

## چکیده

هدف از مطالعه حاضر ، بررسی رابطه ی بین دانش تغذیه و سطح فعالیت بدنی با عوامل خطرزای قلبی عروقی در زنان مبتلا به سکته قلبی می باشد. به این منظور ۱۵۰ زن مبتلا به سکته قلبی با میانگین سنی  $64/47 \pm 9/32$  سال ، به صورت تصادفی انتخاب و وارد مطالعه شدند. پس از توضیح روند تحقیق ، آزمودنی ها پرسشنامه دانش تغذیه و پرسشنامه فعالیت بدنی بک را تکمیل نمودند. در این پژوهش قد و وزن آزمودنی ها جهت تعیین شاخص توده بدن (BMI) و نسبت دور کمر به دور لگن (WHR) به وسیله ترازو و متر نواری اندازه گیری شد. همچنین فشارخون آن ها به وسیله دستگاه فشار سنج اندازه گیری و ثبت شد. علاوه بر این ، بعد از ۱۲ ساعت ناشتایی، ۵ میلی لیتر خون از ورید آرنج برای تعیین میزان لیپیدهای خون شامل HDL-C ، TG ، LDL-C و کلسترول تام از آزمودنی ها گرفته شد و در پایان روابط بین متغیر ها بررسی شد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون کولموگراف اسمیرنوف برای بررسی طبیعی بودن توزیع داده ها و جهت بررسی همبستگی متغیرهای مختلف از ضریب های همبستگی پیرسون و اسپیرمن استفاده شد. نتایج نشان داد که بین سطح دانش تغذیه و فعالیت بدنی با میزان تری گلیسرید ، کلسترول تام ، LDL-C و WHR آزمودنی ها رابطه معنی داری وجود ندارد ولی بین دانش تغذیه و سطح فعالیت بدنی با HDL-C رابطه مثبت و معنی داری مشاهده شد (  $P < 0/05$  ). همچنین بین دانش تغذیه و فعالیت بدنی با فشار خون سیستولیک رابطه ی معکوس و معنی داری دیده شد (  $P < 0/05$  ).

با توجه به نتایج به دست آمده از این مطالعه ، به نظر می رسد با افزایش دانش تغذیه و سطح فعالیت بدنی در زنان مبتلا به بیماری های قلبی عروقی می توان احتمال وقوع سکته قلبی را کاهش و از بروز بیماری های قلبی عروقی جلوگیری کرد.

**واژه های کلیدی:** دانش تغذیه ، سطح فعالیت بدنی ، عوامل خطر زای قلبی عروقی ، سکته قلبی