

العلاقة بين ادمان الانترنت ومشاكل النوم بين المراهقين

منال محمد احمد^(١) ، إيمان عز الرجال إبراهيم عيسى^(٢) ، نور الهدى مصطفى^(٣)

^(١) مدرس تمريض الاطفال -كلية التمريض -جامعة سوهاج و^(٢) مدرس تمريض صحة الأسرة و المجتمع - كلية التمريض- جامعة سوهاج و^(٣) استاذ مساعد تمريض النساء والتوليد -كلية التمريض- جامعة سوهاج

نتائج الدراسة:

- ان متوسط اعمار العينة كانوا 14 ± 0.98 سنة. بمعدل ١٢ - ١٨ سنة.
- توجد علاقة ذو دلالة احصائية بين ادمان الانترنت واضطراب النوم.
- قد اوضحت الدراسة انه يوجد زيادة فى معدلات مشاكل النوم والتي تشتمل على صعوبة البدء فى النوم و صعوبة فى الاستيقاظ و الشعور بالنوم اثناء اليوم.

الخلاصة:

- ان مشاكل النوم وجدت اثر تكرارا فى المراهقين الذين هم اعلى معدلات ادمان للانترنت

التوصيات : أوصت الدراسة بالآتي:

- انه من الضروري يجب على مقدمى العناية التمريضية الصحية ان يكونوا على وعى بالتأثير السلبى للادمان الانترنت والاشراف الحريص وتقيم المراهقين لمن هم اثر عرضة لخطر ادمان الانترنت ومشاكل النوم.

مقدمة:

لقد اصبح معدل استخدام الانترنت فى تزايد مستمر وله تأثير سلبى على حياة المراهقين كما انه اصبح له علاقة بمشاكل وعادات النوم .

الهدف من الدراسة:

تهدف هذه الدراسة الي تحليل العلاقة بين ادمان الانترنت ومشاكل النوم بين المراهقين.

التصميم البحثى:

التصميم الوصفي تم استخدامه فى هذه الدراسة.

مكان وعينة الدراسة:

شملت الدراسة ١٨٠ من المراهقين التى تم اختيارهم عشوائيا من ثلاث مدارس ابتدائى واعدادى فى مدينة اسيوط فى اكتوبر ٢٠١٦.

أدوات جمع البيانات :

تم استخدام ثلاثة من الأدوات لجمع البيانات المطلوبة فى هذه الدراسة.

١. تم استخدام استمارة استبيان لجمع البيانات.
٢. مقياس يونج لإدمان الانترنت.
٣. واستمارة عادات ومشاكل النوم فى المراهقين.