مجله علوم پزشکی دانشگاه آزاداسلامی

سال ١٤ ، شماره ١، صفحات ٢٣ تا ٢٨ (پاییز٨٣)

Orginal Article

بررسی آگاهی مادران باردار وخانم ها در سنین باروری ازشیوه تغذیه صحیح شیرخوار

*دکترمعصومه همت یار[١] دکترلاله وکیلی[٢]

[١]گروه کودکان دانشگاه آزاداسلامی واحدپزشکی تهران

[٢] پزشک عمومی

چکیده :

مقدمه : باتوجه به اهمیت آگاهی مادران ازاصول تغذیه صحیح شیرخواردرپیش گیری ازمشکلات تغذیه ای وعوارض نامطلوب آن دررشد ونمو شیرخواران ، این مطالعه روی میزان آگاهی مادران در موردشیوه تغذیه صحیح شیرخوارانجام شد.

هدف : هدف اصلی این پژوهش ارزیابی سطح آگاهی مادران دراین زمینه بوده است .

روش بررسی :این مطالعه مقطعی روی٣٠٠ خانم ٤٠-١٨ سال که به طور اتفاقی وباروش نمونه گیری تصادفی ساده وارد بررسی شده بودندصورت گرفت وطی آن پرسش نامه ای توسط مادران تکمیل شدو مصاحبه به شیوه چهره به چهره انجام گردید . نتایج به دست آمده از پرسش نامه ها پس از Scoring تحت آنالیز آماری قرارگرفت. متغیرهای مورد سنجش دراین پژوهش شامل آگاهی مادرازشیوه صحیح تغذیه شیرخوار، سن مادر، میزان تحصیلات مادر، محل سکونت ومیزان درآمدخانواده بوده است.

نتایج : براساس تجزیه وتحلیل آماری انجام شده١٢٪ ازمادران آگاهی ضعیف، ٢٥٪ آگاهی خوب و٦٣٪ آگاهی عالی درمورد تغذیه شیرخورداشتند.

نتیجه گیری : به عنوان نتیجه گیری کلی می توان گفت اگرچه آگاهی مادران درحدقابل قبولی بوداما باید اطلاع رسانی و آموزش بیش تری دراین زمینه صورت گیرد.

کلیدواژه ها :١- تغذیه شیرخوار٢- آگاهی مادران ازتغذیه شیرخوار٣- سن مادر.

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-09-11]

مقدمه :

تغذیه مناسب دررشد وتکامل شیرخواران نقش مهمی دارد.شیرخواران به موادغذائی اصلی (macronutrients) مانند پروتئین ها، چربی ها، کربوهیدرات ها ومایعات وموادغذایی فرعی (Micronutrients) مانند ویتامین ها، املاح وعناصرکمیاب نیازفراوان دارند.کمبودیا مصرف بیش از حد هریک از این مواد باعث اختلالات تغذیه ای درشیرخوارمی گردد. (۱و۲) آگاه بودن مادران از اهمیت تغذیه انحصاری با شیرمادر در ٦ ماه اول پس از تولد ومزایای تغذیه ای وایمنی شیرمادر وزمان شروع تغذیه تکمیلی وشیوه آن بسیار مهم است. درصورتی که این آگاهی درحد مطلوب و ایده آل باشدمی تواند درکاهش شیوع بیماری ها ، سوء تغذیه وکم خونی ناشی از کمبود آهن درشیرخواران نقش داشته باشد.(۳)به طورکلی شیرمادر به تنهایی در٦ ماه اول پس از تولد تمام نیازهای تغذیه ای شیرخوار را برآورده می سازد ونیازی به دادن آب وسایر موادغذایی دراین دوره نمی باشد. زمان شروع تغذیه تکمیلی در ٦-٤ ماهگی بوده وبایددرابتدا با غذاهای ساده تر وباحجم کم تر شروع وبه تدریج برمقدار وتنوع آن افزوده شود. (۱و۲) باتوجه به اهمیت آگاه بودن مادران ازاصول تغذیه شیرخوار درپیش گیری از مشکلات تغذیه ای وعوارض نامطلوب روش های نادرست تغذیه در رشد ونمو شیرخواران مطالعاتی روی میزان آگاهی مادران انجام شده است. درمطالعه ای درهند پس از آموزش مادران در زمینه تغذیه شیرخواران،افزایش آگاهی مادران دراین زمینه وبهبودی درنوع ، کمیت وکیفیت غذاهای تکمیلی مشاهده گردیدکه موجب افزایش قد و وزن کودکان شده بود.(٤)ازسوی دیگر دررابطه با نقش رسانه های گروهی مانند تلویزیون ومجلات تحقیقاتی درانگلستان تحقیقاتی انجام شد ومشاهده گردیدباتوجه به این که دراین کشورتغذیه باشیرمادر کم است، اغلب رسانه های گروهی بندرت اطلاعات مثبتی درزمینه تغذیه با شیرمادر دارند که این مسئله می تواند درتصمیم گیری مادر برای نوع شیردهی نقش داشته باشد.(۵و٦) تغذیه با شیرمادر درمادران با وضعیت اجتماعی ، اقتصادی پایین وسطح تحصیلات پایین کم تر مشاهده می شود. (۷و۸) هدف اصلی این پژوهش ارزیابی سطح آگاهی مادران در مورد شیوه صحیح تغذیه شیرخواربوده است . بدین منظور با تهیه پرسش نامه ومصاحبه با مادران میزان آگاهی آن ها درمورد تغذیه شیرخوار مورد بررسی قرارگرفت سپس نتایج حاصله مورد آنالیز تجزیه وتحلیل آماری قرارگرفت.

روش بررسی:

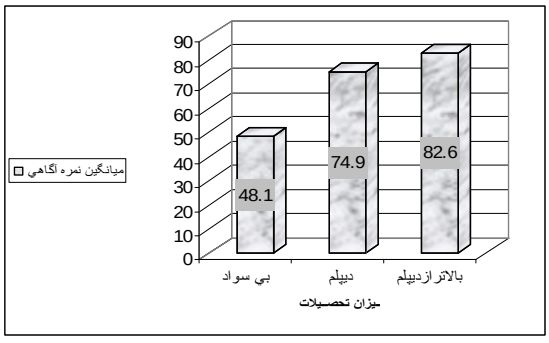
این مطالعه تحلیلی و آینده نگر روی ۳۰۰ خانم درسنین باروری که جهت دریافت خدمات پزشکی درسال ۱۳۸۰به بیمارستان های تابعه دانشگاه آزاداسلامی واحدپزشکی تهران مراجعه کرده بودند، انجام شد.معیارهای شرکت دربررسی عبارت بودند از : سن ٤٠-١٨ سال (این محدوده سنی زمان تراکم باروری بوده وبهترین زمان برای سنجش آگاهی است)دارابودن تابعیت ایرانی ، سکونت درایران ، معیارهای خروج از مطالعه عبارت بودنداز: مادران زیر۱۸ سال وبالاتراز٤٠ سال ومادران بااصالت غیرایرانی.متغیرهای مورد بررسی عبارت بودنداز : سن مادر برحسب سال خورشیدی ، میزان تحصیلات مادر براساس مراحل تحصیلی که گذرانده است ، محل سکونت ، میزان درآمد، میزان توجه مادر به رسانه های گروهی ، شرکت یا عدم شرکت درکلاس های آموزشی تغذیه شیرخوار ومیزان آگاهی مادر از شیوه صحیح تغذیه شیرخوار. روش گردآوری اطلاعات به صورت تکمیل پرسش نامه ومصاحبه چهره به چهره بوده است. پرسش نامه ها شامل ۲۰ سوال تستی چندجوابی بودکه به پاسخ صحیح نمره ۵ وبه پاسخ های دیگر نمرات کم تر تعلق می گرفت.درصورت پاسخ صحیح به تمام سئوالات جمع نمرات ۱۰۰ درنظرگفته می شد.نمره بین صفرتا۵۹ به عنوان آگاهی

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-09-11]

ضعیف مادر درمورد تغذیه شیرخوار، ۶۹-۶۰ آگاهی خوب و ۱۰۰-۷۰ آگاهی عالی مادر درنظر گرفته می شد.جهت تجزیه وتحلیل داده ها از آزمون آماری Tukey-HsD Test و t-Test استفاده گردید. ذکراین نکته لازم است که به مادران درمورد رعایت امانت ومحفوظ ماندن اطلاعات اطمینان داده شد.

نتایج:

ازتعداد ۳۰۰ نفر شرکت کننده دراین بررسی، برپایه آنالیز آماری پس از Scoring پرسش نامه تکمیل شده ، ۱۲٪ مادران آگاهی ضعیف ، ۲۵٪ آگاهی خوب و۶۳٪ آگاهی عالی داشتند.شصت وهشت درصداز مادران از اهمیت شروع تغذیه با شیرمادر در بدو تولد آگاه بودند،۹۶٪ مادران از برتری شیرمادر برشیرخشک وسایر شیرها آگاهی داشتند و۷۷٪ مادران از زمان شروع تغذیه تکمیلی آگاه بودند. با استفاده از آزمون Tukey-HsD Test ارتباط معنی داری بین سن مادر ومیزان آگاهی او مشاهده نشد، اما بین میزان تحصیلات مادر،میزان درآمد خانواده ، محل سکونت مادران ومیزان توجه مادران به رسانه های گروهی و میزان آگاهی ارتباط آماری معنی داری وجود داشت($p<0/05$) . ازنظرمیزان تحصیلات مادر، بیش ترین آگاهی درمادران با مدرک تحصیلی بالاتراز دیپلم (میانگین نمره آگاهی ۸۲/۶) وکم ترین آن درمادران بی سواد(میانگین نمره آگاهی ۴۸/۱) مشاهده شد (نمودارشماره۱).

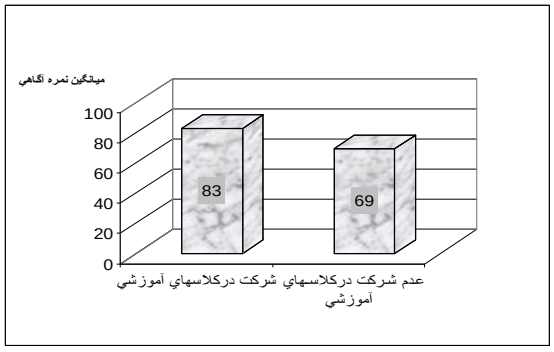


نمودارشماره ۱: بررسی ارتباط بین میزان تحصیلات مادروآگاهی از تغذیه صحیح شیرخوار

درخانواده ها با میزان درآمد خوب میزان آگاهی مادران بالاتر(میانگین نمره آگاهی ۸۳/۳) ودرخانواده هایی که درآمد ضعیفی داشتند میزان آگاهی مادران ضعیف (میانگین نمره آگاهی ۴۸) بود.ازنظرمحل سکونت میزان آگاهی مادران ساکن درشهرها بیش ازسایرین(میانگین نمره آگاهی ۷۶/۱)وبعدشهرستانی ها(میانگین نمره آگاهی ۶۸/۲) و کم ترازهمه مادران ساکن در روستا(میانگین نمره آگاهی ۵۰/۶) بود. توجه بیش تر مادر به رسانه های گروهی موجب افزایش میزان آگاهی شده بود(نمودارشماره ۲).

نمودار شماره ۲ : بررسی ارتباط میزان توجه به رسانه های گروهی و میزان آگاهی مادران از تغذیه صحیح شیرخوار

با استفاده از آزمون T-Test ارتباط بین شرکت یا عدم شرکت درکلاس های آموزشی با میزان آگاهی مادران مورد بررسی قرارگرفت که با p-value کم تراز ۰/۰۰۰۱ارتباط معنی داری مشاهده شد .بدین ترتیب که مادران شرکت کننده در درکلاس های آموزشی آگاهی بالاتری نسبت برمادرانی داشتندکه درکلاس ها شرکت نکرده بودند (میانگین نمره آگاهی ۸۳ درمقابل ۶۹) (نمودار شماره ۳).



نمودار شماره ۳: بررسی ارتباط شرکت درکلاس های آموزشی شیرمادر و میزان آگاهی مادران از تغذیه صحیح شیرخوار

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-09-11]

بحث:

براساس نتایج به دست آمده دراین تحقیق ، اغلب مادران آگاهی نسبتاً خوبی ازشیوه صحیح تغذیه شیرخوار داشتند.درمطالعه حاضرارتباط معنی داری بین سن مادر ومیزان آگاهی او مشاهده نگردید که می تواند ناشی از آن باشد که دراین مطالعه مادران با سن زیر ۱۸ سال مورد بررسی قرار نگرفتند.

دربعضی از مقالات شیردهی ناموفق وشروع زودتر ازموعد غذاهای کمکی را درمادران با سن پایین بیش تر گزارش شده است.(۷و۹) دراین مطالعه میزان آگاهی ضعیف در زنان با تحصیلات پایین تر، کلاس اجتماعی اقتصادی پایین ، توجه کم تر به رسانه های گروهی وعدم شرکت درکلاس های آموزشی مشاهده شد.درمطالعات انجام شده درانگلستان نیز شیردهی ناموفق در زنان با سن پایین ، کلاس پایین اجتماعی وتحصیلات پایین مشاهده گردید (۷و۸و۱۰) مسایل فرهنگی درمورد تغذیه شیرخواران بسیارمهم است. به طور مثال دربعضی از فرهنگ ها غذاهای نیمه جامد را زودتراز موعدحتی درماه اول بعدازتولد شروع می کنند.(۹)ومادران جوان بسیار تحت تاثیر اطرافیان نزدیک به خصوص مادربزرگ ها قرار دارند. (۹) دراین گروه ها میزان تغذیه انحصاری با شیرمادربسیارکم بوده است.(۹و۱۰) درکشورهای پیش رفته مانند انگلستان وایتالیا نیزکه تغذیه باشیرماد کم است تحقیقاتی درمورد برنامه های رسانه های گروهی مانند تلویزیون ومجلات درمورد تغذیه با شیرمادر وتغذیه با شیشه انجام شدو مشاهده گردید دراین رسانه ها بیش تر درمورد تغذیه با شیشه بحث شده ومزایای سلامتی شیرمادر ومشکلات تغذیه با شیشه ، کم تر ذکرشده است که این مسایل می توانند در تصمیم گیری مادر برای نوع شیردهی موثرباشند.(۵) بنابراین نقش آموزش از طریق رسانه های گروهی درتغذیه با شیرمادر بسیار مهم است.(٦) هم چنین تصمیم گیری مادر برای شروع شیردهی بیش تر از دانستن تئوری فواید شیردهی ، تحت تأثیر مشاهده یک شیردهی موفق در یکی از نزدیکان یا دوستان می باشد(۷). ارتباط مادر با افرادی که تجربه های موفقی دراین زمینه داشته اند نقش مهمی در شیردهی او دارد. حمایت از تغذیه با شیرمادر نباید تنها محدود به سیستم بهداشتی باشد بلکه باید فعالیت های بیش تری را دربرگیرد وباید کوشش ها درجهت تغییر فرهنگ برای تغذیه شیرخوار ودفاع از شیرمادرباشد(۱۱). تغذیه انحصاری باشیرمادر،شروع به موقع غذاهای کمکی ، آموزش بهداشت شخصی ، ایمونیزاسیون ، درمان صحیح عفونت های اسهالی وتنفسی وادامه تغذیه طی بیماری می تواند سوء تغذیه را درکودکان زیر ۵ سال کاهش دهد(۳).این پژوهش به روشنی نشان می دهد که اگر درآمد خانواده ودست رسی به امکانات آگاهی رسانی وتحصیلات مادر درسطح بالایی باشد، میزان آگاهی ودانش مادر از اصول تغذیه وروش انجام دادن صحیح آن افزایش خواهد یافت ومادر برای فراگیری مطالبی که از آن ها آگاهی ندارد تمایل بیش تری از خود نشان خواهد داد . هم چنین چنانچه تلاش ها روی آموزش نکات مهم تغذیه ای وروش صحیح تغذیه به مادران متمرکز گردد، درآینده ای نه چندان دورشاهد ازمیان رفتن بسیاری از مشکلات تغذیه ای خواهیم بود.

منابع:

1. John S Curran , Lewis A Barness , The feeding of infants and children. Chap 41 , Nelson textbook of pediatrics. 16th ed . Philadelphia: Saunders;2000 . p. 149-168

2. Andrew M. Tershakovec , Virginia A. Stallings . Pediatric nutrition and

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-09-11]

nutritional disorders. In: Nelson essentials of pediatrics . 4th ed . Philadelphia Saunders; 2000 .P. 57-65

3. Roy SK , Haldar A , Biswas B , Misra R , Kumar S . Epidemiology of undernutrition. The Indian journal of pediatrics . 2001 ; 68 (11):1025-30

4. Sethi V , Kashyap S , Seth V . Effect of nutrition education of mothers on infant feeding practices. The Indian journal of pediatrics . 2003 ; 70(6): 463-6

5. Lesley Henderson , Jenny Kitzinger , Josephine Green . Representing infant feeding : content analysis of British media portrayals of bottle feeding and breast feeding. BMJ 2000 nov; 321:1196-8 .s

6. Henderson Henderson lesley,Kitzinger J,Green J. Television programs could market breast feeding. BMJ 2001 April; 322: 8633

7. McIntyre E,Hiller J.E, Turnbull D. Determination of infant feeding practices in a low socio-economic area : identifying environmental barriers to breast feeding. Australian and new Zealand journal of public health 1999 ; 23(2) : 207-9

8. Bentley M Garvin L,Black M.M,Teti L. Infant feeding practice of low income. African-American , Adolescent mothers : An ecological , multigenerational perspective. Social science and medicine 1999 ; 49(8): 1085-100

9. Bronner Y.L. Sussan M.Gross,Laura Caulfield ,Margaret E Bentley, Lisa Kessler,Joan Jesen , Early introduction of solid foods among urban African-American participants in WIC. Journal of the American diabetic association,1999 , 99(4) : 457-61

10. S Conti Niboli , Cultural representation of newborn feeding. Archives of disease in childhood 2003 : 88 : 555

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-09-11]

Abstract

The Evaluation of awareness of pregnant mothers & reproductive age women about nursing

[*]M.Hemmatyar,M.D [I] L.Vakili M.D [II]

Introduction: *Importance of mothers general knowledge on proper nutrition facts to prevent nutritional problems, and the aftermath effects on infant growth, have stimulated us to carryout this study.*

Objective: *In fact, the objective of this research was to evaluate the basis of general knowledge of number of mothers on the manner of proper nutrition of infants in Iran.*

Material & methods:*For this purpose, 300 mothers aged 18-40 , have been evaluated by the "Simple Random Sampling" method. They filled the questionnaires and participated in a "face to face" interview. After scoring the questionnaire, the results have been statistically analyzed.The measuring variables in this research included, general knowledge of proper nutrition of infants, age, level of education, home address and amount of income of the mothers.*

Findings:*After statistical analysis of the data,some meaningful relations have been obtained between the above variables and the level of education of the mothers. It was found that 12% of the mothers had poor, 25% good,and 63% excellent knowledge on the nutrition of infants.*

Conclusion:*Although, it seemed that the general knowledge of the mothers could be more or less accepted, but they ought to be more informed and educated in the related areas.*

Key words:*1- nutrition of infants2-knowledge of mothers 3- mother age.*

[I] - Assistant professor of Pediatrics disease, Islamic Azad University Tehran Medical Unit([*]Corresponding Author)

[II] - General physician

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-09-11]