

دانش، نگرش و رفتارهای تغذیه‌ای مرتبط با بیماری کووید ۱۹ در شهرستان گناباد در سال ۱۳۹۹

رضا نوری، شهلا خسروان، مژگان منصوریان، سید امیر طبابائی زاده، نسیم خواجهویان

مقدمه

بیماری کووید ۱۹ یک بیماری تنفسی و اکنون یکی از مشکلات مهم بهداشتی در سراسر دنیا می باشد. اگرچه شایعترین علائم این بیماری شامل تب و تنگی نفس است اما علائم گوارشی مانند درد شکم، اسهال و حالت تهوع نیز در بیماران گزارش شده است (۱،۲). دانش، نگرش و رفتارهای در ارتباط با این بیماری در حال توسعه است. حیوانات و مصرف غذاهای آلوده را احتمالاً از منابع اصلی این عفونت ویروسی می دانند و رعایت رژیم غذایی سالم در پیشگیری از ابتلا و بهبودی بیماران موثر می باشد (۲). این مطالعه با هدف تعیین دانش، نگرش و رفتارهای تغذیه مرتبط با بیماری کووید ۱۹ در شهرستان گناباد در سال ۱۳۹۹ انجام شد.

روش پژوهش

این مطالعه مقطعی آنلاین در سال ۱۳۹۹ بر روی ۳۸۹ نفر از افراد ۱۸ سال و بالاتر شهرستان گناباد که به روش در دسترس انتخاب شدند انجام شد. معیارهای ورود به مطالعه شامل تمایل به شرکت در مطالعه، نداشتن معلولیت ذهنی، توانایی پاسخگویی به پرسشنامه بصورت الکترونیکی و معیار خروج نیز عدم تکمیل پرسشنامه در زمان تعیین شده بود. ابزار اندازه گیری، پرسشنامه ای پژوهشگر ساخته مبتنی بر منابع علمی و سایت سازمان جهانی بهداشت و مشتمل بر ۴ بخش اطلاعات دموگرافیک، دانش، نگرش و رفتار تغذیه ای بود. در صورت رضایت افراد برای شرکت در مطالعه و داشتن معیارهای ورود، لینک پرسشنامه برای آن ها از طریق ایمیل و یا نرم افزارهای تلگرام و واتس آپ ارسال شد. داده های جمع آوری شده با استفاده از نرم افزار SPSS و آزمون های تی مستقل، ANOVA و ضریب همبستگی پیرسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت

نتایج

میانگین سن شرکت کنندگان $37/3 \pm 11/3$ سال و $52/7$ درصد آنها مرد بودند. بر اساس نتایج مطالعه، میانگین نمره دانش، نگرش و رفتار تغذیه ای به ترتیب برابر با $9/7 \pm 1/4$ ، $14/3 \pm 3/5$ و $29/6 \pm 4/2$ بود که نمره های دانش و رفتار تغذیه ای شرکت کنندگان بالاتر از حد متوسط و میانگین نمره نگرش تغذیه ای آنها تقریباً در حد متوسط بود. در حیطه دانش، شرکت کنندگان اغلب خوردن غذای آلوده را به عنوان راه انتقال بیماری می دانستند ($88/3\%$) و در مقابل خوردن مایعات، غذاهای سالم، پخته شده (82%) و غنی از ویتامین های A,B,C,D و E ($99/1\%$) (در برابر مصرف مکمل ها) و نیز پروتئین (69%) و زنجبیل و سیر ($54/8\%$) و همچنین مصرف آهن، روی و سلنیوم (92%) را موجب تقویت سیستم ایمنی بدن و موثر در پیشگیری از بیماری ذکر کردند.

در حیطه نگرش و باور، شرکت کنندگان اعتقاد داشتند که خوردن غذاهای حرام (32%)، مصرف گوشت حیوانات وحشی (42%) و مصرف غذاهای آماده و فست فود ها ($59/2\%$) عامل ایجاد بیماری کووید-۱۹ می باشند و با مصرف میوه ها و سبزیجات (93%) و رژیم غذایی متنوع (42%) همراه با مکمل ($57/7\%$) برای درمان و پیشگیری بیماری کرونا موافق بودند.

در حیطه رفتار، تهیه مواد غذایی از مکان های بهداشتی (88%)، شستن دستها قبل از غذا و نوشیدنی ($84/3\%$)، استفاده از ظروف غذا خوری شخصی ($72/2\%$) شستشو و ضد عفونی سبزی و میوه ($80/4\%$) و پرهیز از غذا خوردن در مکان های شلوغ و غیر بهداشتی (79%)، مهمترین رفتار های بود که مشارکت کنندگان همیشه در پیشگیری از ابتلا به کرونا انجام می دادند.

بحث و نتیجه گیری

منشاء این بیماری ویروسی بطور اولیه بازار عمده فروشی غذاهای دریایی و حیوانات وحشی در جنوب چین اعلام شده است. حیوانات آلوده و مصرف غذاهای آلوده احتمالاً می توانند منبع اصلی عفونت ویروسی شناخته شده است (۳). علاوه بر اجرای برنامه قرنطینه، تعطیل شدن بازارهای فروش حیوانات در چین از مهمترین اقدامات لازم در پیشگیری و جلوگیری از انتشار این ویروس بود، تهیه مواد غذایی مناسب و تغییر عادات سنتی خوردن محصولات حیوانات وحشی به عنوان رفتار های پیشگیری کننده توصیه شده است (۴). اغلب مشارکت کنندگان توصیه های انجام شده از جمله شستن دستها، پختن غذا ها و شستن سبزی و میوه و مصرف آنها و همچنین پرهیز از غذا خوردن در مکان های شلوغ و مصرف مواد غذایی بسته بندی شده و مصرف آب، سیر و زنجبیل را همیشه یا اغلب رعایت می کردند. نتایج این پژوهش نشان داد که دانش، نگرش و رفتار های تغذیه ای ساکنین شهرستان گناباد نسبت به بیماری کووید-۱۹ مناسب بوده اما ادامه برنامه آموزش بهداشت برای مردم با تمرکز بر تغذیه باید افزایش یابد.

منابع

- Hao Y, Xu T, Hu H, Wang P, Bai Y. Prediction and analysis of corona virus disease 2019. PloS one. 2020 5;15(10):e0239960.
- Zhong BL, Luo W, Li HM, Zhang QQ, Liu XG, Li WT, Li Y. Knowledge, attitudes, and practices towards COVID-19 among Chinese residents during the rapid rise period of the COVID-19 outbreak: a quick online cross-sectional survey. International journal of biological sciences. 2020;16(10):1745.
- World Health Organization. Foodborne disease: a focus for health education. 2000
- Bala PC, Eisenreich BR, Yoo SB, Hayden BY, Park HS, Zimmermann J. OpenMonkeyStudio: automated markerless pose estimation in freely moving macaques. bioRxiv. 2020 Jan 1.