



مرکز آموزش عالی علوم پزشکی وارتگان

Secondary Analysis of a Multi Country Mobile Health Trial to Reduce Blood Pressure System : Randomized controlled trial (RCT)

مرضیه راعی

- **Journal of Medical Internet Research (JMIR)**
- **Indexing:** ISI, Scopus, PubMed, DOAJ
- **2018 Impact Factor:** 4.541
- **Categories:**
 - **Health Informatics:** Q1

❖ فهرست مطالب

- مقدمه و بیان مساله
- هدف مطالعه
- روش اجرا
- نتایج
- بحث و نتیجه گیری

تأثیر فراوان شیوه روش زندگی بر سلامت جامعه و افراد

تأثیر مثبت افزایش آگاهی مردم در تغییر شیوه زندگی

استفاده فزاینده از M-Health در بهبود وضعیت بهداشت عمومی

✓ هدف کلی

بررسی تاثیر یک سیستم سلامت موبایل بر کاهش فشار خون از طریق مقایسه
شاخص های ارزیابی عوامل خطر بعد از مداخله



❖ روش اجرا

□ نوع مطالعه: مطالعه Randomized controlled trial (RCT)

□ مکان مطالعه:

۳ کشور: آرژانتین ، پرو، گواتمالا

✓ تماس انگیزشی ماهانه و پیامک هفتگی مرتبط از طرف متخصصین تغذیه

✓ تعیین شاخص ها و عوامل خطر موثر در فشار خون

✓ طراحی پرسشنامه



جمع آوری شاخص‌های ارزیابی موثر در فشار خون

کاهش مصرف
نمک زمان
پختن غذا

کاهش مصرف
مواد غذایی با
چربی و قند
بالا

افزایش میزان
مصرف سبزی
و میوه

افزایش میزان
فعالیت بدنی

❖ روش اجرا (ادامه)

جمعیت مطالعه

فشار خون سیستولیک ۱۳۹-۱۲۰

فشار خون دیاستولیک ۸۹-۸۰

افراد بین
۳۰ تا ۶۰ سال
(زن و مرد)

جمعیت مطالعه

برای درمان فشار خون دارو مصرف نمی کنند.

توانایی خواندن و درک پیام کوتاه را دارند.

بیماری قلبی عروقی، دیابت ندارند و باردار نیستند.

ارزیابی متغیرها

دستگاه کالیبره دیجیتال	↔	✓ فشار خون
دستگاه کالیبره دیجیتال	↔	✓ BMI
نوار اندازه گیری غیر قابل انعطاف	↔	✓ دور کمر
پرسش نامه استاندارد شده و معتبر	↔	✓ میزان ونوع موادغذایی
پرسش نامه استاندارد شده و معتبر	↔	✓ میزان فعالیت بدنی

استانداردسازی متغیرها

Mm/Hg



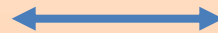
✓ فشار خون

Kg/m²



✓ BMI

Cm



✓ دور کمر

Number of daily servings



✓ میزان و نوع مواد غذایی

task/minute per week



✓ میزان فعالیت بدنی

رضایت آگاهانه

✓ بررسی پروتکل اصلی توسط هیئت بررسی نوآوری در هر ۳ کشور

✓ تصویب جذب رضایت آگاهانه توسط همه شرکت کنندگان

تحلیل آماری

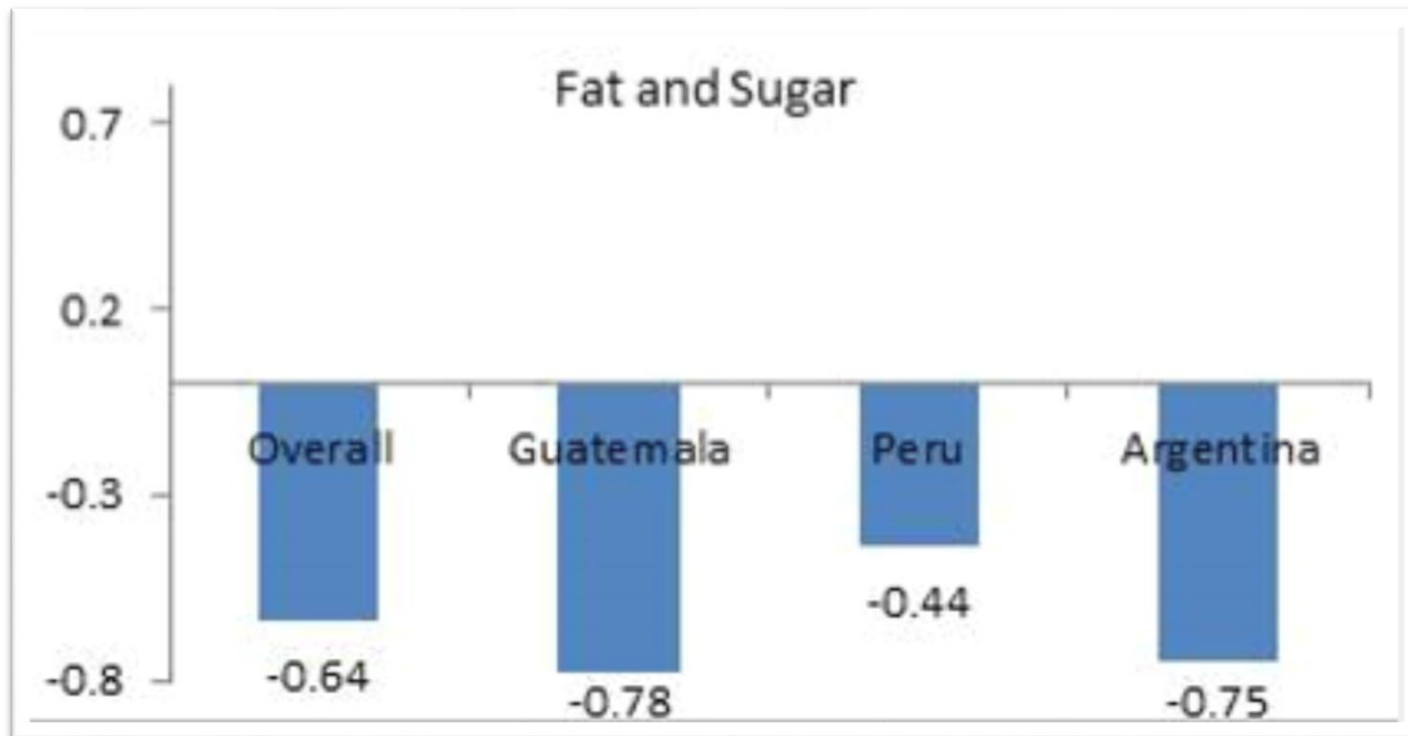
✓ دسته بندی متغیرها بر اساس میزان فراوانی یا درصد خلاصه شدند

✓ تجزیه و تحلیل مدل رگرسیون خطی استفاده شده بود با استفاده از طبقه

بندی هر کشور

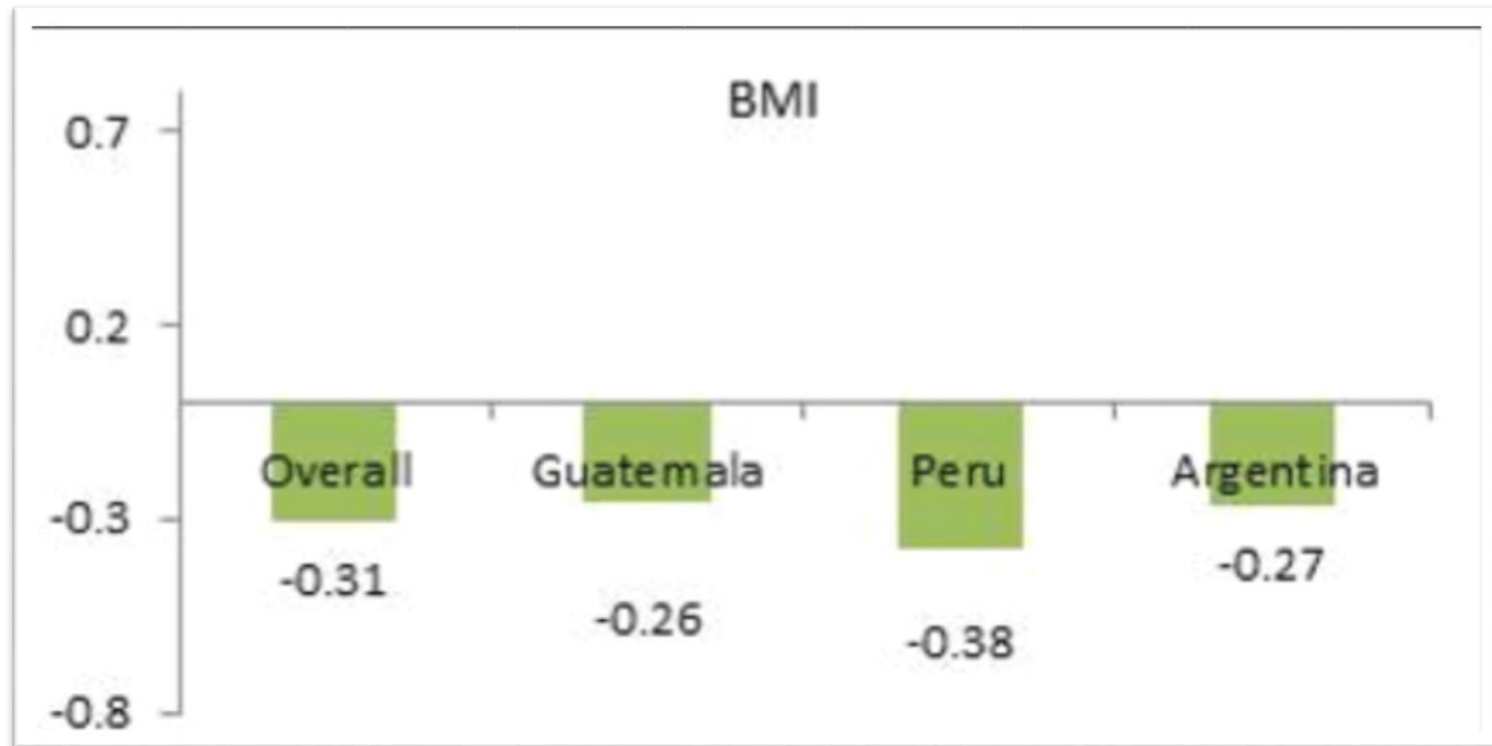
❖ روش اجرا (ادامه)

- ✓ تکمیل پرسش نامه ها توسط افراد شرکت کننده در طول مدت ۱۲ ماه
- ✓ تماس تلفنی انگیزشی توسط متخصصین تغذیه برای یادآوری توصیه های مرتبط با تغییر شیوه زندگی
- ✓ ارسال پیامک کوتاه هر هفته مرتبط با موضوع توسط متخصص تغذیه
- ✓ مقایسه نتایج حاصل بعد از انجام مداخله



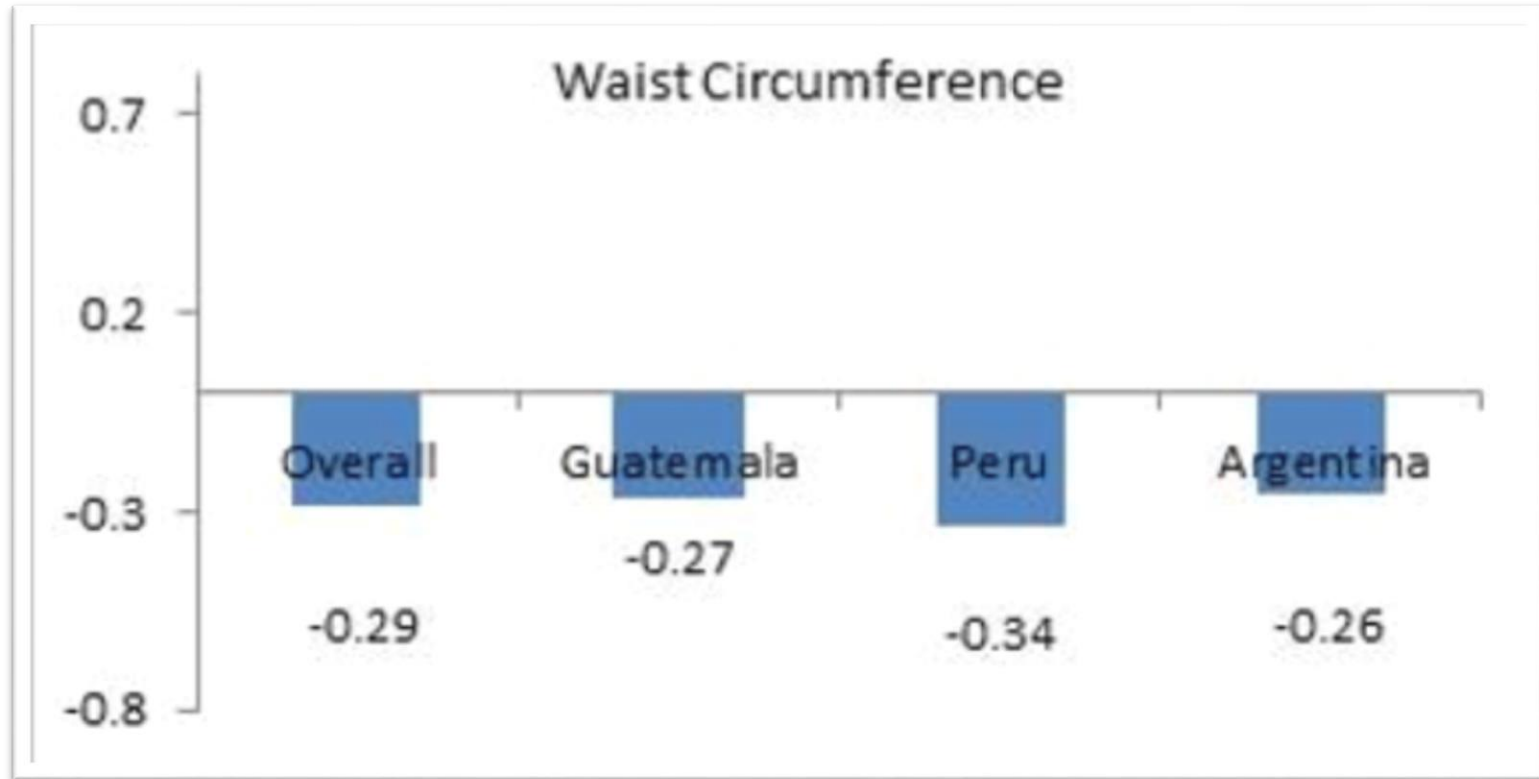
مقایسه میانگین نرخ مصرف مواد غذایی پرچرب و قندی در سه کشور و به صورت کلی

❖ نتایج (ادامه)



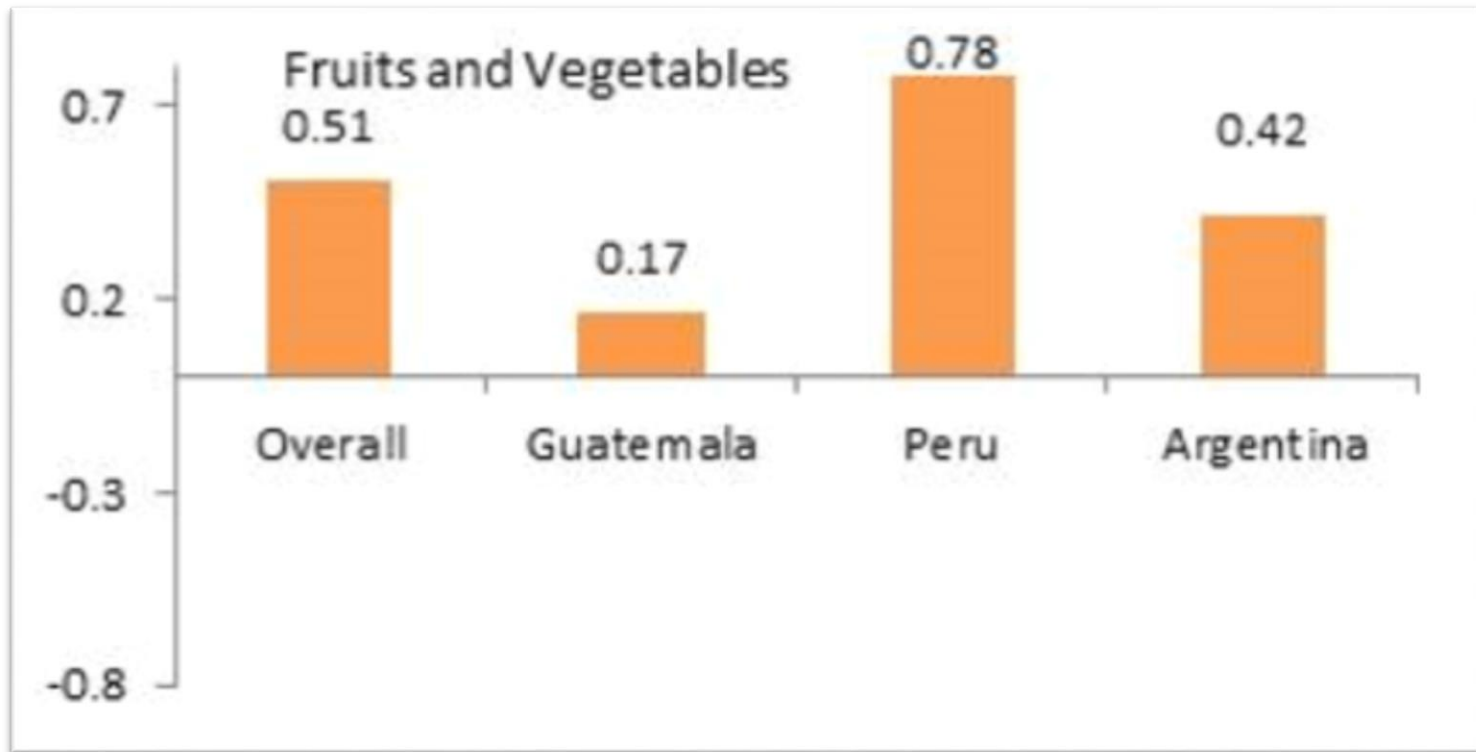
مقایسه میانگین نرخ شاخص توده بدنی در سه کشور و به صورت کلی

❖ نتایج (ادامه)



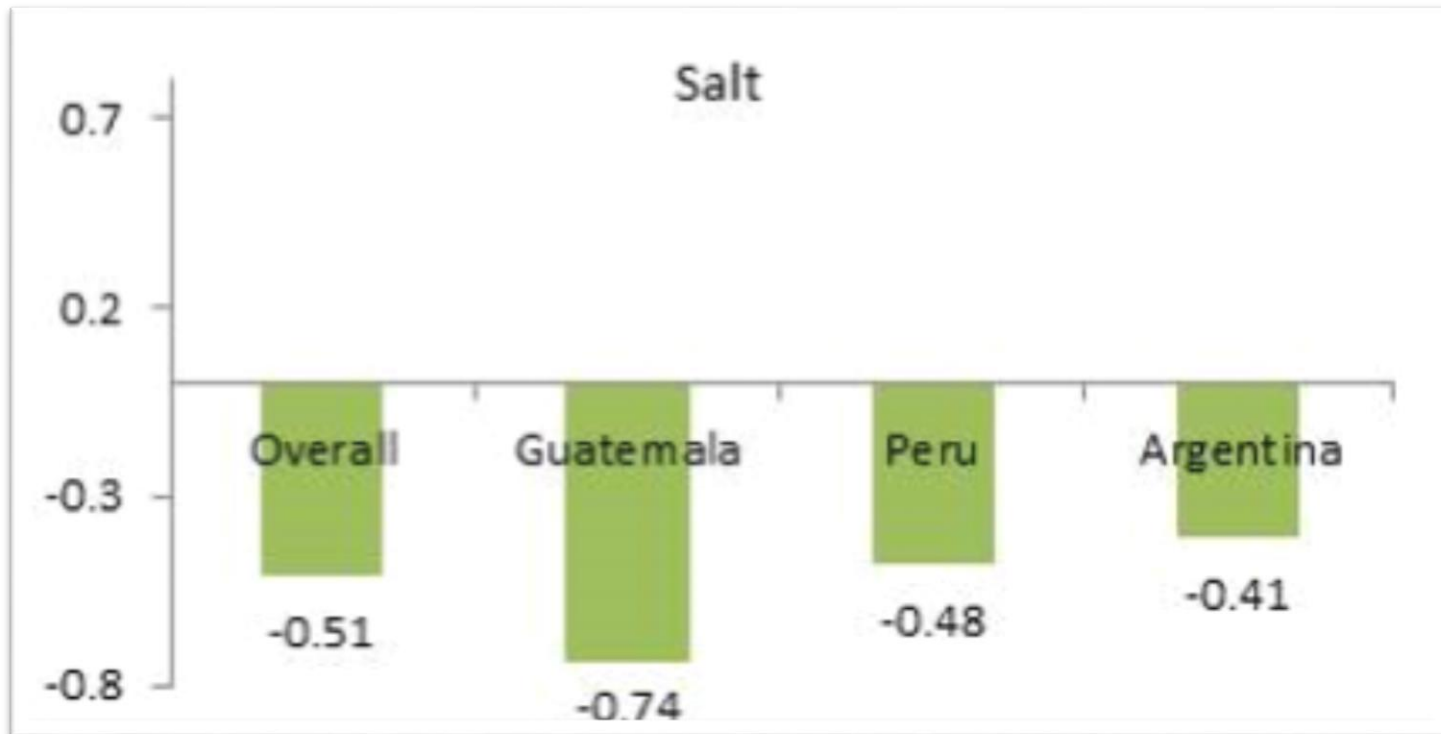
مقایسه میانگین سایز دور کمر در سه کشور و به صورت کلی

❖ نتایج (ادامه)



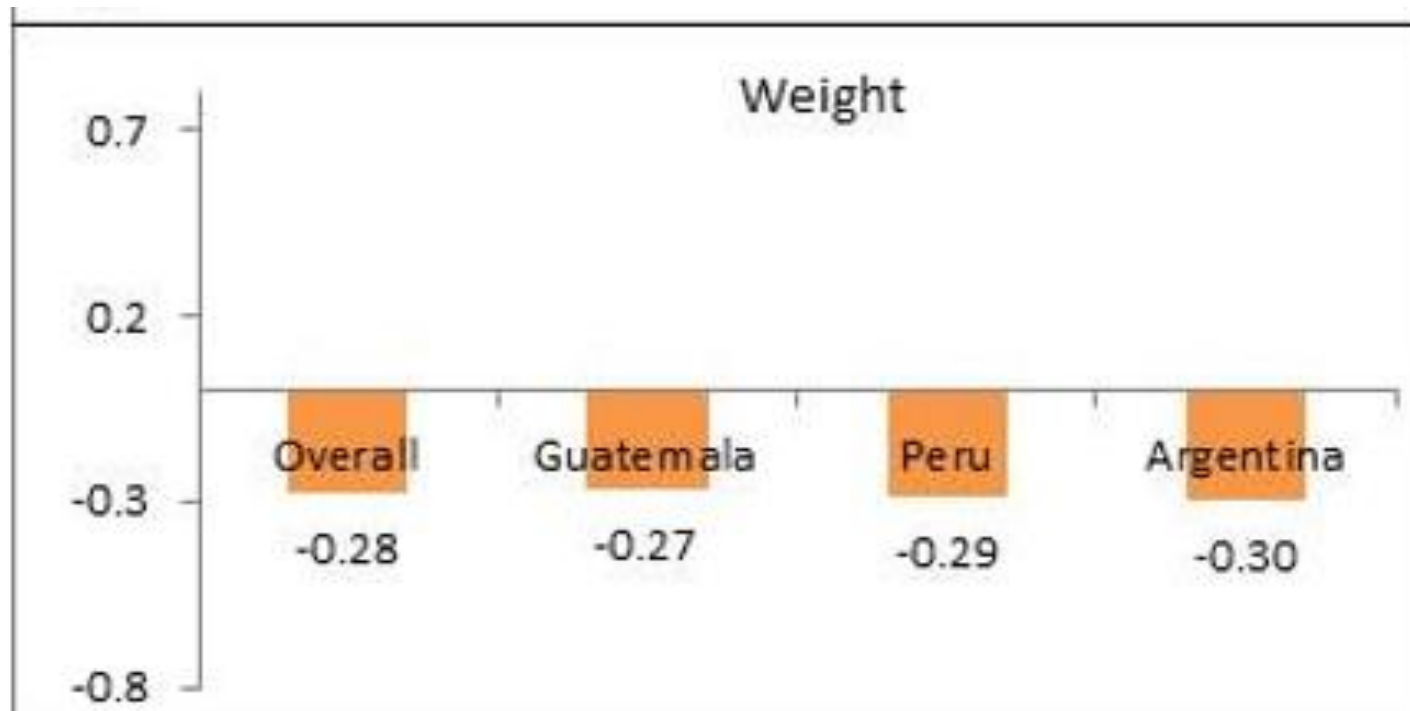
مقایسه میانگین مصرف میوه و سبزیجات در سه کشور و به صورت کلی

❖ نتایج (ادامه)



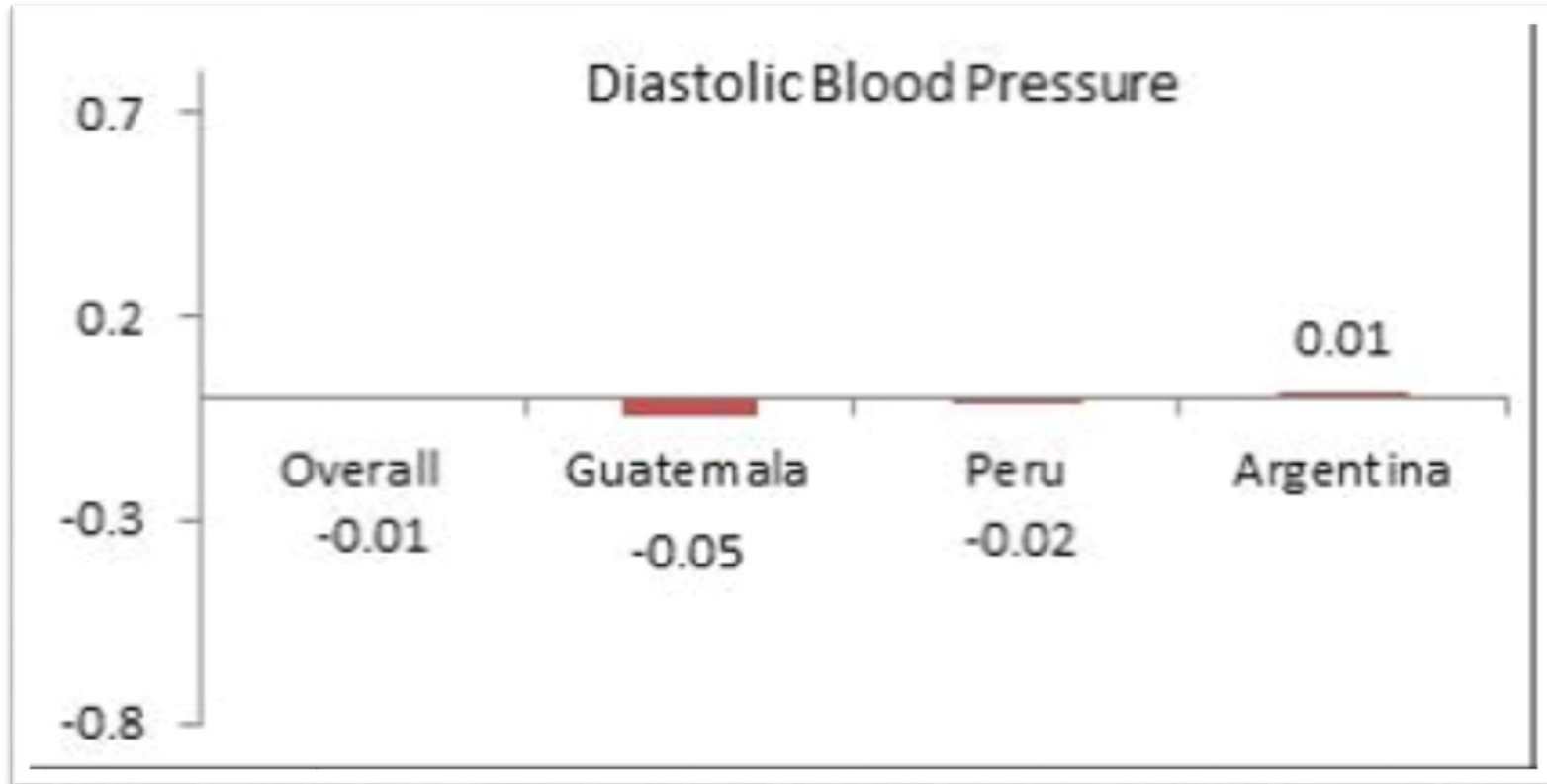
مقایسه میانگین مصرف نمک در زمان پخت غذا در سه کشور و به صورت کلی

❖ نتایج (ادامه)



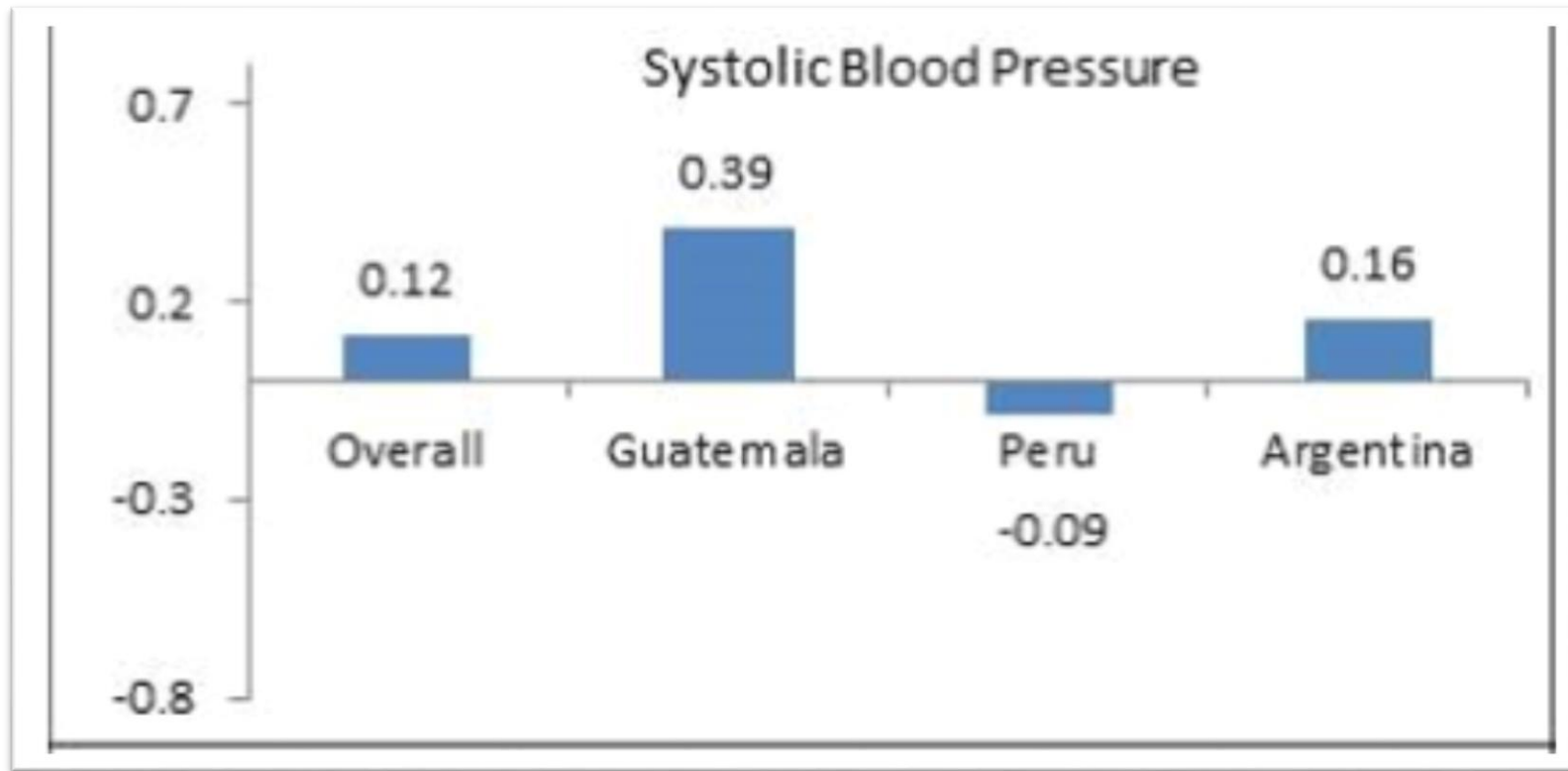
مقایسه میانگین وزن افراد در سه کشور و به صورت کلی

❖ نتایج (ادامه)



مقایسه میانگین فشار خون دیاستولیک افراد در سه کشور و به صورت کلی

❖ نتایج (ادامه)



مقایسه میانگین فشار خون سیستولیک افراد در سه کشور و به صورت کلی

❖ بحث و نتیجه گیری

- ✓ بررسی نتایج آزمایش مداخله M-Health با هدف کاهش فشار خون مبتنی بر بهبود شیوه های زندگی افراد در چند کشور
- ✓ تاثیر مثبت معنادار بر روی میانگین اغلب شاخص ها مخصوصا نکات مربوط به تغذیه (افزایش مصرف میوه و سبزی، کاهش مصرف نمک حین پختن غذا، کاهش مصرف مواد قندی و پرچرب)
- ✓ تاثیر مثبت معنادار بر روی میانگین وزن و سایز افراد در هر سه کشور
- ✓ تاثیر مثبت معنادار بر روی میانگین فشار خون دیاستولیک افراد در کشور های گواتمالا و پرو
- ✓ تاثیر مثبت معنادار بر روی میانگین فشار خون سیستولیک افراد مشاهده شد فقط در کشور پرو

Self-report

توجه نکردن به سطح آمادگی افراد برای پذیرش این تغییرات رفتاری در سبک زندگی خود

توجه نکردن به عادات غلط افراد و فرهنگ و عقاید مردم هر کشور

اطمینان نداشتن از دریافت و تحویل پیامک هفتگی

❖ نقاط قوت مطالعه

شاخص های زیادی را به عنوان عوامل موثر مورد بررسی قرار داده بود.

این مطالعه در چند کشور و با جامعه هدف بزرگ انجام شد.

از همه افراد شرکت کننده رضایت آگاهانه کسب شد.

❖ پیشنهادات و کار آینده

استفاده مفید از اطلاعات و تجربیات موجود در این مقاله برای بررسی بر روی عوامل موثر بر مداخلات سلامت و شاخص هایی که میتوانند نظارت کنند در آزمایشات و مطالعاتی مشابه برای داشتن تاثیر مثبت معنادار بر روی همه ی شاخص ها

با تشکر از توجه شما

