیل اهمیت این ماده مغذی، خوردن این سبزی توصیه شده تا از بروز نواقص مادرزادی جلوگیری کند. اسفناج به علت داشتن منیزیم، جلوی پیشرفت سرطان را می‌گیرد و خوردن پرتقال از سرطان لوزالمعده، اسکوربوت و فشار خون بالا جلوگیری می‌کند. هدف از این مطالعه، بررسی تهیه پاستیل از لبو، پرتقال و اسفناج و بعضی خصوصیات شیمیایی و حسی آن بود.

مواد و روش‌ها: در این پژوهش سه نوع پاستیل لبو، اسفناج و پرتقال با دو طعم (اسانس) نعنا و لیمو تهیه شد. جهت تهیه پاستیل ابتدا از میوه و سبزی‌ها پوره تهیه شد (خرد کردن، فشردن درون پارچه صافی و حرارت دادن که فقط برای چغندر انجام شد که بافت سفتی داشت). پوره با صافی صاف شد. سپس ۵۰٪ درصد پوره به دمای ۶۰ درجه سانتی گراد رسانده شد و ۱۵٪ شکر به آن افزوده و هم زده شد. بعد از انحلال شکر، میزان ۵/۲ درصد نشاسته به مخلوط افزوده شد و به مدت ۵ دقیقه در دمای ۶۰ درجه حرارت داده شد. پس از حل شدن نشاسته مقدار ۷/۵ درصد ژلاتین به آن اضافه شد و ۲۰ دقیقه در دمای ۸۰ درجه سانتیگراد حرارت داده شد. سپس نمونه کمی سرد شد و PH آن با محلول اسیدسیتریک بر روی ۳/۴ تنظیم شد و ۲ قطره (۰/۱ میلی لیتر) افشره نعنا یا لیمو به آن افزوده و سپس برای سفت شدن درون یخچال به مدت ۴ ساعت قرار داده شد. جهت تعدیل رطوبت به مدت ۲ روز در دمای محیط تا حداکثر دمای ۳۰ درجه سانتی گراد قرار داده شد. ویژگی‌های شیمیایی پاستیل مانند pH، رطوبت و همچنین ویژگی‌های حسی (ظاهر، قابلیت جویدن، چسبناکی، سفتی و لاستیکی بودن، طعم و پذیرش کلی) توسط ارزیاب‌ها مورد آزمون قرار گرفت.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که pH تمامی پاستیل‌ها ۳/۴، رطوبت پاستیل پرتقال ۴۰/۱، پاستیل لبو ۳۵/۶ و پاستیل اسفناج ۳۹/۵ بودند. نتایج ارزیابی حسی نمونه‌ها نشان داد که نمونه‌های پاستیل لیمو بیشترین میانگین امتیازات را نسبت به پاستیل نعنا کسب کرد و نمونه پرتقال در هر دو طعم نعنا و لیمویی نسبت به پاستیل اسفناج و لبو و همچنین نمونه کنترل (پاستیل بازاری) امتیازات حسی بیشتری را کسب کرد. همچنین نمونه پاستیل لبو با اسانس نعنا کمترین میانگین امتیازات را کسب کرد.

نتیجه گیری: نتایج این مطالعه نشان داد که از سبزیجات و میوه جات می‌توان به طور موفقیت آمیز در تهیه پاستیل استفاده کرد و خواص مفید آن‌ها را به مصرف کنندگان انتقال داد.

واژه‌های کلیدی: لبو، پرتقال، اسفناج، پاستیل، ارزیابی حسی



مروری بر مهمترین میکروارگانیسم‌های تولید کننده رنگ، استخراج رنگ و کاربرد آن‌ها در صنایع غذایی و دارویی

براتعلی زارعی یام^{۱*}، مرتضی خمیری^۲، زلیخا خنده زمین^۳

۱- دانشجوی دکتری علوم و صنایع غذایی- میکروبیولوژی مواد غذایی دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان و مدرس موسسه آموزش عالی غیرانتفاعی بهاران گرگان

۲- دانشیار و عضو هیات علمی گروه علوم و صنایع غذایی دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان

۳- دانشجوی کارشناسی ناپیوسته علوم و صنایع غذایی موسسه آموزش عالی غیرانتفاعی بهاران گرگان

سابقه و هدف: رنگدانه‌های مصنوعی مضر هستند، به همین خاطر گرایش به تولید رنگ‌های طبیعی رو به افزایش است. رنگ‌های طبیعی از گیاهان و میکروارگانیسم‌ها به دست می‌آیند. رنگدانه‌های طبیعی با منشاء گیاهی اشکالاتی از قبیل حلالیت کم، بی ثباتی در برابر pH، نور و گرما و عدم دسترسی آسان در طول سال را دارند. تولید رنگ از میکروارگانیسم‌ها با توجه به رشد سریع و آسان، محیط کشت ارزان، استخراج راحت تر، عدم وابستگی به شرایط جوی و گستردگی تنوع دارای مزایای بیشتری است. از رنگ‌های مختلف میکروبی در صنایع غذایی، دارویی، آرایشی، نساجی و غیره استفاده می‌شود.

مواد و روش‌ها: جهت جستجوی مقالات و پایان نامه‌های فارسی و انگلیسی در این زمینه از جستجوگر گوگل، یاهو و همچنین بانک‌های اطلاعاتی و مجلات مختلف استفاده گردید.

یافته‌ها: باکتری‌ها، قارچ‌ها و جلبک‌های مختلفی قادر به تولید رنگ می‌باشند که از میان آن‌ها ۴ گونه *Monascus*، *Penicillium* و *Heamatococcus*، *Dunaleilla* به تولید صنعتی رسیده اند. بتاکاروتن توسط *Penicillium* و جلبک *Blakesleanus*، *Phycomyces*، *Rhodotorula aurantic*، *Neurospora crassa*، *sclerotium*، *Dunallia salina* تولید می‌شود که این جلبک بهترین منبع آن است. لیکوپن توسط قارچ *Blakslea trispora*، لوتئین توسط جلبک *Spongiococcum* و *Chlorella pyrenodosa*، کانتاگزانتین توسط سیانوباکترها، *Brevibacterium*، *Rhodococcus maris*، *Corynebacterium michiganase*، *Micrococcus roseu* و جلبک *Dictyococcus ciannaberinus* و آستاگزانتین توسط *Phiffa rhodozyma*، *Mycobacterium* و *Brevibacterium*، *lactice* و جلبک *Haematococcus pulivalis* تولید می‌شود. مخمر *Monascus* رنگدانه‌های *Monascorbin* (کاهنده کلسترول خون)، *Monascin* (ضد باکتری)، *Ankaflavin* و *Rubropunctain* را تولید می‌نماید که غیرکاروتنوئیدی اند، اما مهمترین رنگ تولیدی توسط *Monascus* رنگ قرمز *anka* است که در غذاهای شرق آسیا استفاده می‌شود. *Penicillium oxalicum* نیز *Arpink red* را تولید می‌کند که در مواد غذایی و آرایشی استفاده می‌شود.

نتیجه گیری: شناسایی ساختمان رنگ‌ها به شناسایی ویژگی‌های مختلف رنگدانه‌ها و تولید بهتر آنها کمک می‌نماید. رنگدانه‌های مورد مصرف در مواد غذایی باید تحت سازمان‌های نظارت بر مواد غذایی قرار گیرند تا اطلاعات سم شناسی و مقدار دوز معین که فاقد سمیت باشد را تعیین کنند تا ایمنی آن‌ها برای مصرف کنندگان تضمین گردد.

واژه‌های کلیدی: رنگ میکروبی، مخمر، کاروتنوئید، لیکوپن، آنتی اکسیدان



بررسی میزان و تغییرات مکانی بروز بیماری سالک در شرق استان سمنان در محیط جی‌ای اس

سیاهپوش مهدیه^{۱*}، شیخ زاده علی رضا^۲، نجوا، فاتح منصوره^۳، رودباری علی اکبر^۴

۱. کارشناس بهداشت محیط، گروه بهداشت محیط، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۲. کارشناس ارشد ایمنی و بهداشت مواد غذایی، گروه بهداشت محیط، معاونت بهداشتی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود،
۳. پزشک عمومی، گروه بیماری‌ها معاونت بهداشتی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۴. استادیار، گروه بهداشت محیط، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران

مقدمه: وجود دام در مجاورت محل‌های زندگی انسان‌ها همواره با خطر بروز بیماری‌های زئونوز (مشترک بین انسان و دام) همراه بوده است. سالک یکی از بیماری‌های زئونوز می‌باشد که دارای تعداد موارد بروز بالایی در شرق استان سمنان است. هدف از این مطالعه، بررسی تغییرات تعداد موارد و تغییرات مکانی بروز بیماری سالک در شرق استان سمنان می‌باشد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه از نوع مطالعات توصیفی-تحلیلی و جامعه مورد مطالعه، مناطق تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی شاهرود (شرق استان سمنان) می‌باشد. برای اجرای این مطالعه، اطلاعات ۱۰ سال اخیر میزان و محل‌های بروز بیماری سالک از مستندات معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی شاهرود استخراج، سپس کدبندی و وارد نرم افزارهای SPSS جهت تحلیل‌های توزیع فراوانی و ArcGIS جهت تهیه نقشه‌های پراکندگی شد. بعد از انجام تحلیل‌های مربوطه، نقشه‌های پراکندگی و تغییرات مکانی بروز این بیماری در سال‌های مختلف در این منطقه تهیه شد.

یافته‌ها: نتایج مطالعه نشان داد که تعداد کل موارد بروز این بیماری در سال‌های مختلف سیر نزولی داشته است و در سال ۱۳۸۸ بیشترین و در سال ۱۳۹۲ کمترین میزان را دارا بوده است. همچنین بیشترین و کمترین میزان بروز این بیماری به ترتیب مربوط به بیارجمند و میامی می‌باشد.

نتیجه گیری: بر اساس نتایج مطالعه، با افزایش فاصله مکانی محل استقرار دام‌ها با خانواده‌ها تعداد موارد بروز بیماری سالک کمتر شد. همچنین محل‌های وقوع این بیماری در سال‌های گذشته تغییر چندانی نکرده است.

واژه‌های کلیدی: سالک، بروز، تغییرات مکانی، جی‌ای اس



بررسی ارتباط وضعیت نمایه توده بدنی با برخی عوامل اقتصادی-اجتماعی و انرژی دریافتی در دانشجویان

مهران نجفی^{۱*}، مهری دلوریان زاده^۲، سعید سعادت^۲، ناهید بلبل حقیقی^۳، آیسا بهار^۴

- ۱- دانشجوی کارشناسی هوشبری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده پرستاری مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران.
- ۲- کارشناس ارشد تغذیه، گروه تغذیه، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران.
- ۳- کارشناس ارشد آمار زیستی، گروه آمار، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران.
- ۴- کارشناس ارشد مامایی، گروه مامایی، دانشکده پرستاری مامایی دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران.
- ۵- دانش آموخته رشته علوم آزمایشگاهی دانشگاه علوم پزشکی سمنان، ایران.

سابقه و هدف: جوانی از مهم ترین و بحرانی ترین دوران رشد و تکامل زندگی انسان است. بررسی وضعیت تغذیه دانشجویان یک معیار کاربردی در ارزیابی سلامت فرد و جامعه است. هدف از این مطالعه ارزیابی ارتباط وضعیت نمایه توده بدن یا (Body Mass Index) که بعنوان شاخصی جهت تعیین وضع تغذیه به کار می‌رود با عوامل اقتصادی، اجتماعی و انرژی دریافتی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شاهرود بود.

مواد و روش‌ها: ۱۰۳۱ دانشجوی خوابگاهی در این مطالعه مقطعی شرکت داشتند. قد و وزن اندازه گیری شد، BMI از تقسیم وزن (برحسب کیلوگرم) بر مجذور قد (برحسب متر) به دست آمد. رسته‌های BMI بر اساس طبقه‌بندی WHO مشخص شد. ارتباط نمایه توده بدن با وضعیت اقتصادی اجتماعی با آزمون آماری کای دو تجزیه تحلیل شد و همچنین یاد آمد ۲۴ ساعته نیز تکمیل گردید و مقدار انرژی دریافتی محاسبه و با استاندارد مقایسه گردید.

یافته‌ها: یافته‌های حاصل از بررسی نشان داد با توجه به تقسیم بندی BMI، ۱۶/۸٪ دختران و ۱۰/۲٪ پسران لاغر، ۷۲/۵٪ دختران و ۷۶/۴٪ پسران دارای وزن طبیعی و به ترتیب ۱۰/۷٪ و ۱۳/۴٪ دختران و پسران اضافه وزن و چاق بودند. بین دختران و پسران در گروه لاغر ارتباط معنی‌داری ملاحظه گردید. ۷۹/۷۳٪ افراد مورد پژوهش در خانواده‌های ۴-۶ نفری، ۸۰/۹۹٪ درآمد ماهیانه متوسط، درصد سواد در پدران و مادران دارای تحصیلات دانشگاهی به ترتیب ۶۳/۳۴٪ و ۸/۵۴٪ بود. ۷۶/۷۳٪ پدران و ۲۰/۸۵٪ مادران دبیرستانی بودند. ۱۰٪ مادران بی سواد بودند. ۹۶/۶۱٪ پدران دارای شغل و ۳۱/۰۹٪ مادران بدون شغل بودند. بین بعد خانوار، سواد و شغل پدر و انرژی دریافتی با BMI ارتباط معنی‌داری ملاحظه گردید.

نتیجه گیری: در ایران بعنوان کشوری در حال توسعه، وضعیت اقتصادی و اجتماعی، بعد خانوار، میزان درآمد ماهیانه و شغل پدر و مقدار انرژی دریافتی می‌توانند بر نمایه توده بدنی فرد نقش مهمی داشته باشند. هم چنین جهت تهیه یک استاندارد مناسب برای تعیین دقیق وضعیت اقتصادی اجتماعی افراد کشور مطالعات گسترده اپیدمیولوژیکی ضروری است.

کلمات کلیدی: وضعیت اقتصادی اجتماعی، انرژی دریافتی، نمایه توده بدن BMI، دانشجویان



بررسی میزان غلظت نیترات و نیتريت در منابع آب شرب مناطق روستایی شهرستان آمل مقایسه آن با استانداردها در

سالهای ۱۳۹۲ و ۱۳۹۳

محمدعلی ززولی^۱، مریم یوسفی^{۲*}

۱. دانشیار، گروه مهندسی بهداشت محیط، دانشکده بهداشت و مرکز تحقیقات علوم بهداشتی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران
۲. دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت محیط، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران

سابقه و هدف: تأمین آب آشامیدنی سالم یکی از مهم‌ترین چالش‌های بخش سلامت کشورهای در حال توسعه می‌باشد. عدم رعایت حریم منابع آب و توسعه ناپایدار فعالیت‌های صنعتی و کشاورزی همواره کیفیت بهداشتی منابع تأمین آب را تهدید می‌کند. یون‌های نیترات و نیتريت از جمله مهم‌ترین آلاینده‌های آب‌های سطحی و زیرزمینی می‌باشند که در اثر ورود فاضلاب خام انسانی و صنعتی، فاضلاب‌های کشاورزی، مواد زائد جامد شهری و صنعتی وارد منابع آب می‌گردند. غلظت بالای نیترات در آب آشامیدنی می‌تواند در کودکان باعث ایجاد بیماری متهموگلوبینمی، سقط جنین در زنان باردار و با تشکیل ترکیبات نیتروزآمین باعث سرطان شود. هدف از این پژوهش، بررسی غلظت نیترات و نیتريت منابع آب شرب مناطق روستایی شهرستان آمل در سال ۱۳۹۳ می‌باشد.

مواد و روش‌ها: این پژوهش یک مطالعه توصیفی-مقطعی است. تعداد ۶۱ نمونه آب از ۶۸ حلقه چاه که در نقاط مختلف مناطق روستایی شهرستان آمل برای تأمین آب استفاده می‌شود. مطابق با روش استاندارد برداشت و میزان نیتريت و نیترات با استفاده از دستگاه اسپکتروفتومتری DR۵۰۰۰ از مدل HACH در طول موج‌های ۵۰۰ و ۵۲۰ نانومتر تعیین گردید. نتایج بدست آمده توسط نرم افزار SPSS ۲۰ و با استفاده از روش‌های آماری توصیفی و آزمون‌های t-test و ANOVA تجزیه و تحلیل شدند. مبنای مقایسه در این بررسی استاندارد ایران و سازمان بهداشت جهانی بوده است.

یافته‌ها: نتایج این پژوهش نشان داد، میزان غلظت متوسط نیترات و نیتريت به ترتیب ۱/۶۲۸ و ۰/۰۰۶ میلی‌گرم بر لیتر می‌باشد. حداقل میزان غلظت نیترات و نیتريت به ترتیب ۰/۴ و ۰/۰۰۲ و حداکثر میزان غلظت به ترتیب ۸/۷ و ۰/۰۰۶ میلی‌گرم بر لیتر بوده است. میزان غلظت متوسط نیترات و نیتريت در سال ۹۲ به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۰۰۲ میلی‌گرم بر لیتر بوده است. حد مجاز استاندارد ایران برای نیترات و نیتريت به ترتیب ۵۰ و ۳ میلی‌گرم بر لیتر بوده که حداکثر میزان این آنیون‌ها در آب آشامیدنی روستاهای شهرستان آمل نیز از حد مجاز استاندارد پایین‌تر است.

نتیجه‌گیری: میزان غلظت نیترات و نیتريت مورد بررسی کمتر از حد مجاز استاندارد ایران بوده است، اما نتایج حاکی از افزایش میزان این دو آنیون در سال ۱۳۹۳ نسبت به سال ۱۳۹۲ می‌باشد؛ لذا جهت جلوگیری از افزایش غلظت نیترات و نیتريت در منابع آب‌های زیرزمینی، آموزش مداوم به کشاورزان در زمینه استفاده صحیح از کودهای شیمیایی و همچنین پایش، تصفیه و دفع بهداشتی فاضلاب و نیز ساخت و بهره‌برداری از سیستم‌های جمع‌آوری و تصفیه فاضلاب شهری ضروری می‌باشد.

واژه‌های کلیدی: نیترات، نیتريت، منابع آب شرب، مناطق روستایی، آمل



بررسی تأثیر پروتئین وی بر کاهش وزن و مسیرهای متابولیکی آن

سمیه فتاحی^۱، دکتر جلال الدین میرزای رزاز^{۲*}

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه علوم پزشکی تهران، ایران

* ۲. نویسنده مسئول، استادیار گروه تغذیه جامعه دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی دانشگاه شهید بهشتی تهران، ایران

سابقه و هدف: چاقی بعنوان یک بیماری همه گیر در جهان توسط سازمان جهانی بهداشت در نظر گرفته شده است. اضافه وزن و چاقی نتیجه تعادل مثبت سطح انرژی در بدن است. سطح پایین فعالیت‌های جسمی همراه با رفتارهای نادرست رژیم منجر به اپیدمی شدن چاقی می‌شود. مطالعات نشان دادند که مصرف رژیم‌هایی با پروتئین بالا با کاهش وزن بیشتری نسبت به سایر رژیم‌ها همراه است. پروتئین وی یکی از اجزای پروتئین سرم شیر می‌باشد که به علت ارزش غذایی بالا و اثرات سودمندی که در زمینه تعادل انرژی، اشتها و متابولیسم گلوکز دارد اخیراً مورد توجه قرار گرفته است.

مواد و روش‌ها: با جستجو در پایگاه‌های اینترنتی Pubmed، Scimedirect، Google scholar، SID و با استفاده از کلید واژه‌های *Insulin, acid Amino, glycemia, OverWeight, Satiety, Milk, Obesity, Whey protein, Incretin system* و *Appetite*، در نهایت ۴۸ مقاله به دست آمد که در این مطالعه مورد استفاده قرار گرفت.

یافته‌ها: پروتئین وی نسبت به دیگر منابع پروتئینی مانند تخم مرغ و کازئین اثر بهتری در کنترل اشتها دارد. همچنین پروتئین وی از طریق پپتیدهای زیست فعال تولید شده در طول هضم در دستگاه گوارش سبب افزایش ترشح هورمون‌هایی نظیر *CCK, PYY, GIP, GLP-1* و انسولین می‌گردد که در نهایت سبب کنترل قند خون، کاهش تخلیه معده و افزایش احساس سیری می‌شود. علاوه بر این مصرف پروتئین وی با افزایش اثر گرمایی غذا سبب مصرف انرژی در بدن می‌گردد که می‌تواند به کاهش وزن کمک کند.

نتیجه گیری: با وجود مطالعات زیادی که در این زمینه وجود دارد، هنوز به اطلاعات بیشتری در مورد مکانیسم‌های عملکردی پروتئین وی در بدن، به ویژه بررسی‌هایی که اثرات مصرف طولانی مدت این پروتئین را در کاهش وزن نشان دهد، نیاز است.

کلید واژه‌ها: پروتئین وی، اضافه وزن، چاقی، اشتها، انسولین، هورمون گوارش



بررسی شناسنامه سلامت دانشجویان ورودی مهر ۹۳ دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

ابراهیمی م، محمودی ا، ذوالفقاری ب، سهرابی م.ب، دلوریان زاده م.

سابقه و هدف: تغذیه و رژیم غذایی از مهم ترین فاکتورهای تأثیرگذار بر سلامت انسان می باشد. گروه وسیعی از بیماری ها را می توان با تغییر سبک زندگی و تغذیه تحت تأثیر قرار داد. در بررسی های انجام شده در سالیان اخیر مشهود بوده که نحوه تغذیه دانشجویان با مشکل مواجه بوده است، بخصوص دانشجویان ساکن خوابگاه بیشتر در معرض خطر می باشند. با توجه به این که ارتباط بین رژیم غذایی و شیوع بیماری های مختلفی به اثبات رسیده است، بر آن شدیم تا وضع تغذیه دانشجویان ورودی مهر ۹۳ دانشگاه علوم پزشکی شاهرود و ارتباط آن با شیوع بیماری های مختلف را در بین این افراد بررسی کنیم.

مواد و روش ها: در این بررسی مقطعی توصیفی شناسنامه سلامت ۱۷۵ دانشجوی جدیدالورود دانشگاه علوم پزشکی شاهرود مطالعه شد. اطلاعات این افراد استخراج و وارد برنامه SPSS شد. شاخص های مورد سنجش از طریق پرسشنامه بسامد مصرف، تن سنجی، سابقه بیماری وضعیت اقتصادی و اجتماعی، علائم بالینی مرتبط با تغذیه فرد به دست آمد. داده ها توسط نرم افزار SPSS و به کمک آزمون های T-Test، مجذور کای تجزیه و تحلیل شد. موارد کمتر از ۰/۰۵ معنی داری آزمون تلقی شد.

نتایج: از بین ۱۷۵ دانشجو، ۱۲۴ نفر مؤنث و ۴۹ نفر مذکر بودند. در دانشجویان مورد بررسی ۱۲/۶ درصد BMI زیر ۱۸/۵، ۶۶/۹ درصد BMI بین ۱۸/۵ تا ۲۴/۹، ۱۵/۴ درصد BMI بین ۲۵ تا ۲۹/۹ و ۵/۱ درصد BMI بالای ۳۰ داشتند. فراوانی مصرف میوه در دانشجویان به صورت روزانه، هفتگی، به ندرت و هرگز به ترتیب ۶۰/۶، ۲۵/۱، ۱۳/۱ و ۱/۱ بود. فراوانی مصرف سبزی نیز بر اساس همان الگوی مصرف میوه به ترتیب ۶/۹، ۳۲/۶، ۴۸ و ۱۲/۶ بود. بر همین اساس فراوانی مصرف لبنیات در بین دانشجویان به ترتیب ۳۷/۸، ۳۸/۳، ۱۸/۹ و ۵/۱ می باشد. با توجه به نتایج فوق بین مصرف میوه و نمایه توده بدنی ارتباط آماری معناداری وجود داشت و در بقیه موارد ارتباط معناداری دیده نشد.

نتیجه گیری: با توجه به وجود ارتباط معنادار بین مصرف میوه و نمایه توده بدنی، توصیه می شود افرادی که دست اندرکار تغذیه دانشجویان می باشند در برنامه ریزی آتی مقدار میوه بیشتری را در برنامه غذایی دانشجویان بگنجانند.

واژه های کلیدی: نمایه توده بدنی، وضع تغذیه، میوه، شناسنامه سلامت دانشجویان



تأثیر فاکتورهای تغذیه‌ای بر روی چاقی مرکزی: یک مرور سیستماتیک

سعید خزایی جلیل^۱، محسن عبدالهی^۲، سجاد حسینی امیرآبادی^۳، مرتضی شمسی زاده^{۴*}

۱. دانشجوی رشته کارشناسی اتاق عمل، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۲. دانشجوی رشته کارشناسی هوشبری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۳. دانشجوی رشته پزشکی، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۴. کارشناس ارشد پرستاری، عضو هیئت علمی دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران

سابقه و هدف: چاقی مرکزی از تجمع چربی در نقاط دیگر بدن خطرناکتر است و با افزایش ریسک ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی، دیابت، کبد چرب و بیماری‌های تنفسی می‌تواند باعث مرگ زودرس شود. شیوع چاقی مرکزی در کشور ایران و در بین زنان و مردان بسیار بالاست. همچنین مطالعات دیگر نشان داده اند که رژیم غذایی اکثر ایرانیان به اصلاح و تغییر نیاز دارد؛ لذا برآن شدیم تا مطالعه حاضر را با هدف تعیین تأثیر فاکتورهای تغذیه‌ای بر روی چاقی مرکزی به انجام برسانیم.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه مروری جهت دستیابی به مطالعه‌های موجود در زمینه موضوع مورد بررسی، جستجو در پایگاه‌های اطلاعاتی PubMed, Science direct, Scopus بین سال‌های ۲۰۰۹ تا ۲۰۱۵ با استفاده از این عبارت‌های کلیدی انجام گردید: waist central obesity OR abdominal obesity (AO) OR adiposity OR circumference (WC). جستجوی این واژه‌ها بعنوان و چکیده مقاله‌ها محدود گشت.

یافته‌ها: یافته‌های مطالعه مروری حاضر نشان می‌دهد که چاقی مرکزی در پاسخ به برخی اقلام غذایی تغییر می‌کند و می‌توان رژیم‌های غذایی مناسبی ارائه کرد تا با کنترل چاقی مرکزی، عوارض ناشی از آن را بهبود و یا تخفیف دهد. اگرچه ممکن است این رژیم‌ها با توجه به تفاوت ویژگی‌های فردی در تمام افراد به یک اندازه تأثیرگذار نباشد.

نتیجه‌گیری: جهت پیشگیری یا درمان چاقی مرکزی و کاهش عوارض آن، تغییر در سبک زندگی به ویژه رژیم غذایی توصیه می‌گردد. کیفیت نامطلوب رژیم غذایی با چاقی مرکزی به صورت مستقیم در ارتباط بوده و بهبود کیفیت آن یکی از مهم‌ترین روش‌های کاهش کالری دریافتی است.

واژه‌های کلیدی: فاکتورهای تغذیه‌ای، چاقی مرکزی، رژیم غذایی



بررسی میزان و تغییرات مکانی بروز بیماری بروسلوز در شرق استان سمنان

سیاهپوش مهدیه^۱، شیخ زاده علی رضا^۲، نجوا، فاتح منصوره^۳، رودباری علی اکبر^{۴*}

۱. کارشناس بهداشت محیط، گروه بهداشت محیط، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۲. کارشناس ارشد ایمنی و بهداشت مواد غذایی، گروه بهداشت محیط، معاونت بهداشتی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۳. پزشک عمومی، گروه بیماری‌ها معاونت بهداشتی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
- *۴. استادیار، گروه بهداشت محیط، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران

مقدمه: در طی سالیان متمادی و به دلیل نزدیکی اجتماعات انسانی با محل نگهداری دام‌ها در شرق استان سمنان، مواردی از بروز بیماری تب مالت در این مناطق مشاهده شده است و علیرغم تمامی اقدامات صورت گرفته در زمینه ارتقاء سطح بهداشت فردی و محیط منطقه، همچنان با بروز مواردی از این بیماری مواجه هستیم. هدف از این مطالعه، بررسی توزیع فراوانی و تغییرات مکانی بروز بیماری تب مالت در شرق استان سمنان در طی سالیان اخیر می‌باشد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه از نوع مطالعات توصیفی - تحلیلی می‌باشد و جامعه مورد مطالعه، شرق استان سمنان واقع در مناطق تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی شاهرود می‌باشد. برای این منظور، اطلاعات ۱۰ سال اخیر میزان و مکان بروز بیماری تب مالت از مستندات معاونت بهداشتی استخراج، سپس کدبندی و وارد نرم افزارهای SPSS جهت تحلیل‌های توزیع فراوانی و ArcGIS جهت تهیه نقشه‌های پراکندگی شد. بعد از انجام تحلیل‌های مربوطه، نقشه‌های پراکندگی و تغییرات مکانی بروز این بیماری در سال‌های مختلف تهیه شد.

یافته‌ها: نتایج مطالعه نشان داد که تعداد کل موارد بروز این بیماری در سال‌های مختلف سیر نزولی داشته است و در سال ۱۳۸۵ بیشترین و در سال ۱۳۹۳ کمترین میزان را دارا بوده است. همچنین بیشترین و کمترین میزان بروز این بیماری به ترتیب مربوط به کالپوش و میامی می‌باشد.

بحث و نتیجه گیری: با توجه به نتایج مطالعه، با افزایش فاصله مکانی محل استقرار دام‌ها با خانواده‌ها و ارتقاء سطح بهداشت محیط، تعداد موارد بروز بیماری کمتر شده است. همچنین مکان‌های بروز این بیماری در سال‌های اخیر تغییر کرده و حداکثر موارد بروز این بیماری از قسمت‌های جنوب غربی منطقه (بیارجمند) به قسمت‌های شمال شرقی (شاهوار) کشیده شده است.

کلمات کلیدی: تب مالت، بروز، تغییرات مکانی، جی‌ای اس



ارزیابی کیفیت فیزیکی و شیمیایی آب‌های بطری شده توزیع شده در سطح شهر بجنورد در سال ۱۳۹۳

سیده نسترن اسدزاده^{۱*}، امید نعمتی ثانی

۱. کارشناس مهندسی بهداشت محیط، دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی، بجنورد، ایران، دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت محیط دانشگاه علوم پزشکی مشهد، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده بهداشت، مشهد، ایران
۲. کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت محیط، گروه مهندسی بهداشت محیط، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران

سابقه و هدف: آب یکی از عناصر ضروری برای زندگی و یک منبع مهم جذب عناصر جزئی در انسان است. در سال‌های اخیر مصرف در آب‌های آشامیدنی بسته بندی شده و تجارت بین‌المللی آن به دلایل بهبود و توسعه راه‌های حمل و نقل افزایش قابل توجهی داشته است. هدف مطالعه حاضر بررسی کیفیت آب‌های بطری شده توزیع شده در سطح شهر بجنورد می‌باشد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه به صورت یک بررسی توصیفی-تحلیلی درباره کیفیت میکروبی و شیمیایی آب‌های بطری شده و تأثیر زمان، مکان و دما در طی نگهداری و ذخیره سازی آب‌های عرضه شده در شهر بجنورد با آزمایش بر روی ۴۵ نمونه آب بطری شده انجام گرفت. بدین منظور ابتدا مارک‌های مورد نظر در فروشگاه‌ها و سوپر مارکت‌های سطح شهر بجنورد شناسایی گردید و از هر مارک به تعداد ۵ نمونه با تاریخ تولید متفاوت در دو فصل بهار و پاییز خریداری شد و آزمایشات میکروبی و شیمیایی مورد نظر بر روی این نمونه‌ها انجام گرفت.

یافته‌ها: نتایج تحقیق نشان می‌دهد در هیچ یک از نمونه‌ها باکتری‌های گروه کلیفرم و کلیفرم مدفوعی مشاهده نگردید و میانگین تمام پارامترهای اندازه گیری شده مانند نیترات، فلوئور، سولفات و کلر و سختی کل در حد مجاز می‌باشد.

نتیجه گیری: آلودگی آب‌های بسته بندی شده می‌تواند موجب بروز برخی از بیماری‌ها بویژه در میان کودکان، افراد سالخورده و افرادی که سیستم ایمنی بدنشان تضعیف شده است، شود؛ لذا رعایت تمام استانداردهای موجود الزامی می‌باشد.

واژه‌های کلیدی: آب، کیفیت، بطری شده، شرایط نگهداری



ارزیابی غلظت سرب در آبنبات‌های رنگی توزیع شده در سطح شهر بجنورد در سال ۱۳۹۴

سیده نسترن اسدزاده^{۱*}

کارشناس مهندسی بهداشت محیط، دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی، بجنورد، ایران و دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت محیط، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران

زمینه و هدف: شکلات و فراورده‌های شکلاتی یا کاکائویی، تافی و آبنبات یکی از مواد خوردنی پرمصرف در جهان است که روز به روز طعم و فرم آن‌ها تنوع بیشتری می‌یابد. افزایش مصرف روزانه و فراگیر شدن دامنه توزیع این محصولات، قانونمند شدن و ضابطه مند شدن این صنعت در رعایت حداقل استانداردها و مقررات جهانی را ایجاب می‌کند.

مواد و روش‌ها: این مطالعه بصورت مقطعی - توصیفی در سال ۱۳۹۴ به صورت سرشماری از آبنبات‌های رنگی عرضه شده در کارگاه‌های تولیدی آبنبات زیر نظر معاونت غذا و دارو سطح شهر بجنورد ۳۰ نمونه، نمونه برداری انجام شد. پس از آماده سازی نمونه‌ها، میزان سرب آن‌ها با استفاده از دستگاه اسپکتروفتومتری جذب اتمی اندازه گیری گردید. اطلاعات جمع آوری شده به صورت توصیفی (میانگین و انحراف معیار) گزارش گردیدند.

یافته‌ها: میانگین غلظت سرب در آبنبات‌های کاکائویی ۳/۴۶، آبنبات زعفرانی ۳/۵۶، آبنبات زرشکی ۳/۷۶، آبنبات لیمویی ۳/۴۳ و آبنبات پرتقالی ۳/۳۰ بود که میانگین غلظت سرب در تمامی نمونه‌ها بالاتر از حد استاندارد می‌باشد.

نتیجه گیری: از آن جایی که میزان سرب در نمونه‌های آزمایش شده بیش از حد مجاز تعیین شده توسط سازمان FDA بدست آمد؛ لذا تدوین استانداردهایی برای حد مجاز سرب در این گونه فراورده‌ها ضروری بوده و رعایت استانداردها و حدود مجاز برای آبنبات‌های عرضه شده در تمامی کارگاه‌های توزیعی سطح شهر الزامی می‌باشد.

واژه‌ها کلیدی: سرب، آبنبات رنگی، بجنورد



Quality assessment of traditional breads in Gonabad bakeries, Iran

Sevedeh Nastaran Asadzadeh^{1*}, Ali Alami²

¹- M.Sc in Environmental Health, University of Medical Sciences Bojnurd, Bojnurd, Iran,

²- M.Sc. in Environmental Health Engineering, student research committee, Mashhad University of Medical Sciences, mashhad, Iran.asadzade_19@yahoo.com

Assistant Professor of Public Health Department, School of Health; Social Determinants of health Research Center, Gonabad university of Medical Sciences, Gonabad, Iran.

Abstract: Bread, as a main food of most people around the world, provides major part of energy, protein, and essential vitamins. So, health and quality of consumable bread would be very important. The aim of this study was to assess quality of taftoon bread which was produced in taftoon bakeries in Gonabad, Iran. We applied a cross-sectional descriptive study on 140 taftoon breads which were selected by two-stage cluster sampling and assessed their bacterial and fungal contaminations, value of PH, and percentage of salt. The data were gathered using a checklist and were analyzed. Our findings showed no bacterial contamination in the sample, while there was 9.3% fungal contamination in the baked breads which was the standard range. Mean (standard deviation) of PH and percentage of salt was 5.92 (0.214) and 1.30 (0.047), respectively. The value of PH in 77.1 % of the breads was into standard interval and percentage of salt in only 7.1% of the breads was more than standard measure. According to our results, 28.6% of the taftoon breads in Gonabad bakeries were unqualified. Our results indicated current situation in production of taftoon bread in Gonabad and would be used by inspectors who supervised the bakeries.

Keywords: Bacterial, Contamination, Sodium Chloride



بررسی اثر ضد باکتریایی عصاره برگ به لیمو بر باکتری استافیلوکوکوس اورئوس در بستنی

حسینعلی طبرسا^۱، هادی کوهساری^۲

۱- کارشناس ارشد علوم صنایع غذایی، دانشگاه علوم پزشکی استان گلستان

۲- عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد آزاد شهر

سابقه و هدف: به لیمو، برگ خشک شده گیاهی با نام علمی *Lippiacitriodora* از خانواده شاهپسند *Verbenaceae* و دارای حداقل ۰/۵ درصد روغن فرار است. با توجه به استفاده روزافزون از ترکیبات گیاهی بعنوان بازدارنده رشد باکتری‌ها، این مطالعه به منظور بررسی اثرات ضد باکتریایی عصاره برگ به لیمو علیه اورئوس در بستنی انجام شد. در یک دهه اخیر تحقیقات زیادی در مورد استفاده از ترکیبات گیاهی بعنوان نگهدارنده به جای ترکیبات شیمیایی صورت پذیرفته است. مطالعه حاضر اثر ضد باکتریایی عصاره به لیمو را بر باکتری استافیلوکوکوس اورئوس در بستنی را نشان می‌دهد.

مواد و روش‌ها: در این پژوهش ابتدا عصاره برگ به لیمو با دستگاه روتاری تحت خلع استخراج شد، سپس عصاره مورد نظر در غلظت‌های مختلف به بستنی افزوده شد. در مرحله بعد سوسپانسیون باکتری استافیلوکوکوس اورئوس به بستنی‌ها افزوده می‌گردد، سپس بعد از گذشت ۴۸ ساعت از افزودن عصاره و سوسپانسیون باکتری به بستنی میزان تأثیرگذاری عصاره مورد بررسی قرار می‌گیرد. کشت در این روش به صورت سطحی بوده و ۰/۱ سی سی از سوسپانسیون به بستنی افزوده می‌گردد. تعداد کلونی‌های رشد یافته در هر پلیت با دستگاه کلنی کانتر شمارش می‌شود.

یافته‌ها: نتایج نشان می‌دهد در زمانه‌ای صفر، روز اول و دوم روند کاهشی قابل ملاحظه‌ای مشاهده نشد، ولی از روز سوم به بعد روند کاهشی تعداد باکتری‌ها مشاهده گردیده است. همچنین بیشترین تأثیر کاهشی بر روی تعداد باکتری‌ها در غلظت ۵٪ و در روز بیست و یکم اتفاق افتاده است. به عبارت دیگر هرچه به غلظت عصاره در زمان‌های مختلف افزوده می‌شود تعداد باکتری‌ها کاهش می‌یابد. این کاهش با افزایش زمان بیشتر می‌شود.

نتیجه گیری: عصاره به لیمو خاصیت ضد باکتریایی بر باکتری استافیلوکوکوس اورئوس دارد و می‌تواند جایگزین مناسبی به جای نگهدارنده‌های شیمیایی باشد.

واژه‌های کلیدی: استافیلوکوکوس اورئوس، اثر ضد باکتریایی، به لیمو



کشت و شمارش باکتری‌های اسیدلاکتیک پروبیوتیک از شیر شتر، چال و آق آران

براتعلی زارعی یام^{۱*}، مرتضی خمیری^۲، صبا آندی^۳، نسیم سراوانی غیور^۳

۱- دانشجوی دکتری علوم و صنایع غذایی- میکروبیولوژی مواد غذایی دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان و مدرس موسسه آموزش عالی غیرانتفاعی بهاران گرگان

۲- دانشیار و عضو هیات علمی گروه علوم و صنایع غذایی دانشگاه علوم کشاورزی و منابع طبیعی گرگان

۳- دانشجوی کارشناسی ناپیوسته علوم و صنایع غذایی موسسه آموزش عالی غیرانتفاعی بهاران گرگان

سابقه و هدف: درباره میکروبیولوژی شیر شتر در مقایسه با شیر گاو تحقیقات کمی انجام شده است و بیشتر آن نیز مربوط به انتقال عوامل بیماریزا از شیر به انسان می‌باشد؛ زیرا شیر و محصولات آن بیشتر به صورت غیرپاستوریزه مصرف می‌شود. باکتری‌های پروبیوتیک اسیدلاکتیک با این که در قرن حاضر بسیار مورد توجه و تحقیق قرار گرفته اند، اما درباره حضور این باکتری‌های مفید در شیر شتر و فرآورده‌های آن در ایران تحقیقات زیادی انجام نشده است. در بعضی مطالعات گونه‌های پروبیوتیک لاکتوباسیلوس اسیدوفیلوس، لاکتوباسیلوس کازئی و انتروکوکوس‌ها از شیر خام شتر و لاکتوباسیلوس اسیدوفیلوس، لاکتوباسیلوس کازئی و لاکتوباسیلوس رئوتری و انتروکوکوس‌ها از چال جداسازی شده اند ولی هیچ مطالعه‌ای بر روی میکروبیولوژی آق آران (محصول تخمیری مشابه ماست) انجام نگرفته است؛ لذا هدف اولیه از این مطالعه کشت و شمارش باکتری‌های پروبیوتیک موجود در شیر خام شتر، چال و آق آران در استان گلستان بود.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه ۱۶ نمونه مختلف شیر شتر، چال و آق آران از شهرستان‌های گنبد، آق قلا و بندر ترکمن در استان گلستان به صورت تصادفی نمونه برداری شد و میزان pH، اسیدیته (بر حسب درجه درنیک) و شمارش پروبیوتیک‌های آن بر روی محیط کشت MRS آگار حاوی ۰/۱۵٪ بایل (نمک صفراوی) براساس روش‌های ذکر شده در منابع معتبر مورد آزمون قرار گرفت.

یافته‌ها: حداقل میزان pH نمونه‌های شیر خام شتر، چال و آق آران در این پژوهش به ترتیب ۶/۵، ۳/۲۳ و ۳/۸ و حداکثر آن ۶/۸، ۳/۷ و ۳/۸ بود. همچنین حداقل میزان اسیدیته شیر خام، چال و آق آران به ترتیب ۱۶، ۵۵ و ۱۱۰ درجه درنیک و حداکثر آن ۲۰، ۱۵۸ و ۱۱۰ بود. همچنین میانگین شمارش پروبیوتیک‌ها در نمونه‌های آق آران و چال بیشتر از شیر خام بود که به خاطر عمل تخمیر در این محصولات است که باعث تکثیر و افزایش این باکتری‌ها شده است.

نتیجه گیری: شیر خام شتر، چال و آق آران به صورت غیرپاستوریزه تهیه و مصرف می‌شوند؛ بنابراین از لحاظ ایمنی میکروبی خطرآفرین هستند. می‌توان انتظار داشت که اگر فرضاً عوامل بیماریزا نیز وجود داشته باشند، احتمال نابودی آن‌ها به خاطر وجود pH پایین، اسیدیته بالا و متابولیت‌های تولیدی توسط باکتری‌های اسیدلاکتیک و پروبیوتیک‌ها وجود خواهد داشت. همچنان که این قضیه در منابع اثبات شده است اما با این حال رعایت موازین بهداشتی در تولید این محصولات تخمیری باید رعایت شود. فلور لاکتیکی جدا شده از شیر شتر و چال در منابع مختلف دارای تنوع زیادی می‌باشد و بسیاری از این باکتری‌ها دارای خواص پروبیوتیکی بوده و برای سلامت مصرف کننده مفید می‌باشند. با توجه به این که باکتری‌های اسید لاکتیک پروبیوتیک در این مطالعه جداسازی و شمارش شدند، می‌توان انتظار داشت که شیر خام شتر، چال و آق آران به دلیل دارا بودن این ارگانیزم‌ها، محصولات پروبیوتیک باشند و دارای خواص سلامتی زایی باشند که البته نیاز به مطالعه بیشتری در آینده دارد.

واژه‌های کلیدی: شیر شتر، چال، آق آران، شمارش، پروبیوتیک