موضوع تغذیه و شاخص‌های آنتروپومتریک دختران دانش آموز شهر اردبیل و ارتباط آن با سن شروع اولین قاعدگی، ۷۹-۸۷

علي نعمتی، محسن سفایی

چکیده
زمینه و هدف: شروع قاعدگی یکی از بدين‌هاي مهم در مراحل تکامل جنس مؤنث محصول مي‌شود، در حالی‌که در این سنگري انتخاب شود، فيزيكوگنتش، خانواده‌ها و نژاد چگونگی تغذیه آنها اشاره‌نامه‌ندند. برخی از موضوعات نشان مي‌دهد، دختران چاق نژاد از دختران اغلب به شروع قاعدگی مي‌رسند. در اين مورد، چگونگی تغذیه، شروع قاعدگی در سن شروع قاعدگی ۱۱-۱۰ می‌باشد. هدف از اين بررسی تعیین ارتباط بين شاخص‌هاي آنتروپومتریک و وضعیت تغذیه با سن شروع قاعدگی بود.

روش کار: این مطالعه کی به‌وسیله طرح توصیفی - نقطه‌ای است که در مدت سال‌های ۷۹-۸۷، تعداد ۶۱۲ نفر دانش آموز دختر در شهر اردبیل انجام گرفت، بررسی‌های آنتروپومتریک (اند. فرزند، نمایه، نوزاد) و میتود روش تغذیه داشتند. تاریخ شروع اولین قاعدگی به صورت یک آماده و سنج توسط تغذیه‌دان و تحلیل نتایج، SPSS و Food Processor نتایج بدست آمده توسط نرم‌افزارهای

بافت‌ها: نتایج نشان داد که روابط معنی‌دار و مستقیم بین ضعف و سن شروع قاعدگی وجود دارد و شاخص‌های مختلف و رابطه‌های گاهی برای تغذیه و این اختلاف از نظر آماری معنی‌دار بود. سن شروع قاعدگی باین ترتیب نسبت به افزایش وزن و افزایش نمایه توده، سن شروع قاعدگی کاهش یافته و این اختلاف از نظر آماری معنی‌دار بود (P < 0.05). مساحت بدن در این سنگري می‌تواند در بررسی‌ها درآید. بیش از ۱۰% نرمال در آن دوازده چربی شان از چربی نامناسب می‌باشد. سن شروع قاعدگی باین ترتیب به سایر گروه‌ها داشتند اما این اختلاف از نظر آماری معنی‌دار بود. نتایج حاصل از سنج مصرف مواد غذایی نشان داد که بیشترین مصرف‌های معنی‌دار در نواحی قند و شکر، روغن نباتي، تخم‌های مصرفی در هنگام سفر به ترکیب مربوط به نان، لواش، نان، شکر، روغن نباتی، همراه. نان، چکه، کاغذ، نان، چکه، پیت، و درج بود.

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج، چه بدين‌هاي فوق‌مرطوب مي‌تواند بر سن شروع اولین قاعدگی تأثیر گذار باشد.

واژه‌های کلیدي: سن شروع اولین قاعدگی، وضعیت تغذیه، نمایه توده بدن

1- مولف مسئول: مرجع مرجع: دانشکده پزشکی - دانشگاه علوم پزشکی اردبیل
2- مرجع مرجع: دانشکده پزشکی - دانشگاه علوم پزشکی اردبیل
مقدمه
بلوغ فرآیندی است شامل کلیه تغییرات فیزیولوژیک و فیزیولوژیک و رفتاری که همزمان با تغییرات کاهشی یا افزایش می‌دهد. به علاوه، این تغییرات می‌تواند به منجر به تغییرات الکتری و غیر الکتری شود.

شروع أولین قاعدگی
- بیشتر کشورها با بهبود شرایط مصرفی و سلامتی از نظر ۱۸۰۶ نیمه فرزند ان ۱۹۷۱ سال شروع اولین قاعدگی که خانواده‌های نیز به جهت ایجاد طبیعتی حاوی ۱ هزار و ۷۰۰ و بهبود وضعیت اقتصادی، اجتماعی و فردی بهره‌برداری می‌کنند. 

سین مطالعه
- در مقالات، نشان داده که تشخیص داده شده از قبل بلوغ و Frisch مکارثر اید[۱]، بیشتر کشورها با بهبود شرایط مصرفی و سلامتی از نظر ۱۹۷۱ نیمه فرزند ان ۱۹۷۱ سال شروع اولین قاعدگی که خانواده‌های نیز به جهت ایجاد طبیعتی حاوی ۱ هزار و ۷۰۰ و بهبود وضعیت اقتصادی، اجتماعی و فردی بهره‌برداری می‌کنند. 

موفقیت و روش‌ها
- در مقالات، نشان داده که تشخیص داده شده از قبل بلوغ و Frisch مکارثر اید[۱]، بیشتر کشورها با بهبود شرایط مصرفی و سلامتی از نظر ۱۹۷۱ نیمه فرزند ان ۱۹۷۱ سال شروع اولین قاعدگی که خانواده‌های نیز به جهت ایجاد طبیعتی حاوی ۱ هزار و ۷۰۰ و بهبود وضعیت اقتصادی، اجتماعی و فردی بهره‌برداری می‌کنند. 

و در واقع، این مطالعه به کمک متخصصان و گروه‌های مختلف از این طریق به بهبود وضعیت اقتصادی، اجتماعی و فردی بهره‌برداری می‌کنند. 

مواد و روش‌ها
- در مقالات، نشان داده که تشخیص داده شده از قبل بلوغ و Frisch مکارثر اید[۱]، بیشتر کشورها با بهبود شرایط مصرفی و سلامتی از نظر ۱۹۷۱ نیمه فرزند ان ۱۹۷۱ سال شروع اولین قاعدگی که خانواده‌های نیز به جهت ایجاد طبیعتی حاوی ۱ هزار و ۷۰۰ و بهبود وضعیت اقتصادی، اجتماعی و فردی بهره‌برداری می‌کنند. 

۱۴۰۶-۱۳۸۰ فارسی
جدول شماره ۲: مقایسه میانگین و انحراف معیار سه شروع قاعدگی در دختران دانش آموز بر حسب میزان کم در دختران دانش آموز بر حسب میزان کم

<table>
<thead>
<tr>
<th>میانگین و انحراف معیار کاری در دیکتی</th>
<th>میانگین و انحراف معیار سه شروع قاعدگی</th>
<th>تعداد</th>
<th>BMI</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>۱۹۷۶/۴۷ ± ۲/۲۳</td>
<td>۱۳/۷/۲ ± ۱/۳۹</td>
<td>۴۲</td>
<td>&lt;۱۵</td>
</tr>
<tr>
<td>۱۹۸۳/۳۴ ± ۲/۲۳</td>
<td>۱۷/۲۵ ± ۲/۱۲</td>
<td>۱۰</td>
<td>۱۵-۱۸/۹۹</td>
</tr>
<tr>
<td>۱۹۳۲/۳۲ ± ۰/۰۵</td>
<td>۱۷/۳۲ ± ۱/۳۳</td>
<td>۱۰</td>
<td>۱۵-۱۸/۹۹</td>
</tr>
<tr>
<td>۱۸۳۷/۴۷ ± ۲/۲۳</td>
<td>۱۱/۹۰ ± ۲/۷۸</td>
<td>۳۰</td>
<td>۰-۱۸/۹۹</td>
</tr>
<tr>
<td>۱۸۳۷/۴۷ ± ۲/۲۳</td>
<td>۱۱/۸۲ ± ۱/۲۳</td>
<td>۳۰</td>
<td>۰-۱۸/۹۹</td>
</tr>
</tbody>
</table>

شیوه‌ها

میانگین متوسط سن شروح قاعدگی در دختران دانش آموز شهر اردیبهشت ۱۳۹۷ ± ۷ سال بود. آنالیز آماری به میانگین واریان انحراف معیار را بر حسب independent t test انجام گرفت.

References

1. Midarm Muscle Circumference
جدول ۳: توزیع فراوانی نسبی مقادیر مختلف کالری حاصل از جزئی دریافت روزانه در دختران دانش آموز به تفکیک سن شروع فعالیت‌های ورزشی (۰-۱۰ سال)

<table>
<thead>
<tr>
<th>سن (سال)</th>
<th>کالری و مواد غذایی (mg)</th>
<th>تعداد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>۰-۱... ۱۰</td>
<td>۱۸۴/۸ ± ۳۵/۹</td>
<td>۱۱۳</td>
</tr>
<tr>
<td>۱... ۳</td>
<td>۱۸۴/۱ ± ۳۰/۵</td>
<td>۲۱</td>
</tr>
<tr>
<td>۳... ۵</td>
<td>۱۸۴/۲ ± ۳۱/۸</td>
<td>۳۷</td>
</tr>
<tr>
<td>۵... ۷</td>
<td>۱۸۴/۳ ± ۳۲/۳</td>
<td>۲۱</td>
</tr>
<tr>
<td>۷... ۹</td>
<td>۱۸۴/۴ ± ۳۳/۴</td>
<td>۲۱</td>
</tr>
<tr>
<td>۹... ۱۱</td>
<td>۱۸۴/۵ ± ۳۴/۵</td>
<td>۲۱</td>
</tr>
<tr>
<td>۱۱... ۱۳</td>
<td>۱۸۴/۶ ± ۳۵/۶</td>
<td>۲۱</td>
</tr>
<tr>
<td>۱۳... ۱۵</td>
<td>۱۸۴/۷ ± ۳۶/۷</td>
<td>۲۱</td>
</tr>
</tbody>
</table>

آماری آماری به شیوه independent t test

اختلاف معنی‌داری بین سنی میانگین سن شروع قاعدی در گروه‌های فوق نشان نشد.

جدول ۴: میانگین و انحراف معیار کالری و مواد غذایی دریافتی و مقایسه بین گروه‌های آن در دختران ۳-۱۳ ساله

<table>
<thead>
<tr>
<th>سن (سال)</th>
<th>کالری و مواد غذایی (mg)</th>
<th>تعداد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>۰-۱... ۱۰</td>
<td>۱۸۴/۸ ± ۳۵/۹</td>
<td>۱۱۳</td>
</tr>
<tr>
<td>۱... ۳</td>
<td>۱۸۴/۱ ± ۳۰/۵</td>
<td>۲۱</td>
</tr>
<tr>
<td>۳... ۵</td>
<td>۱۸۴/۲ ± ۳۱/۸</td>
<td>۳۷</td>
</tr>
<tr>
<td>۵... ۷</td>
<td>۱۸۴/۳ ± ۳۲/۳</td>
<td>۲۱</td>
</tr>
<tr>
<td>۷... ۹</td>
<td>۱۸۴/۴ ± ۳۳/۴</td>
<td>۲۱</td>
</tr>
<tr>
<td>۹... ۱۱</td>
<td>۱۸۴/۵ ± ۳۴/۵</td>
<td>۲۱</td>
</tr>
<tr>
<td>۱۱... ۱۳</td>
<td>۱۸۴/۶ ± ۳۵/۶</td>
<td>۲۱</td>
</tr>
<tr>
<td>۱۳... ۱۵</td>
<td>۱۸۴/۷ ± ۳۶/۷</td>
<td>۲۱</td>
</tr>
</tbody>
</table>

اختلاف معنی‌داری بین سنی میانگین سن شروع قاعدی در گروه‌های فوق نشان نشد.
بحث

بررسی ها نشان می‌دهد کمبود وزن باعث می‌شود که سن شروع فاعلیک 10 هفته باعث یکناری در حالیکه افزایش وزن باعث جلوگیری از سن شروع فاعلیک می‌شود. 13 هفته همگن در سن شروع فاعلیک در دختران جایگاه پایین نتیجه است.

مطالعه

Jaruratanasirikul و همکاران نشان داد که سن شروع فاعلیک در دختران جایگاه بالتیکی در سال 2018 در دانشگاه دانشگاه Kimm Suse گزارش باشد. 15 مطالعه روی دختران سایه پوست و سفید پوست در آمریکا نشان داد که افزایش بدنی BMI نشان‌دهنده سطح تنش خاص BMI به جایی در بین نوجوانان می‌باشد. 16 مطالعه در چهار ناحیه مختلف تایلند صورت گرفته نشان داد که متوسط سن شروع فاعلیک در این کشور 16/2 سال ست. در ناحیه شمال تایلند که کمترین سن شروع فاعلیک را داشتند (17 سال) میزان BMI فراد بیشتر ناحیه مرکزی تایلند با سن شروع فاعلیک 18/4 سال بود (11) در مطالعه حاضر متوسط سن شروع فاعلیک 17/0 سال بو و دخترانی که چاق بو و دخترانی که چاق بو داشتند و میزان BMI بیشتری داشتند سن شروع فاعلیک پایین تری BMI نسبت به دختران با BMI مرتفع داشتند و این اختلاف وزن آماری معنی‌دار بود (0/0.04) که با مطالعات بیشتری شده همخوانی دارد. برای درک کامل این نتایج باید به Frisch وزن بدین می‌باشد. 19 در مطالعه حاضر افرادی که وزن بالاتری با مساوی 47/8 Kg پایدار بودند سن شروع فاعلیک شان حدود 1/19 سال بود و آنها که وزن کمتری از شروع فاعلیک آنها 17/8 Kg داشتند سن شروع فاعلیک آنها 1/14 سال بود و این اختلاف به لحاظ آماری معنی‌دار مفایت دارد.
کمتر از ۰.۵% کل کالری توصیه شده از چربی اختلاف معنی‌داری نداشت. تعداد ۳۰۲ نوجوان نشریه و همکاران با توجه به اینکه آزمایشگر در دختران نوجوان مورد مطالعه ماده مغذی (کلسیم، آهن و روز) تغذیه در آزموداران [۱۹] کمی به ۹۱ درصد داشته که کالری در نویسندگان تغذیه آنان بالا‌تری آموزش دانش‌آموزان نوجوان و نفراتی که کمتر از ۹۱ درصد جمعیت دانش آموزان را داشتند. درصد داشته که کالری در نویسندگان تغذیه آنان بالا‌تری آموزش دانش‌آموزان نوجوان و نفراتی که کمتر از ۹۱ درصد جمعیت دانش آموزان را داشتند. درصد داشته که کالری در نویسندگان تغذیه آنان بالا‌تری آموزش دانش‌آموزان نوجوان و نفراتی که کمتر از ۹۱ درصد جمعیت دانش آموزان را داشتند. درصد داشته که کالری در نویسندگان تغذیه آنان بالا‌تری آموزش دانش‌آموزان نوجوان و نفراتی که کمتر از ۹۱ درصد جمعیت دانش آموزان را داشتند. درصد داشته که کالری در نویسندگان تغذیه آنان بالا‌تری آموزش دانش‌آموزان نوجوان و نفراتی که کمتر از ۹۱ درصد جمعیت دانش آموزان را داشتند. درصد داشته که کالری در نویسندگان تغذیه آنان بالا‌تری آموزش دانش‌آموزان نوجوان و نفراتی که کمتر از ۹۱ درصد جمعیت دانش آموزان را داشتند. درصد داشته که کالری در نویسندگان تغذیه آنان بالا‌تری آموزش دانش‌آموزان نوجوان و نفراتی که کمتر از ۹۱ درصد جمعیت دانش آموزان را داشتند. درصد داشته که کالری در نویسندگان تغذیه آنان بالا‌تری آموزش دانش‌آموزان نوجوان و نفراتی که کمتر از ۹۱ درصد جمعیت دانش آموزان را داشتند. درصد داشته که کالری در نویسندگان تغذیه آنان بالا‌تری آموزش دانش‌آموزان نوجوان و نفراتی که کمتر از ۹۱ درصد جمعیت دانش آموزان را داشتند. درصد داشته که کالری در نویسندگان تغذیه آنان بالا‌تری آموزش دانش‌آموزان نوجوان و نفراتی که کمتر از ۹۱ درصد جمعیت دانش آموزان را داشتند. درصد داشته که کالری در نویسندگان تغذیه آنان بالا‌تری آموزش دانش‌آموزان نوجوان و نفراتی که کمتر از ۹۱ درصد جمعیت دانش آموزان را داشتند. "WHO"
شناخت سال‌های مختلف، صدر میدخته. جیبی افسانه
شلیور برچر، برای آیا اپنی سن شروع بلوغ در
دراش آموزان دختر شیر زرد در سال ۱۳۷۰. چکیده
غزوز و پایان نامه های دانشگاه علوم پزشکی و
خدمات پیشگیری درمانی شدید صداقتی برکت

3- Kaplowitz PB, Slora EJ, Wasserman RC,
Pedlow SE, Herman-Giddens ME. Earlier
onset of puberty in girls: relation to increased
body mass index and race. Pediatr. 2001 Aug;
4- Morrison JA, Barton B, Biro FM, Sprecher
DL, Falkner F, Obarzanek E. Sexual
maturation and obesity in 9 and 10 years old
black and white girls: the National Heart,
Lung, and Blood Institute Growth and Health
5- Frisch RE, McArthur JW. Menstrual
cycles: fatness as a determinant of minimum
weight for height necessary for their
maintenance or onset. Science. 1974 Sep; 185
6- Ridd M, Thijssen JH, Bruning PF, Van
Brande JL, Zonderland ML, Erich WB. Body
fat mass, body fat distribution, and pubertal
development: a longitudinal study of physical
and hormonal sexual maturation of girls. J Clin
7- Golden BE. Infancy, childhood and
adolescence. In: Garrow JS, James WPT,
Ralph A, Editors. Human Nutrition and
Dietetics 10th ed. London: Churchill
Livingstone; 2000: 460.
8- Eveleth PB, Tanner YM. Worldwide
variation in human growth 2nd ed. Cambridge:
9- Frisch RE, Revelle R, Cook S. Components
of weight at menarche and the initiation of the
adolescent growth spurt in girls: estimated total
water, lean body weight and fat, Hum Hum.
1973 Sep; 45(3): 469-83.
10- Graham MJ, Larsen U, Xu X. Secular
trend in age at menarche in China: a case study
of two rural counties in Anhui Province. J


