

**عنوان: بررسی تاثیر آموزش خود مدیریتی به روش مجازی بر سواد سلامت و سبک زندگی بیماران مبتلا به دیابت نوع 2**

استاد راهنما: جناب آقای دکتر جدیدی

استاد مشاور: دکتر صادقی

پژوهش و نگارش: الهه صادقی  
جراحی

رشته تحصیلی: ارشد پرستاری داخلی

تاریخ دفاع: 1403/11/6

**چکیده:**

**مقدمه و اهداف:**

امروزه بیماری دیابت به یک چالش مهم جهانی برای سلامتی و رفاه جوامع تبدیل شده است دیابت نوع 2 از شایع‌ترین اختلال متابولیکی با درمان پیچیده است. از آنجاییکه سواد سلامت و سبک زندگی دو مولفه مهم در درمان و کنترل این بیماری می‌باشد، لذا مطالعه حاضر با هدف بررسی تأثیر آموزش خود مدیریتی به روش مجازی بر سواد سلامت و سبک زندگی بیماران مبتلا به دیابت نوع دو صورت گرفت

**روش بررسی:**

در این کار آزمایی بالینی 62 بیمار از کلینیک امام علی و انجمن دیابت شهرکرد مشارکت داشتند که نمونه‌ها به صورت در دسترس بر اساس معیارهای ورود انتخاب و به روش تصادفی بلوکی به دو گروه کنترل و آزمون تخصیص یافتند. گروه آزمون، برنامه آموزشی شامل هشت جلسه به صورت دو جلسه در هفته در قالب متن، ویدئو و فایل صداگذاری شده از طریق پیام رسان داخلی را دریافت کردند. گروه کنترل در تمام طول مطالعه تنها آموزش‌ها و مراقبت‌های روتین مرکز را دریافت نمود. داده‌های پژوهش با استفاده از پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک، سواد سلامت و سبک زندگی در سه مرحله قبل، بلافاصله و یک ماه بعد از مداخله جمع‌آوری شد و با استفاده از نرم افزار spss نسخه 26 و با آزمون‌های کای-دو و فیشر، آزمون ماکلی، من ویتنی، کولموگروف-اسمیرنف و بونفرونی آنالیز شد. سطح معناداری برای کلیه آزمونها 0/05 در نظر گرفته شد.

**یافته‌ها:**

نتایج نشان داد که میانگین نمره سواد سلامت و سبک زندگی قبل از مداخله، بین دو گروه تفاوت آماری معنی داری نداشت. ( $p > 0/05$ ) اما بلافاصله و یکماه بعد از مداخله تفاوت معنی داری بین دو گروه وجود داشت. ( $p < 0/05$ ). همچنین میانگین نمرات سواد سلامت و سبک زندگی در قبل، بلافاصله و یکماه بعد از مداخله در گروه مداخله با یکدیگر تفاوت معنی داری داشت ( $p < 0/05$ ) اما در گروه کنترل بین میانگین نمره سواد سلامت، بین پیش از مداخله، بلافاصله و یک ماه پس از مداخله تفاوت آماری معنی داری وجود

نداشت. ( $p > 0/05$ ) بطوریکه اختلاف بین میانگین نمره سبک زندگی، پیش از مداخله، بلافاصله و یک ماه بعد از مداخله معنی دار بود. ( $p < 0/05$ )

### نتیجه گیری:

آموزش خود مدیریتی به روش مجازی به عنوان یک روش راحت و در دسترس و مقرون به صرفه، نقش موثری در ارتقای سواد سلامت و بهبود سبک زندگی بیماران مبتلا به دیابت نوع دو دارد.

واژه های کلیدی: دیابت نوع دو / خود مدیریتی / آموزش مجازی / سواد سلامت / سبک زندگی

Arak Nursing School

Student name: elahe sadeghi

Supervisor: Dr Ali Jadidi

Advisors: Dr Sadeghi

Defense date: 2025/1/25

### Title:

Investigating the effect of virtual self-management training on health literacy and lifestyle of patients with type 2 diabetes

### Abstract

**Introduction and Objectives:** Today, diabetes has become a major global challenge for the health and well-being of societies. Type 2 diabetes is one of the most common metabolic disorders with complex treatment. Since health literacy and lifestyle are two important components in the treatment and control of this disease, the present study aimed to investigate the effect of virtual self-management education on health literacy and lifestyle of patients with type 2 diabetes.

**Methods:** 62 patients from Imam Ali Clinic and Shahrekord Diabetes Association participated in this clinical trial. The samples were selected available based on the inclusion criteria and assigned to two control and experimental groups using Randomized block method. The experimental group received an educational program consisting of eight sessions, two sessions per week, in the form of text, video, and audio files via internal messaging. The control group received only the center's routine education and care. Research data were collected using a demographic information, health literacy, and lifestyle questionnaire in three stages

before, immediately after the intervention, and one month after the intervention and analyzed using SPSS version 26 software and with Chi-square and Fisher's exact tests, MacLean, Mann-Whitney, Kolmogorov-Smirnof, and Bonferroni tests. The significance level for all tests was considered to be 0.05.

**Findings:** The results showed that the mean score of health literacy and lifestyle before the intervention was not statistically significant between the two groups ( $p > 0.05$ ). However, there was a significant difference between the two groups immediately and one month after the intervention. ( $p < 0.05$ ). Also, the mean scores of health literacy and lifestyle before, immediately and one month after the intervention in the intervention group were significantly different from each other ( $p < 0.05$ ). However, in the control group, there was no statistically significant difference between the mean score of health literacy before the intervention, immediately and one month after the intervention ( $p > 0.05$ ). The difference between the mean score of lifestyle before the intervention, immediately and one month after the intervention was significant ( $p < 0.05$ ).

**Conclusion:** Virtual self-management education, as a convenient, accessible, and cost-effective method, plays an effective role in promoting health literacy and improving the lifestyle of patients with type 2 diabetes.

**Keywords:** Type 2 diabetes/self-management/virtual education/health literacy/lifestyle