

معلومات وممارسات المراهقات مع متلازمة ما قبل الدورة الشهرية في المدينة المنورة

الباحثة: آمنه سلمان الصبحي

بإشراف: أ.د/ وفاء عبدالحميد رشاد فهيم

د/ حواء عبدالعزيز

Abstract (Arabic)

المستخلص

المقدمة: متلازمة ما قبل الدورة الشهرية هي واحدة من أكثر اضطرابات الدورة الشهرية شيوعاً بين الإناث في فترة المراهقة. لم تكشف الدراسات بعد عن معرفة وممارسات متلازمة ما قبل الحيض بين المراهقين في المدينة المنورة.

الهدف: تقييم معلومات وممارسات المراهقات مع متلازمة ما قبل الدورة الشهرية في المدينة المنورة

المنهجية: دراسة استكشافية وصفية مقطعية أجريت في المدارس الثانوية في المدينة المنورة، المملكة العربية السعودية. لتقييم معلومات وممارسات طالبات المرحلة الثانوية اتجاه متلازمة ما قبل الدورة الشهرية. تم اعتماد استبيان برابط الكتروني لجمع العينة لعدد ١١٠٧ طالبة ممن استوفين معايير التضمين وتم توزيعها بشكل عشوائي على جميع المدارس في كل القطاعات التعليمية.

النتائج: أشارت النتائج إلى أن ٧٢,١٪ من المشاركات عانين من متلازمة ما قبل الدورة الشهرية. في حين أن ٨١,٧٪ لديهم معرفة جيدة بأعراض متلازمة ما قبل الدورة الشهرية و ٧٩,٠٪ أفادوا بممارسة جيدة للتغلب على أعراض الدورة الشهرية. علاوة على ذلك، أدت شدة أعراض متلازمة ما قبل الدورة الشهرية إلى اضطراب كبير في روتين الحياة اليومية للمشاركات، وتغيبوا عن دروس المدرسة وغابوا عن بعض الأحداث الاجتماعية الأسرية.

الخلاصة والتوصيات: على الرغم من ارتفاع معدل انتشار متلازمة ما قبل الدورة الشهرية بين المشاركين، فقد تمكنوا من التغلب على أعراضه من خلال المعرفة والممارسات الجيدة، ومع ذلك، يبدو أن الأعراض تزعج حياتهم إما اجتماعياً أو أكاديمياً. أوصت الباحثة بأهمية تطوير خدمات الصحة المدرسية من أجل تحسين اكتشاف والعناية بالدورة الشهرية. تحسين معرفة المراهقين فيما يتعلق بمتلازمة ما قبل الدورة الشهرية وكذلك تعزيز نمط الحياة الصحية من خلال الكتيب والبرامج التثقيفية ووسائل الإعلام والمقالات.

الكلمات الدالة: متلازمة ما قبل الدورة الشهرية، سن الإنجاب، المراهقات، المعرفة، العناية الشخصية والممارسات

Knowledge and Practices of Adolescents with Pre-menstrual Syndrome in Medina City

Amnah Salman Alsubhi

Supervised By

Prof. Dr. Wafaa Abdelhamid Rashad Fahim

Dr: Hawa Alabdulaziz

Abstract

Background: Premenstrual syndrome (PMS) is one of the most common menstrual disorders among females during the adolescence period. Studies are yet to reveal the knowledge and practices of premenstrual syndrome among adolescents in Medina City.

Aim: To assess the knowledge and practices of adolescents with premenstrual Syndrome in Medina City

Methods This is an exploratory descriptive cross sectional study conducted at secondary schools in Medina, Saudi Arabia. 1107 students were chosen randomly from the previously mentioned setting who fulfilled the inclusion criteria recruited as a study participant. A self-administered questionnaire assessed the participant's knowledge and practice with PMS.

Results: The results indicated that 72.1% of the participants experienced PMS. While 81.7% had good knowledge about PMS and 79.0% reported the good practice to overcome the symptoms of PMS. Furthermore, the severity of symptoms of PMS significantly disturbed the participants' routine of daily life, missed school classes and missed some social family events.

Conclusion: in spite of the high prevalence of PMS among the participants, they were able to overcome its symptoms by good knowledge and practices, however, the symptoms seems to disturb their life either socially or academically. The researcher recommended the importance of the development of school health services for better detection and management of PMS. Improve adolescents' ' knowledge regarding PMS as well as enhance healthy lifestyle through booklet, educating programs, mass media, and articles.

Keywords: Premenstrual syndrome; reproductive age, adolescent girls, teenagers; knowledge; practices; self care