مقایسه وضعیت تغذیهای دانشجویان دکتر خواهگاهی و غیرخواهگاهی در دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، ۸۷-۳۱

۱- مؤف مستند: کارشناس ارشد علوم تغذیه دانشگاه علوم پزشکی اردبیل
۲- استادان تغذیه: دانشگاه علوم پزشکی اردبیل
۳- مربی‌های تغذیه: دانشگاه علوم پزشکی اردبیل
۴- مهندس دانشجویان: دانشگاه علوم پزشکی اردبیل

چکیده

زمینه و هدف: تغذیه مناسب بایسته دریافت بر ارزی و مواد مغذی صورتی و کافی در دانشجو نهایی به‌خصوص در دانشجویان به دلیل مصرف غذای‌های سریع و ناشی از نگاه‌های بد دارد. چنان‌که در رابطه با درک غذایی و وضعیت تغذیه‌ای دانشجویان به‌طور کلی باید به‌اندازه کافی توجه و تحقیق شود.

روش کار: در این مطالعه توصیفی تحلیلی، وضعیت تغذیه‌ای دانشجویان به‌طور کلی گزارش شد. افراد مورد بررسی در سال‌های ۱۳۸۰ تا ۱۳۸۳ میلادی با استفاده از انددازه‌گیری‌های جبران‌پذیر و روش‌های داده‌گیری شده در سایر شرکت‌ها و رژیم‌های غذایی مختلف به‌عنوان یک رژیم تغذیه‌ای در سال‌های ۲۸۴۷ و ۱۳۵۵ میلادی از برنامه ریزی‌های Food Processor و EPI777 مورد بررسی قرار گرفته‌اند.

نتیجه‌گیری: با وجود تعداد کمی در دانشجویان غیرخواهگاهی مقیاس‌هایی از دانشجویان خواهگاهی است. بنابراین اصول و نیروی برنامه‌های غذایی غذایی‌های دانشجویی هر روز رفع وضعیت تغذیه‌ای دانشجویان دکتر در دانشگاه علوم پزشکی اردبیل ضروری است.

راهنمای کلیدی: وضعیت تغذیه‌ای دریافت بریژ مواد مغذی
دریافتی دانشجویان کافی است اما میلگین دریافتی تکمیل، فعالیت و آهنین مخصوصاً در بین دانشجویان دختر پایین تر از مقدار توصیه شده در ایران [۱۲،۱۳] با غلبه به مطالعه عنوان شده و یا درجه بین اندازه تغذیه در دوران دانشجویی بخصوص در دانشجویان ساکن خواهکان. دوران انانتقال تغذیه خانواده به تغذیه روتوی است نابرابری این مطالعه و پیشینی تغذیه دانشجویان خواهکان و غیرخواهکان و مقایسه آنها مورد بررسی قرار گرفت.

مواد و روش‌ها
مطالعه حاضر مطالعه ی ای توصیفی-تحللی است که بر روی ۲۸ دانشجوی دختر خواهکان و ۲۴ دانشجوی دختر غیرخواهکان دانشکاه علم پزشکی اردبیل (سال تحصیلی ۷۹-۱۳۷۸) به ترتیب با میانگین سن ۲۱/۲±۲/۰ سال انجام یافته است. با نویجه به جامعه محدود ۲۸۰ نفری دانشجوی دختر دوره‌های زنانه دانشگاه علم پزشکی اردبیل با استفاده از روش تخصصی مناسب با حجم جامعه تعداد ۱۰۹ نفر برای مطالعه حاضر از بین دانشجویان مورد نظر به روش تصادفی ساده انتخاب شدند. در پژوهش سال ۱۳۷۸ از فرد مورد بررسی دریک جلسه آزمایش-تجربی شرکت کردند. اهداف مطالعه، تخمین مقدار غذای مصرفی و نحوه بار دادن آن و نیز نحوه تکمیل فرم ها به دانشجویان آزمایش داده شد. برای گروه آزمایش استخدام دو سری فرم توزیع و پس از تکمیل معیار شد نرم خصوصیات فردی حدای اطلاعاتی نظر سی. وضعی کمیک و سال تحصیلی پذیرش فرم دوم فرم پذیرش غذای مصرفی مصروف بود که شامل نام غذای مصرفی در هر وعده، منابع و مقدار مصرفی هر وعده فرم بود. در این فرم هر دانشجو غذای مصرفی سه روز مصول خود ( colaborator پژ روز تکمیل) بر حسب مقدار قلی (لیوان، فاشی) بررسی یافته در ایران نشان می‌دهند که لیوان و کوپه مصرفی دانشجویان دختر کمتر از مقدار توصیه شده فرم راهنما غذایی است. حذف وعده صبحانه کمپ لازمی و صبح نهایی مصرف کم حسی فشار، شروع اضافه وزن. افراد کلسترول نام-LDL و کلسترول در تعداد قابل ملاحظه‌ای از دانشجویان دختر دیده می‌شود [۴-۶] مطالعات انجام یافته در ایران شاخص بسیار پایین‌تر از پیش‌بینی نشان داده‌اند که نرمالی‌کردن جوان و دانشجویان غذایی ایجاد کننده این اضطرابات همیشه در این گروه اغلب کم‌آزمایش. فرم‌های غذایی شیرین، اضافه وزن و اختلالات غذایی به طور می‌تواند در این گروه جمعیتی من به افرادی است [۷۰] زندگی دانشجویی دوره زمانی انتقالی از زندگی وابسته به والدین به زندگی مستقل است نوع تغذیه، انتخاب نوع و مصرف غذاهای مختلف از جمله تصمیمات مهم این دوران است که در دانشجویان دختر مهم‌ترین نسبت به دانشجویان پسر دارد. انگهوا مصرف غذایی دانشجویان به علت تمایل آنان برای حذف وعده‌های اصلی غذایی، بهبود از رژیم‌های کم کالری و عدم مصرف انواع پیش‌بندی از غذاهای ارزش بالا زمینه مطالعات کمتر مصرفی می‌گیرند. اغلب کشورهای توصیه شده را فراموش آورده است [۱۱،۱۲] از عوامل مهم مربوط به تغییرات تغذیه‌ای می‌توان به تاثیر جنس، وزن بدنش، طول دوران دانشجویی، استفاده از گذاره‌های دانشجویی و اkolohi تغذیه‌ای شکل شکنی کرده قابل ورد به دانشگاه‌های اشکار نمود [۱۳] مطالعات انجام یافته در آمریکا و کوپه نشان می‌دهند اگر چه میانگین انرژی و اکثر مواد مغذی
میانگین انرژی و درصد انرژی حاصل از پروتئین‌های کربوهیدرات‌ها، چربی‌ها، کلسسترول و فیبر در دو گروه دانشجویان در جدول (1) و میانگین دریافت روزانه و درصد تأمین نمادی از آن‌ها به شدت می‌رسد. دریافت روزانه در جدول (2) از این‌جواب، دست همچنان گذشته است. در جدول (3) این نتایج، دریافت‌های E, A و روی دانشجویان کوکی‌آهی و فولاقی و کلسیم در دو گروه تغذیه‌ی کمتر از سوم مقدار توصیه نموده است. این‌ترود رDA بودند. نتایج حاصل از این مطالعه نشان داد که در دانشجویان غیرکوکی‌آهی و ١٦/٣۸% دانشجویان کوکی‌آهی یک کسر از ٣۰/٣ درصد خود را از روز دریافت کرده بودند همچنان ١٦/٥% دانشجویان غیرکوکی‌آهی و ٣⁄۴% دانشجویان کوکی‌آهی کمتر از ۱۵ کرم مصرف خرد دو روز دریافت می‌کردند. این در حالت بود که رژیم غذایی از دانشجویان کوکی‌آهی بیش از ۴۰ کرم در دو روز مصرف کرده بودند و فقط ١/٣/٣/۷ دانشجویان غیرکوکی‌آهی بیش از ٣ کرم در روز مصرف نموده بودند. 

تعداد و درصد دانشجویان با دریافت‌های روزانه کمتر از سوم مقدار توصیه شده RDA همچنان یک کسر از ٣٠/٣ درصد خود را از روز دریافت کرده بودند. در مطالعه حاضر میانگین درصد تأمین فولاقی و کلسیم تأمین دانشجویان و پرایوننی دریافت از سوم مقدار توصیه شده بود همچنان میانگین دریافت و درصد تأمین پرایوننی دانشجویان غیرکوکی‌آهی کمتر از سوم مقدار توصیه شده بود اما این تفاوت معنی‌دار نبود. میانگین کلسیم دریافت و درصد تأمین دانشجویان خودکاها به طور معنی‌داری کمتر از دانشجویان غیرکوکی‌آهی بود (٠/١٠٠). 

- مقاله علمی پژوهشی دانشگاه رازی اردبیل

داشتند نمود. میانگین واقعی غذای مصرف با توزیع تکرارهای اردازه‌های پادکلیز شده تخمین زده شد. برای ایجاد کیفی قدر و رزن DANTCیک مورد مطالعه از شرکت MEDIC ساخته‌ای افتاده آمریکا با فی۱/٠ کیلوگرم و از قد سنج منبع به آن با دقت ١/٥ سانتی‌متر استفاده شد. سپس با استفاده از برنامه رایانه‌ای FF و میانگین انرژی دریافت‌های مقداری ها و بعض از ریز مقداری های می‌تویند کردد.

پرای وارد کردن اطلاعات اولیه از برنامه P و EPI6 و جستجوی و تحلیل آماری یافته‌ها و مقیاس‌ها دو کره از آزمون استفاده شد. برای ارزیابی این مطالعات، کمتر از دو سوم مقدار توصیه شده دریافت‌های ها را کم‌بود انتخاب دانش‌دان (١۴٪) در مطالعه عناصر نیز تعداد و درصد دانشجویان با دریافت‌های کمتر از دو سوم مقدار توصیه شده RDA بودند.

با انتما

از ١٤۵ دانشجو دختر مورد مطالعه٢٨ نفر غیرکوکی‌آهی بودند. میانگین وزن بر حسب کیلوگرم به ترتیب ٦/٠±٣/٠ و ٧/٣±٣/٠ و فرق بین دو گروه آماری به‌طور نسبی ٦/٠±٣/٠، نماده‌های بنیاد بر حسب کیلوگرم بر حس متوسط به ترتیب ٢/٣±٢/٣ و ٢/٢±٢/٣ بود. اختلاف معنی‌داری در وزن و نماده‌های توجه به دانشجویان خودکاها باندو دانشجویان غیرکوکی‌آهی دیده شد (٠/٠٠٠). 

١/٠ دانشجویان خودکاها و ٣/١/٦ دانشجویان غیرکوکی‌آهی (BMI-٢٠/٠) و همچنین اضافه وزن داشته (BMI-٢٠/٠٠٩) و (BMI-٢٠/٠) با چاق (BMI-٢٠/٠) بودند.[١۰]

١- Recommended Dietary Allowance
جدول 1. میانگین و حداکثر میانگین کل و درصد نرخی حاصل از پروتئین‌ها، کربوهیدرات‌ها، جیرین‌ها، کلسترول و فیبر در رژیم درون‌رژیمی دانشجویان

<table>
<thead>
<tr>
<th>میانگین کل</th>
<th>درصد نرخی حاصل از پروتئین‌ها</th>
<th>کربوهیدرات‌ها</th>
<th>جیرین‌ها</th>
<th>کلسترول</th>
<th>فیبر</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>۱۷۹/۴ ± ۱۰/۵</td>
<td>۳۳/۷ ± ۶/۳</td>
<td>۴۸/۳ ± ۵/۸</td>
<td>۷۲/۷ ± ۵/۸</td>
<td>۸۱/۲ ± ۵/۲</td>
<td>۳۳/۷ ± ۶/۳</td>
</tr>
</tbody>
</table>

جدول 2. میانگین درصد نرخی حاصل از پروتئین‌ها در دانشجویان خواص‌گاهی و غیرخواص‌گاهی

<table>
<thead>
<tr>
<th>خواص‌گاهی</th>
<th>غیرخواص‌گاهی</th>
<th>میانگین درصد نرخی حاصل از پروتئین‌ها</th>
<th>کربوهیدرات‌ها</th>
<th>جیرین‌ها</th>
<th>کلسترول</th>
<th>فیبر</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>۳۳/۷ ± ۶/۳</td>
<td>۴۸/۳ ± ۵/۸</td>
<td>۷۲/۷ ± ۵/۸</td>
<td>۸۱/۲ ± ۵/۲</td>
<td>۳۳/۷ ± ۶/۳</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

جدول 3. تعداد و درصد دانشجویان با دریافت کمتر از دو سوم مقداری نسبت به همه (RDA) در دانشجویان خواص‌گاهی و غیرخواص‌گاهی

<table>
<thead>
<tr>
<th>خواص‌گاهی</th>
<th>غیرخواص‌گاهی</th>
<th>تعداد</th>
<th>درصد</th>
<th>تعداد</th>
<th>درصد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>۱۵/۲</td>
<td>۱۲</td>
<td>۳۷/۳</td>
<td>۳۱</td>
<td>۱۵/۲</td>
<td>۱۲</td>
</tr>
</tbody>
</table>

انگاره آماری معنی‌داری بین دو کرونا با آزمون T (*** p < 0.001)

جدول 4. تعداد و درصد دانشجویان با دریافت کمتر از دو سوم مقداری نسبت به همه (RDA)

<table>
<thead>
<tr>
<th>خواص‌گاهی</th>
<th>غیرخواص‌گاهی</th>
<th>تعداد</th>
<th>درصد</th>
<th>تعداد</th>
<th>درصد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>۳۷/۳</td>
<td>۳۱</td>
<td>۱۵/۲</td>
<td>۱۲</td>
<td>۱۵/۲</td>
<td>۱۲</td>
</tr>
</tbody>
</table>

RDA: رجیمان دهی آمریکایی

TEDS: تعداد و درصد دانشجویان با دریافت کمتر از دو سوم مقداری نسبت به همه

میانگین ± حداکثر قابلیت مطالعه بر حسب محل سکونت

جدول ۵. میانگین درصد نرخی حاصل از پروتئین‌ها در دانشجویان خواص‌گاهی و غیرخواص‌گاهی

<table>
<thead>
<tr>
<th>خواص‌گاهی</th>
<th>غیرخواص‌گاهی</th>
<th>میانگین درصد نرخی حاصل از پروتئین‌ها</th>
<th>کربوهیدرات‌ها</th>
<th>جیرین‌ها</th>
<th>کلسترول</th>
<th>فیبر</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>۳۳/۷ ± ۶/۳</td>
<td>۴۸/۳ ± ۵/۸</td>
<td>۷۲/۷ ± ۵/۸</td>
<td>۸۱/۲ ± ۵/۲</td>
<td>۳۳/۷ ± ۶/۳</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

ردیابی و وضعیت تغذیه ای...
بحث
در بررسی حاضر مایلین وزن دانشجویان خواکی‌آگهی به طور معنوی‌داشتنی بیشتر از دانشجویان خیاکی‌آگهی بود. در مطالعه برادر و همکاران نیز وزن دانشجویان دختر خواکی‌آگهی از خیاکی‌آگهی سگ‌گیری کردار شد. این [۱۴] که این تفاوت را ناشی از فضایی بیشتری تلقی می‌نمودند. در مطالعه حاضر اطمینان مربوط به تفاوت دانشجویان جمع آوری شده بود اما مایلین انرژی دانشجویان خواکی‌آگهی در مطالعه حاضر اندکی بالاتر از مایلین انرژی دانشجویان خیاکی‌آگهی بود.

در بررسی مایلین نمایه توده بدنی در دو گروه مورد بررسی تفاوت معنی‌داری مشاهده نمی‌شد. علیرغم تفاوت معنی‌داری درrien دو گروه مایلین نمایه توده بدنی هر دو گروه در محدوده سلمانی قرار داشت که همسو با کرارش برادر و همکاران بود [۱۴].

مایلین انرژی دریافتی دانشجویان خواکی‌آگهی در مطالعه برادر و همکاران نیز در مطالعه بررسی به‌شکل حاضر از دانشجویان خواکی‌آگهی بود [۱۴] که با میانگین انرژی دریافتی هم خواص دارد. مایلین انرژی دریافتی هر دو گروه در مطالعه حاضر با دو مطالعه با این تفاوت که همسو با کرارش برادر و همکاران بود.

با توجه به نتایج مطالعه حاضری دریافتی توده بدنی هر دو گروه در محدوده سلمانی قرار داشت که همسو با کرارش برادر و همکاران بود [۱۴].

دانشجویان خواکی‌آگهی و ۸۱/۱٪ دانشجویان خیاکی‌آگهی کنترل از و سوم مقدار توصیه شده کلیسم دریافت کرده بودند.

۱- Brevard  ۲- Beerman
دریافتی دانشجویان در یک میلیارد توصیه شده کارزار کردند. [۱۱]
و یکمین A دریافتی دانشجویان خواکه‌ای به طور معمولی کمتر از دانشجویان غیرخواکه‌ای بود. این
یافته عكس این‌ها بایستی بررسی نشود. [۱۲] این تفاوت بین
یافته‌های دو مطالعه ناشی از مصرف بالای چربی‌های میوه
و سبزی‌ها در مطالعه نشون داد. در پاسخ به مطالعه حاضر بود
میانگین مقدار دریافتی و درصد تأمین روزانه
فولکسین دانشجویان خواکه‌ای به طور معمول گرایی کمتر
از دانشجویان غیرخواکه‌ای بود. اکثریت دو افراد به اتفاق
دانشجویان هر دو کروم کمتر از سوم مقداری توصیه
شدند. فولکسین دریافت کرده بودند. مطالعات قبلی نشان دادند
حکایتی از مصرف تاکنون فولکسین توسط دانشجویان
دارد [۱۲،۱۳]، بنابراین این‌ها مصرف فولکسین
خصوصاً در دختران دانشجویان باید مد نظر باشد.
و یکمین E دریافتی دانشجویان دختر خواکه‌ای و
غیرخواکه‌ای در مطالعه بی‌مان [۱۱] طبق مطالعه
حاضر ناکافی کارزار شده است. علت دریافتی ناکافی
و یکمین E دانشجویان در مطالعه حاضر احتمالاً عدم
استفاده از زوغه‌های نیبات میانغ غذاهای دریابت، و ساب
میانگین و یکمین E در برنامه‌های غذایی دانشجویان بود.
کمتر بودن میانگین کلسیم دریافتی دانشجویان
احتمالاً ناشی از مصرف کمتر نیبات در برنامه‌های
غذایی دختران خواکه‌ای، شرکتگری غذایی، غذاهای
دانشجویان و ترکیب‌های غذایی دختران خواکه‌ای، بود.
یک همپایه ناکافی بودن کلسیم دریافتی دانشجویان در تعادل زیادی از مطالعات قبلی
نیز کارزار شده است. [۱۲،۱۳] بنابراین گستردگی
شهر و نیبات در برنامه‌های غذایی دختران خواکه‌ای
ضروری به نظر می‌رسد.
میانگین آهنا دریافتی دانشجویان در این مطالعه
کافی بود. بنابراین تجربه همسو و موافق با مطالعات درآمده‌ای و
همکاران بود [۱۶] و لی به توان تعدادی از مطالعات انجام
۱- Zawiah
تشکر و قدردانی

بدر سیله از معاونت‌های محترم فرهنگی، دانشجویان و آموزشی، پژوهش دانشگاه علوم پزشکی اردبیل و تربیت‌کنان محترم این در معاونت که با همکاری صمیمانه، انجام این مطالعه را می‌پرسند تشکر و قدردانی می‌کردم.

منابع

۱- ژرژ کیلر، مهدی محمد رضا پردرسی و ضیافت، خواجی‌خواندن دانشجویان دانشگاه آزاد و حکم‌گذاری در خواجی‌خواندن، صفحه ۱۲۷، سال ۱۳۷۹.

۲- علی رضا خانی، مهدی محمد رضا پردرسی و ضیافت، خواجی‌خواندن دانشجویان دانشگاه آزاد و حکم‌گذاری در خواجی‌خواندن، صفحه ۱۲۷، سال ۱۳۷۹.

۳- دکتر بهزاد فریدی، انتخاب شرایط صنایع مصرف، صفحه ۱۲۷، سال ۱۳۷۹.

۴- علی رضا خانی، مهدی محمد رضا پردرسی و ضیافت، خواجی‌خواندن دانشجویان دانشگاه آزاد و حکم‌گذاری در خواجی‌خواندن، صفحه ۱۲۷، سال ۱۳۷۹.

۵- علی رضا خانی، مهدی محمد رضا پردرسی و ضیافت، خواجی‌خواندن دانشجویان دانشگاه آزاد و حکم‌گذاری در خواجی‌خواندن، صفحه ۱۲۷، سال ۱۳۷۹.

۶- علی رضا خانی، مهدی محمد رضا پردرسی و ضیافت، خواجی‌خواندن دانشجویان دانشگاه آزاد و حکم‌گذاری در خواجی‌خواندن، صفحه ۱۲۷، سال ۱۳۷۹.

۷- علی رضا خانی، مهدی محمد رضا پردرسی و ضیافت، خواجی‌خواندن دانشجویان دانشگاه آزاد و حکم‌گذاری در خواجی‌خواندن، صفحه ۱۲۷، سال ۱۳۷۹.

۸- علی رضا خانی، مهدی محمد رضا پردرسی و ضیافت، خواجی‌خواندن دانشجویان دانشگاه آزاد و حکم‌گذاری در خواجی‌خواندن، صفحه ۱۲۷، سال ۱۳۷۹.

۹- علی رضا خانی، مهدی محمد رضا پردرسی و ضیافت، خواجی‌خواندن دانشجویان دانشگاه آزاد و حکم‌گذاری در خواجی‌خواندن، صفحه ۱۲۷، سال ۱۳۷۹.

۱۰- علی رضا خانی، مهدی محمد رضا پردرسی و ضیافت، خواجی‌خواندن دانشجویان دانشگاه آزاد و حکم‌گذاری در خواجی‌خواندن، صفحه ۱۲۷، سال ۱۳۷۹.