

ارائه نرم افزار آموزشی مبتنی بر تلفن همراه برای تغذیه زنان نابارور

چکیده:

مقدمه: شیوع ناباروری در تمام کشور های دنیا در حال افزایش است و این میزان در کشور ایران از متوسط جهانی بالاتر و در حدود ۱۳ تا ۲۰ درصد گزارش شده است. ناباروری در حوزه های گوناگون از جمله اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و حتی ارتباط زوجین تاثیر گذار است. عوامل زیادی بر ناباروری تاثیرگذار هستند که یکی از آنها حوزه تغذیه است. پژوهش حاضر، با هدف ارائه برنامه کاربردی آموزشی مبتنی بر تلفن همراه برای زنان دارای مشکل ناباروری انجام شد.

روش پژوهش: این پژوهش از نوع توسعه ای-کاربردی بود و در دو مرحله صورت گرفت. در مرحله تعیین محتوای آموزشی، پس از بررسی مطالعات قبلی از مجلات و پایگاه های معتبر داخلی و خارجی، موارد بدست آمده در اختیار متخصصان تغذیه گذاشته شد تا میزان ضرورت و اثربخشی هر مورد سنجیده شود. در مرحله بعد پس از طراحی و پیاده سازی برنامه کاربردی براساس نتایج مرحله قبل، برنامه در اختیار ۴۰ نفر از زنان نابارور قرار داده شد و پس از استفاده (یک هفته)، برای ارزیابی میزان رضایت کاربران از پرسشنامه استاندارد کوئیز استفاده گردید. تحلیل نتایج بدست آمده با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۵ صورت گرفت.

یافته ها: براساس یافته های به دست آمده از پژوهش، عناصر داده نرم افزار آموزشی تغذیه در زنان نابارور که از دیدگاه متخصصان تغذیه و ناباروری بدست آمد شامل سه بخش کلی بود. بخش اول شامل داده های جمعیت شناسی زنان، بخش دوم محتوا و داده های آموزشی شامل: تعاریف علمی ناباروری و سبک زندگی، بیماری و دستورات درمانی، رژیم غذایی و تغذیه، عادات تغذیه، فعالیت و عادات شخصی و قاعدگی و بخش سوم قابلیت های مورد نیاز بود. نتایج بدست آمده از ارزیابی کاربردپذیری و رضایتمندی برنامه توسط کاربران با میانگین امتیاز ۷,۵۵ از مجموع ۹ امتیاز، نشان دهنده این موضوع بود که رضایت کاربران از برنامه در سطح " خوب " قرار داشت.

نتیجه گیری: آموزش تغذیه زنان دارای مشکل ناباروری نقش مهمی در افزایش آگاهی و تاثیر درمان آنها می تواند داشته باشد و از طرفی با توجه به گسترش و استفاده از تلفن همراه، ایجاد و طراحی برنامه آموزشی مبتنی بر تلفن همراه در زمینه آموزش تغذیه برای زنان نابارور می تواند مفید باشد.

کلید واژه ها: ناباروری، آموزش تغذیه، سلامت همراه، کاربردپذیری