تأثير البرنامج التدخلى التعليمى الصحى عن الفحص الذاتي للثدي على الموظفات في جامعة دمنهور

ريم بسيونى الليثى [1] ، عبير عبد العزيز مدين[2]
[1-2] مدرس تمريض صحة المجتمع- كلية التمريض - جامعة دمنهور

مقدمة:
سرطان الثدي هو النوع الأكثر شيوعا من السرطان بين النساء في جميع أنحاء العالم، ويمثل 16٪ من جميع سرطانات الإناث. وهو له تأثير هائل على صحة النساء ويبقى مصدر قلق كبيرا على الصحة العامة في جميع أنحاء العالم. وعلى الرغم من التحسينات التقنية في الجراحة، والعلاج الكيميائي والعلاج الإشعاعي، فمازال معدل الوفيات بسبب سرطان الثدي في تزايد مستمر، بسبب التكلفة العالية في العلاج.
التثقيف الصحي والوقاية من سرطان الثدي مهم جدا. لذا، ينبغي إعطاء الوقاية الأولية الأولوية القصوى في مكافحة المرض مثل تجنب الأطعمة الدهنية والسمنة، وممارسة التمارين الرياضية وتناول منتجات الصويا. يجب اعتبار الكشف المبكر كأفضل خيار ثاني للحد من وفيات سرطان الثدي من خلال الفحص الذاتي، فحص الثدي السريري والموجات فوق الصوتية والتصوير الشعاعي للثدي. الكشف المبكر عن سرطان الثدي يمكن أن يلعب دورا هاما في الحد من عدد الوفيات الناجمة عن هذا المرض. فحص الثدي الذاتي هو أداة رخيصة وفعالة وسهلة ومهمة لتوعية المرأة فيما يتعلق بسرطان الثدي وتوجيهها للتشاور مع الطبيب للتشخيص المبكر

الهدف من الدراسة:
هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على أثر برنامج التدخلات الصحية عن الفحص الذاتي للثدي على الموظفات في جامعة دمنهور.

التصميم البحثى:
تم استخدام التصميم شبه التجريبي لإجراء هذه الدراسة.

مكان الدراسة:
وقد أجريت الدراسة في المبنى الإداري الرئيسي للجامعة ، كلية الآداب، كلية التربية وكلية التجارة التابعة لجامعة دمنهور. وقد تم اختيار الموظفات من الأماكن المذكورة سابقا للقيام بهذه الدراسة وفقا لمعايير.

عينة الدراسة:
اشتملت العينة على 120 من الإناث لتقدير تأثير برنامج التدخلات الصحية عن الفحص الذاتي للثدي على الموظفات في جامعة دمنهور . و تم انتقاء العينات بالطريقة العشوائية البسيطة، حيث تم اختيار 4 من أصل 11 مكان بالجامعة. وتم حساب عدد الموظفات باستخدام طريقة تخصيص النسبة وفقا لعدد الموظفات في كل موقع.

أدوات جمع البيانات:
كانت الأدوات المستخدمة فى البحث كمايلى:

- **الأداة الأولى (الجزء 1) :** و هى استمارة اشتملت على البيانات الشخصية و الخصائص الاجتماعية و بيانات خاصة بالصحة و التاريخ الصحى للأسرة .
- **الأداة الأولى (الجزء 2):** و بيانات عن مصدر معلوماتهم عن الفحص الذاتي للثدي.
- **الأداة الأولى (الجزء 3):** لتقييم معلومات المشاركات بالبحث عن الفحص الذاتي للثدي.
- **الأداة الأولى (الجزء 4) :** و تشمل رأي الإناث حول تأثير سرطان الثدي على نوعية حياتهم.
- **الأداة الأولى (الجزء 5):** - ويشمل ممارسة المبلغة من المشاركات عن فحص الثدي الذاتي.
- **الأداة الأولى (الجزء6):** التقييم الأنثروبومترية و حساب مؤشر كتلة الجسم.
- **الأداة الثانية:** هى استمارة للملاحظة لتقييم الإجراء الفعلى للفحص الذاتي للثدي.

تم تقسيم المشاركات فى البحث (120 موظفة) إلى 10 مجموعات و بكل مجموعة 12 مشاركة و تم تنفيذ برنامج التدخلات الصحية بعمل عدد 2 جلسة لكل مجموعة و التى أجريت على مدار 10 أسابيع. و تستغرق الجلسة 120 دقيقة. و فى النهاية تم تقييم البرنامج بعد 6 أسابيع من تنفيذ البرنامج.

النتائج:
كانت النتائج الرئيسية للدراسة كالاتي:

- متوسط العمر 34.1 ± 8.3 سنوات، وتراوحت 23-55 عاما. و الغالبية العظمى (81.7٪) من النساء متزوجات.
- أن 62.2٪ من المتزوجات استخدمن أساليب منع الحمل الهرمونية. وعلاوة على ذلك، كانت غالبية النساء (91.7٪) لم تعانى سابقا من مشاكل الثدي مقارنة مع 8.3٪ كان مشكلة في الثدي مثل التهاب الثدي، خراج الثدي.
- إن ما يقرب من ربع عينة الدراسة (23.3٪) ذكر أن لديهن تاريخ عائلي للإصابة بسرطان الثدي.

- أكثر من نصف العينة (54.3٪) كن يعانين من السمنة المفرطة وزيادة الوزن 33.5٪ منهن. في حين أن الموظفات اللاتى وزن الجسم الطبيعي ونقص الوزن يشكل 11.5٪ و 0.7٪ على التوالي.
- قبل البرنامج، كانت أعلى نسبة (87.5٪) من الموظفات تدرك أن عدم ممارسة الرياضة هوعامل خطر يعرض للإصابة بسرطان الثدي وأدنى نسبة (3.3٪) كأنت لاستهلاك الأغذية الدهنية. تم الحصول على تحسن كبير في معرفة الإناث فيما يتعلق عوامل الخطر لسرطان الثدي بعد البرنامج.
- 70.0٪ منهن لم يعرفن أين يقع الورم الخبيث عادة. بعد البرنامج، كانت هناك تحسينات ذات دلالة إحصائية في معرفة الإناث فيما يتعلق علامات سرطان الثدي وتقريبا جميع الأعراض.
- أن درجات المعرفة متوسط لدى العينة المدروسة و كانت أعلى بكثير في مرحلة ما بعد التدخل (84.68 ± 7.92) من ذلك من قبل التدخل.
- وفيما يتعلق بمصادر المعلومات من الموظفات، كان المصدر الرئيسي للمعلومات من الأقران (47.5٪). في حين أن الإعلام (التلفزيون والإذاعة والصحف والمجلات) تمثل 30.4٪ ومثلت الكتب 13.1٪..
- 66.7٪ ذكرن أنهن يمارسن الفحص الذاتى للثدى بسبب الخوف من سرطان الثدي، في حين أن نصفهن تقريبا (52.4٪) ذكرن أنه أعطاهن شعورا من السيطرة على صحتهن ، وجود المرض بالأسرة (4.8٪). وأخيرا، 23.8٪ منهن يمارسن ذلك بسبب تاريخهم السابق لمشاكل الثدي.
- أن إجمالي متوسطات درجات الإناث فى ممارسات الفحص الذاتي للثدي في مرحلة ما بعد التدخل كانت أعلى بكثير من مرحلة ما قبل التدخل.

الخلاصة:

تبين ان البرنامج له تأثير إيجابي على المعارف والممارسات المتعلقة بالفحص الذاتي للثدي للإناث. وبالإضافة إلى ذلك، فإنه كان فعالا في توعية المرأة حول سرطان الثدى وإجراءات الفحص الذاتى المنتظم للثدي.

التوصيات:

على ضوء نتائج هذه الدراسة فإنه يمكن التوصية بالأتى:

- تطوير برنامج تعليمي للطالبات في المدارس الثانوية والجامعات حول الفحص الذاتي للثدي وسرطان الثدي.
- رفع الوعي المجتمعي وخصوصا للإناث حول عوامل الخطر، وعلامات وأعراض، والتدابير الوقائية، والفحص الذاتي للثدي وطرق الكشف المبكر عن سرطان الثدي
- تدعيم برنامج توعية للإناث من أجل تزويدهم بالمعلومات والتثقيف حول سرطان الثدي.
- التأكيد على أهمية فحص الثدي السريري من قبل الممرضات والأطباء خلال الزيارات الروتينية فحص ما قبل الزواج وأثناء الرعاية .