

مقاله اصلی

بررسی رابطه سبک زندگی با استئوپروز زنان

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۲/۱۸ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۵/۲۱

خلاصه

مقدمه: تحقیقات نشان داده است که مولفه های سبک زندگی می تواند با سلامتی انسان در ارتباط باشد و بیماری پوکی استخوان می تواند سلامتی را به ویژه در زنان به خطر بیندازد؛ بنابراین هدف از این پژوهش بررسی رابطه سبک زندگی با استئوپروز زنان است.

روش کار: روش تحقیق پیمایشی و ابزار جمع آوری اطلاعات پرسشنامه می باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر در منطقه ۱۷ و ۴ شهر تهران ۲۵۳۳۶۰ می باشد که تعداد ۳۸۲ نفر نمونه در این تحقیق براساس نمونه گیری تصادفی انتخاب شدند. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از تی مستقل، یومن ویتنی، ویلکاکسون استفاده شد.

نتایج: یافته ها نشان دادند بین سبک زندگی با استئوپروز رابطه معناداری وجود دارد.

نتیجه گیری: به نظر می رسد که باید به سبک زندگی در طی دوره نوجوانی به ویژه نوجوانان دختر بیش از پیش اهمیت داده شود چرا که تغییر سبک زندگی در دوره نوجوانی نقش پیشگیرانه مهمی در ایجاد استئوپروز در بزرگسالی دارد.

کلمات کلیدی: پوکی استخوان، سبک زندگی، زنان

نوشین زمان^۱

علی روشنائی*^۲

امید علی احمدی^۳

۱ دانشجوی دکتری، گروه علوم اجتماعی، واحد آشتیان،

دانشگاه آزاد اسلامی، آشتیان، ایران

۲ گروه علوم اجتماعی، واحد آشتیان، دانشگاه آزاد اسلامی،

آشتیان، ایران (نویسنده مسئول)

۳ گروه علوم اجتماعی، واحد آشتیان، دانشگاه آزاد اسلامی،

آشتیان، ایران

Email: a.roshanaei@yahoo.com

مقدمه

امروزه زنان علاوه بر مسئولیت پرورش کودکان، به صورت فزاینده ای برای کسب موقعیت های تحصیلی، حرفه ای و کارهای خارج از خانه تلاش می کنند. ترکیبی از وظایف قبلی زنان با وظایف جدید، دستاوردهایی را برای زنان و جامعه به عنوان یک کل به ارمغان آورده است. با این حال، خستگی ناشی از سنگینی این وظایف، سطوح بالای استرس و قرار گرفتن در معرض رفتارهای پرخطر را برای سلامت زنان به همراه داشته است. اگرچه زنان امید به زندگی بالاتری دارند، اما به طور کلی بیش از مردان بیماری را تجربه نموده و وضعیت سلامت نامناسب تری دارند. شیوع بسیاری از بیماری های حاد و مزمن از جمله بیماری های خودایمنی و متابولیک، افسردگی، پوکی استخوان و برخی سرطان ها در این گروه شایع تر است. به علاوه به دلیل تغییر سبک زندگی افراد، نسبت زنانی که سیگار می کشند، الکل می نوشند، حتی مواد مخدر مصرف می کنند، افزایش یافته است مشابه بسیاری از دیگر کشورهای در حال توسعه، از جمله ایران نیز فاز سریعی از شهرنشینی و صنعتی شدن را تجربه نموده است. افزایش شهرنشینی و تغییرات سبک زندگی، همراه با کاهش فعالیت فیزیکی ناشی از امکانات زندگی شهری و چاقی که در زنان شایع تر است به عنوان مساله اصلی سلامت در سراسر جهان تبدیل شده است (۲۰۰۲، ۵۴).

I. ahel na

سبک زندگی از دیدگاه بورديو تجسم یافته ترجیحات افراد است که به صورت عمل در آمده و قابل مشاهده هستند. الگویی غیرتصادفی است و ماهیت طبقاتی دارد. عمده ترین میراث اندیشه بورديو برای جامعه شناسی مصرف و تحلیل سبک های زندگی، تحلیل ترکیب انواع سرمایه برای تبیین الگوهای مصرف، بررسی فرضیه تمایز یافتن طبقات از طریق الگوهای مصرف و مبنای طبقاتی قریح و مصرف فرهنگی است. از سوی دیگر تأکید بورديو بر الگومند بودن اعمال مصرف که نتیجه الزامات منش است الهام بخش تکنیک های پژوهش درباره الگوهای سبک زندگی نیز بوده است. در پایان باید متذکر شد عواملی که منشاء سبک زندگی می باشند و تأثیرگذار هستند عبارتند از: طبقه و عوامل اقتصادی، ارزش ها، تحصیلات،

جنسیت، سن و دوره عمر، شغل، فرهنگ شغلی، سرمایه فرهنگی، سرمایه اجتماعی، دین و... می باشند. بر اساس رهیافت نظری بورديو، سبک های زندگی متفاوت افراد به بازتولید ذائقه ها و به طریق اولی منش متمایز می انجامد. زیرا سبک زندگی همان فضایی است که کنشگران در ذیل آن می آموزند چگونه زندگی کنند، چه چیز را ارجح بدانند و در نهایت چه چیز را زیبا بشمارند. بدین ترتیب بورديو در کتاب تمایز، به تبیین رابطه میان ذائقه زیباشناختی و زمینه اجتماعی آن می پردازد و می کوشد دعاوی کانت، مبنی بر نوعی زیباشناسی ناب و منتزع از حیات اجتماعی را با توجه به داده های فراهم آمده از گروه های اجتماعی مختلف نقد نماید زیرا مطالعات میدانی، تفاوت های عظیم ذائقه را نشان می دهند و این تفاوت ها با نگرش فرا زمانی کانت توضیح پذیر نیستند. در نهایت می توان گفت که مدرنیته میل به تمایز دارد. میل به تکوین منش های متمایز از یکسو و میل به تکوین میدان های متمایز از سوی دیگر. بنابراین بورديو با هرگونه اندیشه انتزاعی بدرود می گوید و با درک و دریافتی نوآئین نسبت به واقعیت اجتماعی به تبیین کنش در قالب نظریه عمل می پردازد (۲).

همچنین وی در کتاب تمایز، بر حسب منطق دیالکتیکی نشان داده است که مصرف صرفاً راهی برای نشان دادن تمایزات نیست بلکه خود راهی برای ایجاد تمایزات نیز هست. مفهوم تمایز به معنی مجموعه ای متفاوت از رفتارها و سبک های زندگی افراد جامعه است که بدلیل موقعیت های متفاوت در برخورداری از سرمایه و قرار گرفتن در میدان های اجتماعی گوناگون ظاهر می شود. به باور بورديو همه آنچه سلیقه فرهنگی، انتخاب های هنری و... نامیده می شود که ممکن است کاملاً «طبیعی» و ناشی از قریحه های ذاتی افراد شمرده شود، رابطه مستقیم و قابل اثباتی با وضعیت و موقعیت اجتماعی افراد دارد (۲).

بدینسان از دیدگاه بورديو، ذائقه ها و ترجیحات زیباشناختی گوناگون، سبک های زندگی متفاوتی را ایجاد می کنند. سبک زندگی محصول نظام مند منش هایی است که از خلال رابطه دوجانبه با رویه های منش درک می شود و تبدیل به نظام نشانه هایی می گردد که به گونه ای جامع مورد ارزیابی واقع می شود. در واقع این گونه

که بورديو مي گويد مصرف به عنوان نظامي از نشانه‌ها و نمادها است که کارکردهايي همچون تمايز گذاري اجتماعي دارد. البته به نظر بورديو معنای مصرف از همين تفاوت و تمايز ناشی می شود و چیزی جز آن نیست. از این رو در دیدگاه بورديو، مصرف تنها پاسخ به نیازهای زیستی نیست بلکه به عنوان مکانیسمی از نشانه‌ها و نمادها است که، البته خود این نشانه‌ها و نمادها از خلال فرایند مصرف تولید می شوند. لذا در اندیشه بورديو برخلاف مارکسیسم کلاسیک، مصرف صرفاً یک متغیر وابسته نیست. بلکه یک متغیر مستقل نیز می تواند باشد.

بنابراین از نظر بورديو، تمايزاتي که سبک زندگی فراهم می کند در ذوق و سلیقه افراد نهفته است. ذوق و سلیقه در وهله اول و قبل از هر چیزی میلی و اکراه نسبت به سلايق و علايق ديگران است. دليل این امر آن است که اعمال و رویه‌های فرهنگی مثل پوشیدن لباس جين یا توپيد، بازی گلف یا فوتبال، بازديد از موزه یا نمايشگاه اتومبيل، گوش دادن به موسيقي جاز یا تماشای سريال‌های کمدی و کارهايي نظير آن معنی اجتماعي خود و قابليت مشخص ساختن تفاوت و فاصله اجتماعي را از برخی ویژگی‌های ذاتی خود نمی گیرند بلکه آن را کسب می کنند. در تعريف سبک زندگی با واژه فراگيري روبرو هستيم. بورديو بر این باور است که سبک زندگی شامل اعمال طبقه بندی شده و طبقه بندی کننده فرد در عرصه‌هایی چون تقسیم ساعات شبانه روز، نوع تفریحات و ورزش، شیوه‌های معاشرت، آداب سخن گفتن، راه رفتن، نوع پوشش، نوع خوراک و ... محسوب می شود (۲)

دکتر فرید عبادی فرد آذر پژوهشی در سال ۱۳۹۴ تحت عنوان تأثیر الگوی اعتقاد بهداشتی در رفتارهای پیشگیری کننده از پوکی استخوان می باشد. نتایج تحقیق، تأثیر و کارآیی مدل اعتقاد بهداشتی را در اتخاذ عملکردهای پیشگیری کننده از پوکی استخوان تأیید کرد (۳)

سیده پریا برزنجه، فرشته قلعه نویی و سعید میرزایی در سال ۱۳۹۵ پژوهشی تحت عنوان تأثیر ۱۲ ماه تمرین قدرتی در آب بر تراکم استخوان‌های مهره‌های کمری با استخوان ران زنان یائسه مبتلا به پوکی استخوان انجام دادند. پوکی استخوان و شکستگی‌های ناشی

از آن یک مشکل بزرگ بهداشتی در سنین کهن سالی می باشد. این عارضه در سنین پس از یائسگی بسیار شایع است. با توجه به تأثیر عوامل محیطی مثل تغذیه، ورزش و قرار گرفتن در معرض نور آفتاب از این بیماری پیشگیری کرد (۴)

مریم عسکری، محمدحسن لطفی، محمدباقر اولیاء، حسین فلاح زاده، مسعود محمدی در سال ۱۳۹۷ پژوهشی تحت عنوان بررسی خطر عوامل پوکی استخوان انجام دادند. پوکی استخوان بیماری اسکلتی سیستمیک است که هر ساله شکستگی‌های ناشی از آن هزینه اقتصادی و اجتماعی گزافی را بر سیستم درمانی کشور و مردم وارد می کند. در نتیجه مهم ترین عوامل خطر ابتلا به پوکی استخوان مربوط به سبک زندگی افراد و به عبارتی قابل تعدیل بودند و از این رو لازم است تا برنامه‌های سلامت، توجه به تغذیه و فعالیت بدنی از دوران کودکی و نوجوانی مورد توجه سیاستگذاران سلامت قرار گیرد (۵)

در این پژوهش سعی بر آن می شود که به بررسی میزان پوکی استخوان در زنان ازدواج کرده مناطق ۴ و ۱۷ تهران در سال ۱۳۹۷ می پردازد. سوال پژوهش حاضر آن است که آیا کمبود ویتامین D تا چه میزان در پوکی استخوان تأثیر داشته است؟ آیا شکستگی‌ها علائم و زنگ خطر برای مبتلا شدن بیه بیماری پوکی استخوان است؟ آیا چه تعدادی از زنان متاهل از این بیماری رنج می برند؟

روش کار

در پژوهش حاضر، نوع تحقیق و روش اجرای آن با توجه به اهداف و ماهیت تحقیق و امکانات اجرایی، پیمایشی، گردآوری اطلاعات پرسشنامه می باشد.

جامعه آماری به مجموعه‌ای از افراد، اشیاء، اعداد و یا چیزهایی گفته می شود که حداقل در یک ویژگی مشترک باشند و محقق علاقمند است یافته‌های پژوهش را به آنها تعمیم دهد (۶). پژوهش حاضر در منطقه ۱۷ و ۴ شهر تهران (دارای همسر ۷۴۳۲۸ نفر، ۲۵۳۳۶۰ نفر) (بی همسر بر اثر فوت ۱۰۰۰۹ نفر، ۲۸۴۱۳ نفر) (بی همسر بر اثر طلاق ۳۰۵۰ نفر، ۱۴۲۴۸ نفر) (اظهار نشده حداقل یکبار ازدواج کرده ۸ نفر، ۹۷ نفر) (اظهار نشده وضع زناشویی ۳ نفر، ۱۲۶ نفر) را شامل می

استفاده از پرسشنامه علاوه بر توصیف جامعه، بر اساس مدل پژوهش و فرضیه های مربوطه آزمون های آماری مناسب انتخاب و انجام می گردد و یافته ها در قالب جداولی تهیه و تدوین گردیده است. در این راستا از نرم افزار SPSS استفاده می شود. همچنین برای تجزیه و تحلیل اطلاعات و داده ها از آماره های توصیفی (میان، میانگین و مد) و استنباطی (آنوا، رگرسیون و ...) استفاده می شود.

شود. در این تحقیق بر اساس نمونه گیری تصادفی استفاده می شود. بدین صورت که ابتدا شهر تهران به دو منطقه تقسیم شده است و از بین موارد موجود، نمونه گیری صورت خواهد پذیرفت و پرسشنامه ها بین آنها تقسیم می شوند. که بصورت نمونه گیری تصادفی با توجه به فرمول کوکران ۳۸۲ نفر نمونه برای این پژوهش معین گردید. تجزیه و تحلیل مدارک شامل اقدامات زیر است: بررسی، طبقه بندی، تهیه جدول یا ترکیب دیگری از مدارک تا بتوان به موضوع نخستین که مورد تحقیق است پرداخت (۷). پس از گردآوری داده ها با

نتایج

جدول شماره ۴. بررسی سبک زندگی در منطقه ۴ و ۱۷

ردیف	STD.E RROR	DF	T	SIG	F	Z	گویه سبک زندگی
معتادار	۰/۰۸۰۶۴	۳۵۲	۰/۳۹۵	۰/۰۰	۱۵/۷۸۹	۳۸۲	زندگی ورزشی و کاری فعالی دارم
معتادار	۰/۱۴۰۵۳	۳۵۰	۴/۳۳۲	۰/۰۰	۶۷/۹۴۱	۳۸۲	قادر به بیان احساساتم می باشم
معتادار	۰/۱۴۷۰۳	۳۴۹	۱/۸۹۸	۰/۰۲	۴/۹۳۰	۳۸۲	قادر به مهار و کنترل استرس های زندگی ام هستم
معتادار	۰/۱۵۹۹۸	۳۱۶	۲/۴۵۰	۰/۶۱	۰/۲۶۰	۳۸۲	همسرم را به ادامه تحصیل وادار می کنم
معتادار	۰/۱۴۲۹۱	۳۳۸	۱/۸۸۶	۰/۵۷	۰/۳۲۴	۳۸۲	حداقل روزانه ۷ الی ۸ ساعت مطالعه می کنم
معتادار	۰/۱۳۸۵	۳۴۸	۰/۰۱۹	۰/۱۰	۲/۵۸۲	۳۸۲	روزانه حداقل ۳۰ دقیقه فعالیت های جسمانی پر نشاط، مانند پیاده روی سریع می پردازم
معتادار	۰/۱۵۴۴۸	۳۴۵	۱/۰۰۱	۰/۲۸	۱/۱۴۸	۳۸۲	سعی میکنم لباس های طبق مد روز داشته
معتادار	۰/۱۵۲۸۰	۳۴۳	۱/۱۲۷	۰/۲۱	۱/۵۶۹	۳۸۲	از پرداختن به روابط اجتماعی خارج از ازدواج اجتناب می کنم
معتادار	۰/۰۴۸۹۸	۳۵۳	۳۱/۷۳۵	۰/۰۰	-	۳۸۲	سبک زندگی

ردیف	STD.ERR OR	DF	T	SIG	F	Z	گویه سبک زندگی
معتادار	۰/۰۸۰۶۴	۳۵۲	۰/۳۹۵	۰/۰۰	۱۵/۷۸۹	۳۸۲	زندگی ورزشی و کاری فعالی دارم
معتادار	۰/۱۴۰۵۳	۳۵۰	۴/۳۳۲	۰/۰۰	۶۷/۹۴۱	۳۸۲	قادر به بیان احساساتم می باشم
معتادار	۰/۱۴۷۰۳	۳۴۹	۱/۸۹۸	۰/۰۲	۴/۹۳۰	۳۸۲	قادر به مهار و کنترل استرس های زندگی ام هستم
معتادار	۰/۱۵۹۹۸	۳۱۶	۲/۴۵۰	۰/۶۱	۰/۲۶۰	۳۸۲	همسرم را به ادامه تحصیل وادار می کنم
معتادار	۰/۱۴۲۹۱	۳۳۸	۱/۸۸۶	۰/۵۷	۰/۳۲۴	۳۸۲	حداقل روزانه ۷ الی ۸ ساعت مطالعه می کنم
معتادار	۰/۱۳۸۵	۳۴۸	۰/۰۱۹	۰/۱۰	۲/۵۸۲	۳۸۲	روزانه حداقل ۳۰ دقیقه فعالیت های جسمانی پر نشاط، مانند پیاده روی سریع می پردازم
معتادار	۰/۱۵۴۴۸	۳۴۵	۱/۰۰۱	۰/۲۸	۱/۱۴۸	۳۸۲	سعی میکنم لباس های طبق مد روز داشته
معتادار	۰/۱۵۲۸۰	۳۴۳	۱/۱۲۷	۰/۲۱	۱/۵۶۹	۳۸۲	از پرداختن به روابط اجتماعی خارج از ازدواج اجتناب می کنم
معتادار	۰/۰۴۸۹۸	۳۵۳	۳۱/۷۳۵	۰/۰۰	-	۳۸۲	سبک زندگی

منطقه ۴ و ۱۷		سبک زندگی				
تفسیر	سطح معناداری Sig	سطح معناداری Asymp.sig (نامتقارن)	Z	wilcoxon ویلکاکسون	U Man-whitney ویتنی	یومن
معنادار	۰/۰۲	۰/۶۷	۰/۴۱۸	۳۲۷۹۱/۰۰۰	۱۵۲۱۳/۰۰۰	

جدول فوق نشان می دهد با توجه به اینکه سطح معناداری برای متغیر سبک زندگی ۰/۰۰ بدست آمده است. نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف و یومن ویتنی نشان می دهد میزان ضریب همبستگی سبک زندگی با سطح معنی داری ۰/۰۲ و سطح معناداری نامتقارن ۰/۶۷ می باشد (در سطح خطای کمتر از ۰/۰۵) فرض H_1 تحقیق پذیرش و فرض H_0 مورد رد قرار می گیرد. بنابراین بین سبک زندگی و پوکی استخوان رابطه معناداری وجود دارد. پس نتیجه می گیریم این فرضیه معنادار است ولی توزیع نرمالی نیست $Sign(P) < \alpha(0/05)$.

نتایج پیشین با نتایج این پژوهش همخوانی دارد. کاکرهم و همکاران در سال ۲۰۰۵ پژوهشی تحت عنوان سبک زندگی و سلامت محور منفی زنان و مردان پرداخته اند. نتایج نشان می دهند اگرچه وضعیت اقتصادی قزاقستان بهتر از قرقیزستان است، اما سبک زندگی در قزاقستان مثبت تر است. وی به این نتیجه رسید در باروس، روسیه، اکراین و قزاقستان، اگرچه زنان بیشتر از مردان دچار استرس بر اعمال سبک زندگی سلامت محور، روی رژیم غذایی روزانه هستند، اما مردان و زنانی که استرس کمتری دارند از رژیم غذایی متعادل تری نسبت به مردان و زنان با استرس بالا استفاده می کنند.

تشکر و قدردانی

این مقاله برگرفته از پایان نامه دکتری دانشگاه آزاد اسلامی واحد آشتیان می باشد. نویسنده از اساتید راهنما و مشاور و تمامی کسانی که در این راستا با محقق همکاری نمودند کمال تشکر را دارد.

تعارض منافع

این مطالعه فاقد تضاد منافع می باشد.

نتایج آزمون t مستقل نشان می دهد میزان t مستقل سبک زندگی ۳۱/۷۳۵ است که با سطح معنی داری که ۰/۰۰ می باشد (در سطح خطای کمتر از ۰/۰۵) فرض H_1 تحقیق پذیرش و فرض H_0 مورد رد قرار می گیرد. بنابراین بین سبک زندگی و پوکی استخوان رابطه معناداری وجود دارد. پس نتیجه می گیریم این فرضیه معنادار است ولی توزیع نرمالی نیست $Sign(P) < \alpha(0/05)$.

جدول فوق نشان می دهد با توجه به اینکه سطح معناداری برای متغیر سبک زندگی ۰/۰۰ بدست آمده است. نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف و یومن ویتنی نشان می دهد میزان ضریب همبستگی سبک زندگی با سطح معنی داری ۰/۰۲ و سطح معناداری نامتقارن ۰/۶۷ می باشد (در سطح خطای کمتر از ۰/۰۵) فرض H_1 تحقیق پذیرش و فرض H_0 مورد رد قرار می گیرد. بنابراین بین سبک زندگی و پوکی استخوان رابطه معناداری وجود دارد. پس نتیجه می گیریم این فرضیه معنادار است ولی توزیع نرمالی نیست $Sign(P) < \alpha(0/05)$.

۴. بنظر میرسد بین سرمایه اجتماعی و پوکی استخوان زنان متأهل رابطه معناداری وجود دارد.

بحث و نتیجه گیری

نظر بورديو عواملی که منشاء سبک زندگی می باشند و تأثیر گذار هستند عبارتند از: طبقه و عوامل اقتصادی، ارزش ها، تحصیلات، جنسیت، سن و دوره عمر، شغل، فرهنگ شغلی، سرمایه فرهنگی، سرمایه اجتماعی، دین و... می باشند.

نتایج آزمون t مستقل نشان می دهد میزان تی مستقل سبک زندگی ۳۱/۷۳۵ است که با سطح معنی داری که ۰/۰۰ می باشد (در سطح خطای کمتر از ۰/۰۵) فرض H_1 تحقیق پذیرش و فرض H_0 مورد رد قرار می گیرد. بنابراین بین سبک زندگی و پوکی استخوان رابطه معناداری وجود دارد. پس نتیجه می گیریم این فرضیه معنادار است ولی توزیع نرمالی نیست $Sign(P) < \alpha(0/05)$.

References

1. Masoud Nia e. Introduction to Medical Sociology. 2014;3:83-84
2. Bourdieu P. Distinction, A social critique of the judgment of taste Routledge 1984;6:800
3. Mohseni Tabrizi a, Sevdan f. Social Origins of Depression in Women 2000;1:2:2
4. Barzanje sp, Ghale Noei f, Mirzayi S. The effect of 12 months of strength training in water on lumbar vertebral bone density in postmenopausal women with osteoporosis. Scientific Journal of University of Medical Sciences 2016 February- March;21:27-35
5. Askari m, Lotfi mh, Oliya mb, Falah Zade h, Mohamadi m. Investigation of risk factors for osteoporosis Journal of Sabzevar University of Medical Sciences 2018 February-March; 25:6:853-863
6. Azkia M. Sociology of Development, Tehran Kaleme Publishing Institute; 3
7. Sarokhani b. Research Methods in Social Sciences 2009; Vol 1

Original Article

The relationship between lifestyle and osteoporosis in women

Received: 08/05/2022 - Accepted: 12/08/2022

Nooshin Zaman¹
Ali Roshanayi^{2*}
Omid Aliahmadi³

1 PhD Student, Department of Sociology, Ashtian Branch, Islamic Azad University, Ashtian, Iran.

2 Department of Sociology, Ashtian Branch, Islamic Azad University, Ashtian, Iran. (Corresponding Author)

3 Department of Sociology, Ashtian Branch, Islamic Azad University, Ashtian, Iran

Email: a.roshanaei@yahoo.com

Abstract

Introduction: Research has shown that lifestyle components can be associated with human health and osteoporosis can endanger health, especially in women; Therefore, the aim of this study was to investigate the relationship between lifestyle and osteoporosis in women.

Methods: The research method is survey and the data collection tool is a questionnaire. The statistical population of the present study in the 17th and 4th districts of Tehran is 253,360, of which 382 samples were selected based on random sampling. Independent t-test, Human Whitney, Wilcoxon were used to analyze the data.

Results: The results showed that there is a significant relationship between lifestyle and osteoporosis.

Conclusion: It seems that lifestyle should be given more importance during adolescence, especially female adolescents, because lifestyle changes in adolescence play an important preventive role in the development of osteoporosis in adulthood.

Keywords: Osteoporosis, Lifestyle, Women