

بررسی میزان آگاهی دانشجویان در مورد اثرات نور آفتاب بر پوست و ضرورت و روش های حفاظت پوست در مقابل نور آفتاب

تاریخ دریافت: ۸۷/۱/۲۰ - تاریخ پذیرش: ۸۷/۵/۴

خلاصه

مقدمه

قرار گرفتن در معرض نور آفتاب عامل ایجاد ۹۰٪ سرطان های پوست است. با توجه به افزایش میزان سرطان پوست، هدف از این مطالعه سنجش میزان آگاهی دانشجویان سال آخر دانشگاه مشهد (فردوسی) در مورد اثرات نور آفتاب بر پوست و ضرورت و روش های حفاظت از آن بوده است.

روش کار

این مطالعه توصیفی در سال ۱۳۸۳ بر دانشجویان ترم آخر دانشگاه مشهد (فردوسی) که در ۹ رشته تحصیل می کردند، انجام شد که از آن میان ۸۰۲ نفر وارد مطالعه شدند. پرسشنامه استاندارد شامل ۲۴ سؤال توسط دانشجویان تکمیل و داده ها توسط نرم افزار SPSS آنالیز شدند. دانشجویان بر حسب نمره کسب شده از ۲۴ سؤال در سه گروه تقسیم شدند: ضعیف (نمره ≤ 12)، متوسط (نمره ۱۷-۱۳) و خوب (نمره ۲۴-۱۸). سپس مقایسه میانگین با آزمون های تی تست و آنالیز واریانس و ارتباط بین داده های کیفی با آزمون کای اسکور انجام شد.

نتایج

افراد مورد مطالعه از نظر نمره کسب شده از ۲۴ سؤال، در سه گروه تقسیم شدند: ضعیف با فراوانی ۱۵/۶ درصد، متوسط با فراوانی ۳۹/۴ درصد و خوب با فراوانی ۴۵ درصد. میانگین نمره زنان و مردان از ۲۴ سؤال آگاهی به ترتیب 18.31 ± 3.32 و 14.90 ± 3.93 بود که تفاوت دیده شده از نظر آماری معنی دار بود ($p=0.002$). اختلاف معنی داری بین دو جنس در میزان آگاهی در باره نور آفتاب در موارد: مفید بودن، مضر بودن، تاثیر در پیری پوست، ایجاد و افزایش خال های ملانوسیتیک، اریتم، برنزه سازی، سرطان زایی، پوکی استخوان، تفاوت شدت اشعه در ساعات مختلف روز، اثر محافظتی شیشه پنجره، لزوم محافظت پوست از نور آفتاب، تاثیر کلاه و لباس، لزوم استفاده از کرم ضد آفتاب در تمامی فصول و تنها در افراد خاص تکرار استفاده در روز وجود داشت. این اختلاف در مورد آگاهی در زمینه های: اثر نور آفتاب در ساخت ویتامین D، مفید نبودن مواجهه طولانی با نور آفتاب و کاهش اثر کرم ضد آفتاب با استفاده ناکافی در هر بار معنی دار نبود.

نتیجه گیری

میزان اطلاعات قشر تحصیل کرده در زمینه لزوم محافظت از اثرات مضر و تخریبی نور آفتاب ناکافی است. این امر لزوم آموزش همگانی روش های پیشگیری از عوارض نور آفتاب را مشخص می سازد.

کلمات کلیدی: نور آفتاب، محافظت از آفتاب، ضد آفتاب، دانشجویان، آگاهی

- ۱ مسعود ملکی *
- ۲ زری جاویدی
- ۳ احمدرضا طاهری
- ۴ محمد ابراهیمی راد
- ۵ حمید حمیدی
- ۶ فائقه فومنی
- ۷ سودابه نکوهی

- ۱- دانشیار بیماری های پوست
- ۲- استاد بیماری های پوست
- ۳- استادیار بیماری های پوست
- ۴- متخصص بیماری های پوست
- ۵- رزیدنت پوست
- ۶، ۷- پزشک عمومی

*مشهد - بیمارستان امام رضا (ع)، بخش پوست،
دانشگاه علوم پزشکی مشهد - نویسنده رابط

تلفن: ۸۴۱۳۰۰۷ - ۵۱۱-۹۸+

email: malekim@mums.ac.ir

عنوان جامعه پژوهش انتخاب شدند. در کل ۸۰۲ نفر از دانشجویان رشته های مختلف دانشگاه فردوسی مشهد به سئوالات پرسشنامه پاسخ دادند. هدف پژوهش برآورد نسبت کسانی بوده است که سطح آگاهی مناسبی دارند. با توجه به آنکه مطالعات مشابه قبلی در این مورد روی دانشجویان در ایران انجام نشده بود، بنابراین با در نظر گرفتن $p=0.50$ ، در هر گروه دو حجم نمونه بیش از ۳۸۵ نفر از دانشجویان ترم آخر بر اساس فرمول مورد بررسی قرار گرفتند. روش نمونه گیری در این مطالعه نمونه گیری آسان (در دسترس) بود. استاندارد سازی پرسشنامه نهایی با توجه به جمعیت مورد مطالعه، بررسی و تایید شد. حجم نمونه تعیین شده با روش پیش تست و قابل اطمینان بودن پاسخ ها با روش آزمون مجدد انجام شد. پس از تعیین نمونه های مورد پژوهش، پرسشنامه هایی مشتمل بر ۲۴ سؤال که بر اساس اهداف طرح تنظیم شده و روایی و پایایی آن محاسبه شده بود، در بین دانشجویان در محل کلاس توزیع و توضیحات لازم جهت تکمیل آن توسط مجریان طرح داده شد. بر اساس نمره کسب شده افراد مورد مطالعه به سه گروه تقسیم شدند:

آگاهی خوب: پاسخ صحیح به حداقل ۷۵ درصد سئوالات، آگاهی متوسط: پاسخ صحیح بین ۵۱ تا ۷۴ درصد سئوالات، آگاهی ضعیف: پاسخ صحیح به کمتر یا مساوی ۵۰ درصد سئوالات. پس از جمع آوری اطلاعات، داده ها در رایانه ثبت و به کمک نرم افزار SPSS 11.5، مورد آنالیز قرار گرفت و نتایج در جداول از قبل تعیین شده وارد گردید. در مورد مقایسه میانگین بین داده های کمی و کیفی از آزمون های تی تست و آنالیز واریانس یک طرفه و در مورد ارتباط بین داده های کیفی از آزمون های آماری کای اسکور استفاده شد.

نتایج

از ۸۰۲ دانشجوی مورد مطالعه، ۴۰۴ نفر زن (۵۰/۴٪) و ۳۹۸ نفر مرد (۴۹/۶٪) بودند. میانگین سنی دانشجویان ۲۳ سال بود و در حدود ۹۳٪ دانشجویان در فاصله سنی ۲۰-۲۵ سال بودند و تنها ۱٪ سن بالاتر از ۳۰ سال داشتند. توزیع فراوانی رشته تحصیلی به جز برای رشته تحصیلی تربیت بدنی که تعداد نفرات ۴ نفر (۰/۵٪) بود، برای رشته های مهندسی، الهیات، علوم، اقتصاد، علوم تربیتی، ادبیات، کشاورزی و دامپزشکی حدود ۱۲-۱۲/۵٪ برای هر رشته بود که تقریباً به طور مساوی در پژوهش شرکت داده شده بودند. در تمام رشته های مورد نظر تعداد شرکت کنندگان مذکر و مونث تقریباً یکسان بود. از بین تمام دانشجویان، تنها ۶ نفر (۰/۷٪) به هر ۲۴ سؤال پاسخ صحیح دادند و از نظر

سرطان های پوست نسبت بالایی از کلیه سرطان ها را تشکیل می دهند که ۹۰٪ از آنها در محل های باز بدن و در معرض نور آفتاب ایجاد می گردد. تماس طولانی و مداوم با نور آفتاب می تواند باعث بروز کراتوز اکتینیک، سرطان های غیر ملانومی پوست و به میزان کمتر ملانوم بدخیم در پوست شود که البته تماس متناوب ولی شدید با نور آفتاب در ایجاد ملانوم از اهمیت بیشتری برخوردار است. از عوارض دیگر نور آفتاب پیری زودرس، پورفیری کاذب، برنزه شدن تاخیری و آفتاب سوختگی می باشد (۱، ۲). لازم به تذکر است که نباید از آثار مفید نور آفتاب از جمله سنتز ویتامین D که در ترمیم و استحکام استخوان ها بسیار موثر است، کاهش عفونت ها و خاصیت استریل کنندگی و ضد میکروبی و ... غافل شد (۳-۷). تحقیقات نشان داده است که اجتناب از تماس با نور آفتاب، استفاده از انواع مختلف پوشش مثل کلاه و استفاده از محصولات ضد آفتاب می تواند عامل مناسبی در کاهش زیان های ناشی از نور آفتاب باشد (۲، ۸). در حال حاضر در کشورهای پیشرفته آموزش در خصوص اجتناب از نور آفتاب و استفاده از ضد آفتاب از سال های اولیه کودکی شروع می شود تا با کاهش بروز عوارض ناشی از نور آفتاب، از هزینه های سنگین درمان آنها کاسته شود (۲، ۹-۱۳). در ایران در سال ۱۳۸۳ به ترتیب ۱۳ و ۱۷ درصد (برای استان خراسان به ترتیب ۱۲/۶ و ۱۷ درصد) از کل سرطان های خانم ها و آقایان از انواع سرطان های پوست بود. از این میان با توجه به افزایش میزان مراجعه کنندگان انواع سرطان های پوست به درمانگاه ها در سال های اخیر هدف از این مطالعه سنجش سطح آگاهی گروهی از افراد تحصیل کرده کشورمان در رابطه با اثرات نور آفتاب است تا مشخص شود این گروه چقدر از ضرورت حفاظت در برابر نور آفتاب آگاهند و روش های حفاظتی را می شناسند تا با ارائه این نتایج به مسئولین مربوطه، بتوان گامی در جهت برنامه ریزی درست و مطلوب برای آموزش کافی در این زمینه برداشته شود.

روش کار

این مطالعه به صورت توصیفی - تحلیلی جهت بررسی میزان آگاهی دانشجویان سال آخر دانشگاه مشهد (فردوسی) در مورد اثرات نور آفتاب بر پوست و ضرورت و روش های حفاظت در مقابل نور آفتاب در سال ۱۳۸۳ در مشهد انجام شد. این مطالعه مورد تایید کمیته اخلاق منطقه ای می باشد. جمعیت مورد مطالعه در این پژوهش کلیه دانشجویانی بودند که در دانشگاه فردوسی در زمان انجام مطالعه در ترم آخر مشغول تحصیل بودند و به

شده از لحاظ آماری معنی دار بود ($P=0/002$). جدول یک انواع سئوالات مطرح شده و پاسخ های داده شده به هر کدام و فراوانی پاسخ های صحیح را نشان می دهد.

نمره کسب شده از ۲۴ سوال ۱۵/۶ درصد نمره کمتر از ۱۲ (آگاهی ضعیف)، ۳۹/۴ درصد نمره ۱۷-۱۲ (آگاهی متوسط) و ۴۵ درصد نمره ۱۸ و بالاتر از آن (آگاهی خوب) را کسب نمودند. متوسط نمره زنان $18/31 \pm 3/32$ و در مردان $14/90 \pm 3/93$ بود که تفاوت دیده

جدول ۱- سوالات مربوط به میزان آگاهی دانشجویان دانشکده مشهد (فردوسی) در مورد اثرات نور آفتاب بر پوست و ضرورت و روش های حفاظت در مقابل نور آفتاب در سال ۱۳۸۳ و فراوانی پاسخ های داده شده در هر مورد

تحلیل آماری از جهت ارتباط بین دو جنس با پاسخ صحیح	فراوانی (درصد) پاسخ صحیح		فراوانی (درصد) پاسخ			سؤال
	زن	مرد	نمی دانم	خیر	بلی	
$P=0/008$ و $df=1$ و $X^2=7/091$	۳۷۵ (۹۲/۸)	۳۴۷ (۸۷/۱)	۳۲ (۰/۴)	۴۸ (۱/۶)	۷۲۲ (۹۰/۰)	آفتاب دارای اثرات مضر است
$P=0/045$ و $df=1$ و $X^2=4/029$	۳۸۷ (۹۵/۷)	۳۶۸ (۹۲/۴)	۲۴ (۰/۳)	۲۳ (۰/۹)	۷۵۵ (۹۴/۱)	آفتاب دارای اثرات مفید است
$P=0/482$ و $df=1$ و $X^2=0/495$	۳۵۵ (۸۷/۸)	۳۵۶ (۸۹/۴)	۶۰ (۷/۵)	۳۱ (۰/۹)	۷۱۱ (۸۸/۷)	اثر آرمیخس نور آفتاب، تمدد اعصاب و تاثیر مفید نور آفتاب در ساخت وینامین D
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=28/241$	۱۸۴ (۴۵/۵)	۱۰۹ (۲۷/۳)	۳۲۵ (۴۰/۶)	۲۹۳ (۳۳/۶)	۱۸۳ (۲۲/۸)	تاثیر نور آفتاب در پیشگیری از پیری زودرس پوست
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=136/053$	۳۷۷ (۹۳/۳)	۳۳۱ (۵۸)	۱۴۱ (۱۷/۶)	۵۳ (۶/۶)	۶۰۸ (۷۵/۸)	نقش نور آفتاب در ایجاد و افزایش خال های پوستی
$P=0/036$ و $df=1$ و $X^2=3/383$	۳۴۷ (۸۵/۸)	۳۱۹ (۸۰/۱)	۶۹ (۸/۶)	۶۶ (۸/۲)	۶۶۶ (۸۳/۱)	قرمزی و سوزش پوست در مواجهه با نور شدید آفتاب به صورت حاد
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=17/317$	۳۱۹ (۷۸/۹)	۲۶۲ (۶۵/۸)	۱۶۱ (۲۰/۱)	۶۰ (۷/۵)	۵۸۱ (۷۲/۴)	اثر برنزه شدن پوست توسط نور آفتاب
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=28/545$	۲۲۰ (۵۴/۴)	۱۴۲ (۳۵/۶)	۲۶۷ (۳۳/۳)	۳۶۳ (۴۵/۱)	۱۷۲ (۲۱/۴)	تاثیر آفتاب بر جلوگیری از سرطان های پوست
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=6/719$	۲۷۸ (۶۸/۸)	۲۳۹ (۶۰)	۲۴۱ (۳۰)	۲۱۷ (۶۴/۵)	۴۴ (۵/۵)	اثر نور آفتاب بر ایجاد پوکی استخوان
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=19/516$	۳۸۵ (۹۵/۲)	۳۴۴ (۸۶/۴)	۴۴ (۵/۵)	۷۱۹ (۹۱/۱)	۲۷ (۳/۴)	یکسان بودن میزان اشعه آفتاب در تمام ساعات روز
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=0/080$	۳۲۸ (۸۱/۸)	۳۲۰ (۸۰/۴)	۸۱ (۱۰/۱)	۶۶۸ (۸۰/۸)	۷۳ (۹/۱)	لزوم تماس مداوم و طولانی با نور آفتاب جهت سلامتی
$P=0/008$ و $df=1$ و $X^2=7/045$	۱۶۰ (۳۹/۶)	۱۲۲ (۳۰/۶)	۳۲۳ (۴۰/۲)	۱۹۶ (۲۴/۴)	۲۸۳ (۳۵/۳)	بروز بیشتر سرطان پوست در نواحی از بدن که در معرض نور آفتاب هستند
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=23/243$	۳۹۱ (۹۶/۷)	۳۴۹ (۸۷/۶)	۲۵ (۰/۳)	۳۷ (۴/۶)	۷۴۰ (۹۲/۳)	لزوم محافظت از پوست در برابر نور آفتاب
$P=0/024$ و $df=1$ و $X^2=5/104$	۱۶۳ (۴۰/۳)	۱۳۰ (۳۲/۶)	۱۲۹ (۱۶/۱)	۲۹۳ (۳۶/۵)	۳۸۰ (۴۷/۴)	کاهش اثر نور آفتاب توسط شیشه پنجره
$P=0/036$ و $df=1$ و $X^2=3/383$	۳۴۷ (۸۵/۸)	۳۱۹ (۸۰/۱)	۶۹ (۸/۶)	۶۶ (۸/۲)	۶۶۶ (۸۳/۱)	اثر کلاه و لباس در جلوگیری از نور آفتاب
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=9/1056$	۳۶۴ (۹۰/۰)	۲۴۳ (۶۱/۰)	۹۳ (۱۱/۶)	۱۰۱ (۱۲/۶)	۶۰۷ (۷۵/۸)	ضرورت استفاده از کرم ضد آفتاب
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=11/0881$	۳۱۸ (۷۸/۷)	۱۹۶ (۴۹/۲)	۱۲۸ (۱۶)	۴۸۷ (۶۰/۹)	۱۸۵ (۲۳/۱)	لزوم استفاده از کرم ضد آفتاب فقط در افراد خاص
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=10/1970$	۳۰۱ (۷۴/۵)	۱۵۶ (۳۹/۱)	۱۲۸ (۱۶)	۲۱۷ (۲۷/۱)	۴۵۷ (۵۷)	لزوم استفاده از کرم ضد آفتاب در تمام فصول
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=157/233$	۳۳۷ (۸۳/۴)	۱۶۰ (۴۰/۲)	۱۶۱ (۲۰/۱)	۱۴۲ (۱۷/۸)	۴۹۷ (۶۲/۱)	لزوم تکرار استفاده از کرم های ضد آفتاب در طول روز
$P=0/010$ و $df=1$ و $X^2=6/689$	۲۹۰ (۷۱/۷)	۲۵۱ (۶۳/۰)	۱۴۱ (۱۷/۶)	۵۴۱ (۶۷/۵)	۱۱۹ (۱۴/۹)	از بی خطر بودن نور آفتاب پس از استفاده از کرم ضد آفتاب
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=14/523$	۳۳۴ (۸۲/۶)	۲۸۴ (۷۱/۳)	۱۳۷ (۱۷/۱)	۶۱۸ (۷۷/۱)	۴۷ (۵/۹)	اثر کرم های ضد آفتاب در جلوگیری کامل از تمام اجزای نور آفتاب
$P=0/000$ و $df=1$ و $X^2=87/913$	۳۸۷ (۹۵/۷)	۲۸۳ (۷۱/۱)	۹۷ (۱۲/۱)	۳۴ (۴/۲)	۶۷۰ (۸۳/۴)	وجود درجه بندی در کرم های ضد آفتاب از نظر میزان محافظت
$P=0/0306$ و $df=1$ و $X^2=1/048$	۱۳۹ (۳۴/۴)	۱۵۰ (۳۷/۶)	۲۵۳ (۳۱/۷)	۲۵۶ (۳۲/۱)	۲۸۹ (۳۶/۲)	کاهش میزان حفاظت کرم ضد آفتاب در صورت استفاده از حجم ناکافی در هر نوبت استفاده
$P=0/047$ و $df=1$ و $X^2=3/947$	۲۷۶ (۶۸/۳)	۲۴۴ (۶۱/۳)	۱۸۵ (۲۳/۱)	۹۵ (۱۱/۸)	۵۲۲ (۶۵/۱)	کاهش تاثیر کرم ضد آفتاب با تعریق و شستشو

بحث

چنانچه در این تحقیق مشاهده شد فقط ۴۵٪ از دانشجویان به حداقل هفتاد و پنج درصد سئوالات پاسخ صحیح داده بودند که نشان دهنده آگاهی ناکافی نسبت به اثرات آفتاب و ضرورت محافظت از آفتاب است و با توجه به سطح تحصیلات گروه مورد مطالعه انتظار بیشتر از این بود. نمره کسب شده در خانم ها با اختلاف معنی داری نسبت به آقایان بالاتر بود که نشان دهنده اهمیت دادن و آگاهی بیشتر خانم ها در مورد اثرات نور آفتاب و ضد آفتاب هاست. دردهه های اخیر تحول مهمی در مورد حفاظت پوست در مقابل اثرات سوء اشعه آفتاب صورت پذیرفته

همان گونه که در جدول شماره یک مشاهده می شود در ۵ مورد از سئوالات میزان پاسخ صحیح کمتر از ۵۰ درصد بوده است. بالاترین درصد پاسخ صحیح (۹۴/۱٪) در مورد سؤال "آیا آفتاب دارای اثرات مفید است؟" و کمترین درصد پاسخ صحیح (۳۳/۶٪) در مورد سؤال "آیا نور آفتاب در پیشگیری از پیری زودرس پوست تاثیر دارد؟" مشاهده شد. در ۲۲ مورد از سئوالات، درصد پاسخ های صحیح در جنس مونث بیشتر بوده که ۲۱ مورد اختلاف معنی داری را نشان داد ($P < 0/05$) ولی در هیچ کدام از دو موردی که پاسخ صحیح در جنس مذکر بیشتر بود، اختلاف معنی داری را نشان نداد.

۵۰ درصد دانش آموزان روش محافظتی خود را تغییر دادند (۱۸). موریسون^۶ و همکاران در می ۱۹۹۶ دانسته های پرستاران در زمینه مواجهه با نور خورشید و ایجاد سرطان پوست را بررسی کردند. در این مطالعه ۱۴۲ پرستار در زمینه دانسته های خود راجع به نور آفتاب و آگاهی شان در این زمینه به پرسش هایی پاسخ دادند. مطالعه نشان داد که این افراد نگرش مسئولانه ای نسبت به اجتناب از آفتاب سوختگی و نیاز به ضد آفتاب بیشتر به خصوص خارج از خانه دارند. با این وجود، این مطالعه نشان داد که این افراد اهمیت نور خورشید در ایجاد سرطان پوست را دست کم گرفته و بینش عمیقی راجع به نیاز به محافظت از پوست در مقابل آفتاب سوختگی در طولانی مدت، ندارند (۱۹). در یک مطالعه در سال ۲۰۰۱، برانستروم^۷ و همکاران باورها، اطلاعات و تمایلات مربوط به استفاده از نور خورشید و ضد آفتاب ها را در نوجوانان سوئدی بررسی کردند. ۲۶۱۵ نوجوان که پرسشنامه ای را راجع به نور خورشید پر کرده بودند مورد بررسی قرار گرفتند. دختران، نوجوانان با سن بالاتر و آنهایی که پوست حساس نداشتند، آگاهی بیشتری نسبت به اثرات آفتاب داشتند و بیشتر حمام آفتاب می گرفتند. نوجوانان کم سن تر و آنها که پوست حساس داشتند باور داشتند که در آینده بیشتر از نور آفتاب استفاده خواهند کرد. مردان، افراد دارای پوست غیر حساس و آنها که بیشتر حمام آفتاب می گرفتند از ضد آفتاب کمتر استفاده می کردند. نتایج مطالعه لزوم افزایش آموزش را در نوجوانان نشان می دهد (۲۰). مه^۸ و همکاران در مطالعه ای در سپتامبر ۲۰۰۴ محافظت از آفتاب در بیماران خاص (گیرندگان پیوند کلیه) را بررسی کردند. در این مطالعه اطلاعات ۵۲۰ گیرنده پیوند کلیه در یک مرکز به صورت پرسشنامه درخواست و ۴۴۵ پاسخ دریافت شد. ۹۱٪ پاسخ دهندگان از ضرورت محافظت از آفتاب اطلاع داشتند. در ۸۰٪ موارد متخصص پوست چنین توصیه ای نموده بود. ۶۸٪ بیشتر در خارج از خانه از ضد آفتاب استفاده می کردند. ۶۳٪ از بیرون رفتن در ساعات میانه روز خودداری می کردند. ۶۳٪ به صورت منظم از ضد آفتاب استفاده می کردند اما ۴۶٪ یک تیوپ یا کمتر ضد آفتاب در سال استفاده

است. مطالعاتی که در کشورهای مختلف دنیا انجام شده حاکی از آگاهی پایین افراد جامعه نسبت به اثرات سوء تابش آفتاب و ضرورت محافظت از آفتاب بوده است که خود توجه بیشتر متولیان امر سلامت را می طلبد. مطالعه ای که در ۱۹۹۳ توسط اسمیت^۱ و همکاران بر ۲۹۶ دانشجوی جهت بررسی آگاهی و نگرش آنان نسبت به اثرات و عوارض نور آفتاب و لزوم حفاظت پوست انجام شده بود نشان دهنده عدم آگاهی کافی در ۴۳٪ دختران و ۶۱٪ پسران بود (۱۴). نتایج مشابهی در تحقیق اسپیرندینگ^۲ و همکارانش در ۱۹۹۱ در شهر کیپ تاون آفریقای جنوبی در مورد افرادی که جهت گذراندن تعطیلات به سواحل دریا رفته بودند به دست آمد (۱۵). فلمینگ^۳ و همکاران در ۱۹۹۸ در مطالعه ای میزان آگاهی ۷۶ نفر از معلمان مدارس را ارزیابی نموده و نشان دادند ۹۳٪ آنان فاقد آگاهی لازم در زمینه عوارض آفتاب هستند (۱۶). در مطالعه گرنسیس^۴ و همکارانش در ۱۹۹۹ مشخص شد افراد مورد مطالعه در مورد مقدار مصرف ضد آفتاب جهت حفاظت در برابر نور خورشید به ندرت آگاهی کافی دارند (۱۷).

در ژولای ۱۹۹۲ در مطالعه فریشتی^۵ و همکاران در استرالیا، ۹۷۲ دانش آموز دبیرستانی در مطالعه ای مقطعی شرکت کردند این افراد مقادیر مواجهه با نور خورشید و روش های محافظتی خود را در طول دو روز تعطیلی آخر هفته یادداشت نمودند. بیش از ۸۰٪ نوجوانان پسر و ۶۰٪ نوجوانان دختر در دو ناحیه شهری روزانه بیش از ۲ ساعت را در زمان اوج اشعه ماوراء بنفش بیرون از خانه می گذراندند و در بیش از نیمی از زمان ذکر شده ضد آفتاب و کلاه استفاده نمی کردند. دانش آموزانی که کلاه می پوشیدند بیشتر پسران بودند و در نواحی روستایی زندگی می کردند. کسانی از ضد آفتاب استفاده می کردند که سریع دچار آفتاب سوختگی می شدند و نمره بالایی در پرسش های آگاهی داشتند. این مدل پیشگویی خوبی از رفتار در آخر هفته بعدی به دست نمی داد. زیرا رفتارها به شدت متغیر بود و ۳۵ تا

¹ Smith

² Schirnding

³ Fleming

⁴ Grecnis

⁵ Fristschi

⁶ Morrison

⁷ Branstrom

⁸ Mahe

و این در حالی است که آقایان به دلایل شغلی بیشتر در معرض تابش آفتاب هستند.

با توجه به یافته های فوق باید طی برنامه های منسجم آگاهی افراد جامعه را در سطوح مختلف نسبت به اثرات آفتاب و روش های محافظت از آن بالا برد. مطالعات وسیعی در این زمینه انجام شده و همه موید نقش آموزش و اطلاع رسانی در بهبود رفتارهای بهداشتی افراد است (۲۶). هاگس^۴ و همکاران در ۱۹۹۳ در مطالعه ای به وسیله فیلم های ویدویی، کتاب و اطلاعیه هایی در مورد خطرات نور آفتاب و سرطان های پوستی به دانش آموزان دبیرستانی آموزش داد و پرسشنامه هایی قبل و پس از پایان تعطیلات تابستان در اختیار این گروه و گروه کنترل قرار داد. مقایسه نگرش این دو گروه و نیز نتایج آگاهی سنجی در این دو گروه اختلاف معنی دار داشت (۲۷). در مطالعه دیگری در آمریکا تاثیر آگاهی دادن به افراد از طریق پیام های رادیویی، تلویزیونی و اطلاعیه های چاپی محرز شد (۲۸). در مطالعه موریس^۵ و همکاران در ۱۹۹۸ در نیوزیلند نشان داده شد که آموزش دادن به کودکان دبستانی و حتی زیر ۵ سال مفید بوده و این موضوع را به خوبی در نوشته ها و نقاشی های خود ثابت کرده بودند (۲۹). به نظر می رسد که انتقال این گونه اطلاعات در جامعه ما به میزان کافی نبوده و حتی برخی از دانشجویان اطلاعات کافی در مورد اثرات نور خورشید و لزوم محافظت از آن ندارند. این امر لزوم برنامه ریزی مدون در زمینه اطلاع رسانی همگانی در جهت بیان عوارض و مضرات نور آفتاب را مشخص می سازد. اطلاعات داده شده و روش های اطلاع رسانی باید طوری تنظیم شوند که با عقاید سنتی مبتنی بر بزرگ نمایی فواید نور خورشید در جامعه مقابله نمایند. بازگویی اثرات نور خورشید و مواجهه طولانی مدت با آن در ایجاد سرطان های پوست به رواج بیشتر روش های محافظت از نور آفتاب کمک خواهد کرد.

نتیجه گیری

بهرتر است جهت اطلاع رسانی بهینه از رسانه های عمومی استفاده شود تا افراد در هر سنی با لزوم استفاده از روش های محافظت از آفتاب آشنا شوند. البته در این زمینه باید از متخصصین امر استفاده شود تا اطلاعات داده شده به افراد مستند

می کردند. ۳۵٪ از افراد همواره در آفتاب کلاه می پوشیدند و ۳۶٪ آنها لباس آستین بلند داشتند. زنان و افراد بور بهتر از روش های محافظتی استفاده می کردند. تعداد کمی از افراد از خطر سرطان پوست به دنبال مواجهه با اشعه ماوراءبنفش اطلاع داشتند (۲۱). بورک^۱ و همکاران در ۱۹۹۵ در شهر لایستر^۲ طی سه سال آگاهی افراد در مورد بروز ملانوم و لزوم پیشگیری از آن با ضد آفتاب را بررسی نمودند و مشخص شد در جوانان و افراد زیر ۲۰ سال و آقایان آگاهی کمتر است (۲۲). در گزارش رابینسون^۳ در ۱۹۹۷ در آمریکا آمده است ۷۴ درصد والدین پوست کودک خود را توسط یکی از روش های مراقبت (لباس یا ضد آفتاب) محافظت می کردند و زنان بیشتر از مردان مراقب پوست کودکان خود بودند (۲۳). رهنما در ۱۳۷۸ نگرش و آگاهی بهورزان و مراقبین بهداشت مدارس کرمان را در مورد اثرات نور آفتاب و استفاده از ضد آفتاب بررسی نمود. بین میزان نگرش و آگاهی در این گروه اختلاف معنی داری وجود داشت که نشان دهنده تاثیر سطح تحصیلات و نیز اختلاف سطح آگاهی و نگرش در گروههای مختلف جامعه است (۲۴).

حاج حیدری و همکاران در ۱۳۸۳ در بررسی میزان آگاهی مراجعه کنندگان در مانگاههای پوست شهرستان ساری درباره مصرف ضد آفتاب نشان دادند میزان آگاهی ۳۵/۵٪ افراد در حد خوب (پاسخ صحیح به بیش از ۷۰ درصد سئوالات) بوده و آگاهی خانم ها به طور معنی داری بیشتر از آقایان است و بین سطح تحصیلات و میزان آگاهی افراد مورد مطالعه رابطه معنی داری وجود داشت (۲۵). طبق مطالعه حاضر و مطالعات مشابه، میزان آگاهی افراد جامعه نسبت به اثرات آفتاب و لزوم استفاده از ضد آفتاب علی رغم بالارفتن سطح آگاهی های عمومی جامعه، در حد قابل قبولی نیست و به طور کلی در مقایسه با سایر مسائل بهداشتی توجه لازم به آن مبذول نشده است. این موضوع در آقایان بارزتر بوده و شاید به این علت است که آقایان فکر می کنند ضد آفتاب جنبه زیبایی داشته و از آثار مفید آن در پیشگیری زودرس پوست و سرطان های پوستی اطلاعی ندارند.

¹ Bourke

² Leicester

³ Rabinson

⁴ Hughes

⁵ Moris

مطالعه در مناطق مختلف (شهری و روستایی) احتمالاً لزوم اطلاع رسانی بیشتر را در مناطق خاص نشان خواهد داد.

تشکر و قدردانی

بدین وسیله از زحمات و همکاری همه عزیزان به خصوص مسئولین و دانشجویان محترم دانشگاه فردوسی مشهد و همچنین همکاران محترم تشکر و قدردانی می شود.

بوده و باعث سردرگمی آنان نشود. وجود مواد ضد آفتاب مختلف با مختصات و ترکیبات متفاوت که در دسترس افراد قرار می گیرند، لزوم مشاوره با متخصصین پوست، جهت تعیین نوع پوست و استفاده از کرم های ضد آفتاب خاص را در افراد مختلف نشان می دهد. مطالعات بر روی قشرهای مختلف جامعه به احتمال زیاد نتایج مطالعه حاضر را تایید خواهد کرد. همچنین

References:

- 1- Hawk JLM, Young AR, Ferguson J. Cutaneous photobiology. In: Burns T, Breathnach S, Cox N, Griffiths C. Rook's Textbook of Dermatology. 7th ed. Oxford: Blackwell science; 2004. p. 24.1-24.24.
- 2- Kullavanijaya P, Gim WH. Photo protection. J Am Acad Dermatol 2006; 52:937-62.
- 3- Colbrook D. Irradiation and health. Two experimental studies. Special Report Series, No.131. London: Medical Research Council; 1929.
- 4- Colbrook D. Artificial sunlight treatment in industry-a report on the result of three trials-in an office, a factory and a coalmin. Industrial Health Research Board, Report No. 89. London: Medical Research Council; 1946.
- 5- Holick MF, Maclaughlin JA, Parrish JA. The photobiology of vitamin D3. In: Regan JD, Parrish JA, eds. The Science of Photomedicine. New York: Plenum Press; 1982:195-218.
- 6- Kripke ML. photoimmunology. Photochem Photobiol 1990; 52:919-924.
- 7- Hager ED, Benninghoff B, Pakdamen A et al. Verbesserung zellvermittelter Immunität bei Tumorpatienten durch hochdosierte Phototherapie mit langwelligem Ultraviolett-A (UV-A1). Deutsch Z Onkol 1989; 21:42-49.
- 8- Hatch KL, Osterwalder U. Garment as solar Ultraviolet radiation screening materials. Dermatol Clin 2006; 24:85-100.
- 9- Federal register: rules and regulation. Fed Reg 1999; 64:27687.
- 10- Stern RS, Weinstein MC, Baker RS. Risk reduction for non melanoma skin cancer with childhood sunscreen use. Arch Dermatol 1986; 122:537-545.
- 11- Godar FE, Urbach F, Gasparro FP, Van der Leun JC. UV doses of young adults. Photochem Photobiol 2003; 77:452-457.
- 12- Hurwitz S. The sun and sunscreen protection: recommendation for children. J Dermatol Surg Oncol 1988; 14:657-660.
- 13- Grob JJ, Guglimina C, Gouvernet J, Zarour H, Noé C, Bonerandi JJ. Study of sunbathing habits in children and adolescents: application to the prevention of melanoma. Dermatol 1993; 186:94-98.
- 14- Vail-Smith K, Felts Wn. Sun bathing: College student's knowledge. Attitudes and perception of risks. J Am coll Health 1993; 42:21-26.
- 15- Von schirnding Y, Strauss N, Mathee A, Robertson P, Blignaut R. Sunscreen use and environmental awareness among bech-goers in Cape Town. South Africa public health Rev 1991/92; 19:209-217.
- 16- Fleming C, Nicolson C, Toal F, MacKie R. Sun awareness in school teachers. Br J Dermatol 1998; 139:280-284.
- 17- Grecis PW, Stokes R. An evaluation of photographic methods to demonstrate the uniformity of sunscreen applied to the skin. J Audiov Media Med 1999; 22:171-177.
- 18- Fristschi G, Green A, Solomon PJ. Sun exposure in Australian adolescents. J Am Acad Dermatol 1992; 27:25-80.
- 19- Morrison G. Sun exposure and skin cancer development: nurses' attitudes. Nurs Stand 1996; 10:39-42.
- 20- Branstrom R, Brandberg Y, Holm L, Sjöberg L, Ullén H. Knowledge and attitudes as predictors of sunbathing habits and use of sun protection among Swedish adolescents. Eur J Cancer Prev 2001; 10:337-345.
- 21- Mahe E, Morelon E, Fermanian J, Lechaton S, Pruvost C, Ducasse MF, et al. Renal – transplant recipients and sun protection. Transplant 2004; 78:741-744.
- 22- Bourke JF, Healsmith MF, Graham-Brown RA. Melanoma awareness and sun exposure in Leicester. Br J Dermatol 1995; 132:251-256.
- 23- Robinson KJ, Rigel DS, Amonette RA. Sun Protection behavior used by Adults for their children united state. 1997. Arch Dermatol 1998; 134:1175-1176.
- 24- Rahnema Z. A Survey of attitude and knowledge of kermanian behvarz and health teachers about sunlight effects and sun screens. Teb Va TaZzkieh 2002; 44:50-56.
- 25- Haj Heydari Z, Ali Mohammadpour R, Mohammadi Chelmardi Y. Evaluation of the awareness level of patients referred to sari dermatologic clinics about sunscreen usage in the summer and autumn of 2004. Iran J Dermatol 2006; 35:66-70.
- 26- Eide MJ, Weinstock MA. Public health challenges in sun protection. Dermatol Clin 2006; 24:119-124.
- 27- Hughes BR, Altman DG, Newton JA. Melanoma and skin cancer: Evaluation of a health education programme for secondary schools. Br J Dermatol 1993; 128:412.
- 28- Robinson JK, Rigel DS, Amonette RA. Trends in sun exposure knowledge. Attitude and behavior 1986/1996. J Am Acad Dermatol 1994, 37:149-186.
- 29- Morris J, Bandaranayake M, Mccsee R. Childrens understanding of sun protection behaviors: a comparative analysis. J Pediatr Child Health 1998; 43:254-259.