

عنوان:

ارتباط بین طول مدت خواب و سندرم متابولیک در جمعیت کوهورت هویزه : یک مطالعه مقطعی مبتنی بر جمعیت

هدف اصلی:

تعیین ارتباط بین طول مدت خواب و سندرم متابولیک در جمعیت کوهورت هویزه

اهداف ویژه طرح:

1. تعیین همبستگی بین متغیرهای سندرم متابولیک با یکدیگر در جمعیت کوهورت هویزه
2. تعیین رابطه طول مدت خواب با سندرم متابولیک بر اساس متغیرهای دموگرافیک (سن، سطح تحصیلات) در جمعیت کوهورت هویزه
3. تعیین ارتباط طول مدت خواب با سندرم متابولیک و اجزای آن با استفاده از مدل رگرسیون تک متغیره (Univariate regression).
4. تعیین ارتباط طول مدت خواب با سندرم متابولیک و اجزای آن با استفاده از مدل رگرسیون چند متغیره (Multivariate regression).

اهداف کاربردی:

نتایج این پژوهش می تواند مشکلات مربوط به خواب و ارتباط آن با سندرم متابولیک و اجزای آن، در جمعیت کوهورت هویزه را شناسایی نماید. و با نشان دادن وضع موجود زمینه را برای انجام مداخلات لازم فراهم می نماید. دستاوردی برای پژوهشگران برای تحقیقات در سایر جنبه های موضوع در آینده و شاهد و مستندی برای مدیران و ارائه دهندگان خدمات سلامت خواهد بود.

خلاصه روش کار:

در میان مطالعات اپیدمیولوژیک، انجام کوهورت آینده نگر به عنوان یک راه حل اساسی و ارجح مطرح می باشد که در آن امکان ارزیابی اثرات توأم شیوه زندگی افراد، استعدادهای ژنتیکی و سایر عوامل خطر مؤثر در ایجاد بیماریها فراهم می گردد. در مطالعات کوهورت امکان آزمودن صحت و نادرستی فرضیات مختلف در مقیاس بزرگ (از نظر حجم نمونه و قابلیت تعمیم پذیری) وجود دارد. در این مطالعه مقطعی ، تعیین ارتباط بین طول مدت خواب و سندرم متابولیک مورد مطالعه قرار خواهد گرفت.

اندازه گیری فشارخون:

(مراحل اندازه گیری فشار خون: فشار خون افراد دو بار و بر اساس ' پروتکل اندازه گیری فشار خون در کهورت پرشین ' اندازه گیری می شود. حداقل نیم ساعت قبل از اندازه گیری فشار خون، فرد معاینه شونده باید فعالیت شدید نداشته باشد. غذای سنگین، قهوه، الکل، دارو و نوشیدنی های محرک مصرف نکرده باشد و سیگار نکشیده باشد. قبل از اندازه گیری فشار خون اول حتما فرد باید 4 الی 5 دقیقه به صورت نشسته استراحت نماید). فشار خون باید از دو بازوی راست و چپ فرد اندازه گیری شود.

خواب : در این قسمت سوالات :

معمولا شب ها چه ساعتی خوابتان می برد ؟

از زمانی که به رختخواب می روید تا خواب تان ببرد چقدر طول می کشد؟

-معمولا صبح ها چه ساعتی از خواب بیدار می شوید؟

دوست دارید صبح ها چه ساعتی از خواب بیدار شوید؟

آیا در طول روز هم می خوابید؟

آیا از داروهای خواب آور استفاده می کنید ؟

[1]National Institute of Health protocols

معیارهای ورود:

الف) مهمترین معیار ورود در این مطالعه سن بین 35-70 سال می باشد.

ب) سکونت فرد در شهر هویزه

ج) داشتن تابعیت ایرانی (مبنای ایرانی بودن افراد داشتن کارت ملی و شناسنامه می باشد).

د) برای افراد مهاجر که از شهر یا کشورهای دیگر آمده اند این است که حداقل یک سال از سکونت آنها در شهر هویزه گذشته باشد.

ذ) برای افراد غیر مهاجر لازم است حداقل 9 ماه در سال در شهر هویزه سکونت داشته باشند.

معیار خروج:

الف) افرادی که baseline کهورت هویزه قادر به برقراری ارتباط جهت پاسخگویی نبوده اند.

ب) افراد ناشنوا، نابینا، گنگ و افراد فلجی که قادر به مراجعه به مرکز کهورت نبوده اند.

ج) افراد دارای تابعیت غیر ایرانی .