mgr Dorota Świst

Tytuł rozprawy doktorskiej: „Zachowania zdrowotne i wartościowanie zdrowia przez kobiety w okresie okołomenopauzalnym z powiatu świdnickiego”

Promotor rozprawy: dr hab. n. o zdr. Grażyna Iwanowicz-Palus

STRESZCZENIE

Okres okołomenopuzalny w życiu kobiety, to etap łączący okres prokreacji ze starością, który może obejmować prawie jedną trzecią życia [138], W sytuacji postępującego starzenia się społeczeństwa oraz wydłużającym się w porównaniu do mężczyzn okresem życia, kobiety w okresie menopauzy stanowią z każdym rokiem coraz większy procent populacji, stanowiąc również znaczącą w społeczeństwie grupę zawodową [28, 32, 41, 67, 72, 82, 115]. Pracujące kobiety częstą podejmują trud łączenia pracy zawodowej z funkcją opiekuńczą zarówno w procesie wychowawczym swoich wnuków w zastępstwie pracujących rodziców, jak również wobec wymagających opieki sędziwych członków rodziny [122, 170]. Kobiety w okresie menopauzy stanowią również grupę społeczną, która jest zainteresowana podejmowaniem inicjatyw prozdrowotnych i edukacyjnych [36, 64, 70, 101]. Dlatego istotne jest, aby kobiety w tym okresie reprezentowały pozytywne postawy zdrowotne, pozwalające im pomyślnie i aktywnie przeżyć okres późnej dojrzałości jako pełnoprawna i potrzebna grupa nie stanowiąca obciążenia społecznego i ekonomicznego swoimi zdrowotnymi dolegliwościami [13, 46].

Zachowania zdrowotne są istotnymi czynnikami wpływającymi na kondycje zdrowotną ludzi. Reprezentowane zachowania zdrowotne i wartości jakie nadawane są zdrowiu decydują o codziennych czynnościach i postawach, które poprzez swoją częstotliwość w efekcie końcowym decydują o stanie zdrowia jednostki.

Celem badań było ocena zachowań zdrowotnych i wartościowanie zdrowia przez kobiety w okresie okołomenopauzalnym z powiatu świdnickiego.

Projekt badań przedstawiony został przed Komisją Bioetyczną przy Uniwersytecie Medycznym w Lublinie, zgodnie z uchwałą KE-0254/160/2017 uzyskał pozytywną opinię.

Badania zostały przeprowadzone w okresie od października 2018 do listopada 2019 roku przy współpracy pielęgniarek i położnych podstawowej opieki zdrowotnej wśród mieszkanek powiatu świdnickiego, które ukończyły 35 rok życia. Badane zostały poinformowane o dobrowolności, anonimowości udziału w badaniach oraz przeznaczeniu badań wyłącznie do celów naukowych.

Kryterium przynależności do danej grupy był czas wystąpienia ostatniego krwawienia miesięcznego. Do pierwszej grupy, w okresie perimenopauzy, zostały przydzielone kobiety, które jeszcze miesiączkowały lub ich ostatnia miesiączka wystąpiła w okresie krótszym niż 12 miesięcy wcześniej. W drugiej grupie, w okresie postmenopauzy, znalazły się kobiety, u których ostania miesiączka wystąpiła co najmniej rok wcześniej.

W badaniach zastosowano metodę sondażu diagnostycznego z wykorzystaniem techniki kwestionariuszowej, gdzie narzędzia badawcze stanowiły: Inwentarz Zachowań Zdrowotnych (IZZ), Lista Kryteriów Zdrowia (LKZ), Skala Satysfakcja z życia (SWLS) oraz kwestionariusz ankiety własnego autorstwa. Zebrane dane opracowano statystycznie za pomocąpakietuIBM SPSS Statistics (v.21).

1. Do zrealizowania celu badań sformułowano następujące problemy szczegółowe: Jakie zachowania zdrowotne prezentują badane kobiety w okresie okołomenopauzalnym z powiatu świdnickiego?
2. Czy zmienne socjodemograficzne determinują zachowania zdrowotne kobiet w okresie okołomenopauzalnym z powiatu świdnickiego?
3. Czy wartościowanie zdrowia przez kobiety w okresie okołomenopauzalnym jest zróżnicowane w zależności od wybranych zmiennych socjodemograficznych ?
4. Czy istnieje i jaki jest związek pomiędzy wartościowaniem zdrowia przez kobiety w okresie menopauzalnym a prezentowanymi zachowaniami zdrowotnymi?
5. Czy zmienne socjodemograficzne determinują satysfakcję z życia kobiet w okresie okołomenopauzalnym z powiatu świdnickiego?
6. Czy istnieje i jaki jest związek pomiędzy wartościowaniem zdrowia, zachowaniami zdrowotnymi kobiet w okresie okołomenopauzalnym a ich satysfakcją z życia?

W grupie kobiet w okresie perimenopauzy większość stanowiły kobiety w wieku 35-40 lat (*34,7%*), będące w związku (*77,4%*), z wyższym wykształceniem (*54,9%,*) aktywne zawodowo (*83,0%*), oceniające swoje warunki socjalno-ekonomiczne jako dobre lub bardzo dobre (*71,1%*), posiadające dzieci (*78,2%*), z prawidłową masą ciała (*59,8%*), oceniające swój stan zdrowia jako dobry lub bardzo dobry (*67,2%*), oceniające swoją kondycję psychiczną jako dobrą (*57,7%*) oraz jako dobrą również kondycję fizyczną (*50,8%*), wyrażające zadowolenie ze swojego stanu zdrowia (*59,0%*) oraz określające swój stan zdrowia w odniesieniu do innych kobiet w porównywalny wieku jako podobny (*63,4%*).

W grupie kobiet w okresie postmenopauzy większość stanowiły kobiety w wieku 46-50 lat (*31,5%*), będące w związku (*31,4%*), z wykształceniem średnim lub pomaturalnym (*44,4%*), nie pracujące zawodowo (*55,9%*), oceniające swoje warunki socjalno-ekonomiczne jako dobre

lub bardzo dobre (*50,9%*), posiadające dzieci (*90,2%*), z nieprawidłową masą ciała - nadwagą (*47,3%*), oceniające swój stan zdrowia jako przeciętny (*54,1%*), uznające swoją kondycję psychiczną jako dobrą (*46,2%*), natomiast kondycję fizyczną jako przeciętną (*47,6%*), w większości ani zadowolone ani nie zadowolone ze swojego stanu zdrowia (*39,1%*), uznające swój stan zdrowia w odniesieniu do innych kobiet w porównywalny wieku jako podobny (*56,2%*).

Zebrany materiał badawczy, analiza statystyczna oraz interpretacja wyników umożliwiają na przedstawienie wniosków końcowych.

Kobiety w okresie postmenopauzy prezentują wyższy poziom zachowań zdrowotnych w zakresie praktyk zdrowotnych oraz większe zainteresowanie wartościami związanymi ze sprawnością fizyczną w odróżnieniu do kobiet w okresie perimenopauzy, które najwyżej doceniały wartości zdrowia związane z odpoczynkiem i prawidłowym przebiegiem aktywności zawodowej oraz miały większą satysfakcję z życia.

Wnioski szczegółowe

1. Kobiety w okresie postmenopauzy w porównaniu z kobietami w okresie perimenopauzy prezentowały wyższy poziom zachowań zdrowotnych odnoszących do praktyk zdrowotnych.
2. Wybrane zmienne socjaldemograficzne determinują zachowania zdrowotne, gdzie w zestawieniu obu badnych grup, wyższe rezultaty uzyskały kobiety w okresie postmenopauzy, które legitymowały się wykształceniem wyższym, oceniały swój stan zdrowia jako bardzo dobry, miały bardzo dobrą kondycją psychiczną, żyjące w bardzo dobrych lub dobrych warunkach socjalno-ekonomicznych oraz z prawidłowym BMI.
3. Kobiety w okresie perimenopauzy większą wagę przypisały wartościom takim *jak dbać o wypoczynek, sen, potrafić pracować bez napięcia i stresu oraz mieć pracę, różnorodne zainteresowania* w odróżnieniu od kobiet w okresie postmenoauzy, które wyższą pozycję nadały wartościom *dożyć późnej starości, nie odczuwać żadnych dolegliwości fizycznych, mieć wszystkie sprawne części ciała*, a zmiennymi socjodemograficznymi determinującymi wartościowanie zdrowia w obu badanych grupach była aktywność zawodowa, ocena swojego stanu zdrowia i stopień zadowolenia ze swojego stanu zdrowia.
4. Wykazano związek pomiędzy wartościowaniem zdrowia a zachowaniami zdrowotnymi w grupie kobiet w okresie perimenopauzy w odniesieniu do wartości zdrowia związanych z:
   - należytym odżywianiem,
   - ograniczaniem picia alkoholu,

- właściwą kondycją psychiczną oraz
- brakiem konieczności korzystania z opieki lekarskiej,

zaś w grupie w okresie postmenopauzy w odniesieniu do wartości związanych z

- umiejętnością rozwiązywania problemów,
- prawidłowym odżywianiem,
- umiejętnością współżycia z ludźmi,
- przystosowania się do zmian w życiu oraz
- panowania nad swoimi uczuciami i popędami, jak również
- brakiem konieczności przyjmowania lekarstw,
- nieodczuwania dolegliwości fizycznych i sprawnością ciała.

5. Większą satysfakcję z życia odnotowano w grupie kobiet w okresie perimenopauzy w porównaniu z grupą kobiet w okresie postmenopauzy - największą satysfakcję z życia mają kobiety z wyższym wykształceniem, pracujące zawodowo, żyjące w bardzo dobrych warunkach socjalno -ekonomicznych, oceniające swój stan zdrowia jako dobry lub bardzo dobry, w bardzo dobrej kondycji psychofizycznej, zadowolone lub bardzo zadowolone ze swojego stanu zdrowia oraz wyżej oceniające swój stan zdrowia w porównaniu z innymi kobietami w podobnym wieku.

6. Istnieje związek pomiędzy poczuciem satysfakcji z życia a wszystkimi dziedzinami zachowań zdrowotnych kobiet w okresie okołomenopauzalnym w postaci dodatnich przeciętnych korelacji oraz dodatniej słabej korelacji odnośnie zachowań profilaktycznych kobiet w okresie postmenopauzy.

   Wykazano związek pomiędzy poczuciem satysfakcji z życia a wartościowaniem zdrowia w postaci ujemnych korelacji dla wartości *pić niewielkie ilości alkoholu bądź wcale* dla kobiet w okresie perimenopauzy oraz wartości *nie odczuwać żadnych dolegliwości fizycznych* dla kobiet w okresie postmenopauzy i wartości *prawie nigdy nie być zmuszoną chodzić do lekarza* wspólnej dla obu grup.

   Stwierdzono dodatnią korelację pomiędzy poczuciem satysfakcji z życia a wartością zdrowia: *umieć się cieszyć z życia* w odniesieniu do kobiet w okresie perimenopauzy oraz wartościami *potrafić dobrze współżyć z innymi ludźmi, należycie się odżywiać* dla kobiet w okresie postmenopauzy, a także wartościami zdrowia dotyczącymi *akceptowania siebie, znajomości swoich możliwości i braków* w odniesieniu do badanej grupy kobiet w okresie okołomenopauzalnym.

ABSTRACT

Spanning nearly a third of a life of a female, the perimenopausal period is the life stage that bridges the procreation time with the old age [138]. Perimenopausal females comprise ever larger percentage of the population, and their importance as a professional group is constantly increasing [28,32,41, 67, 72, 82, 115]. This results from ageing populations and prolonged life expectancy in comparison with males. Professional females often try to combine their career with caring functions they engage in both for their grandchildren in order to help the working parents, and for old family members [122, 170]. Perimenopausal women also make up a social group that takes avid interest in taking pro-health and educational initiatives [36, 64, 70, 101]. Hence, it is vital for females at this time of their lives to represent positive attitudes towards health, which shall allow them to experience their late adulthood actively and fruitfully, thus constituting a group that does not burden their communities socially and economically with their ailments and health conditions [13, 46].

Health behaviours are important factors influencing people's health conditions. Health behaviours that one undertakes and values attributed to health decide about everyday activities and attitudes the adoption of which finally decides about individuals' health.

The research aimed at assessing health behaviours and evaluating health by perimenopausal females from the Świdnik poviat.

The research project was presented for approval by the Bioethics Committee at the Medical University in Lublin and obtained a positive opinion pursuant to the resolution KE-0254/160/2017.

The study was administered from October 2018 to November 2019 among female inhabitants of the Świdnik poviat who were over 35 years of age in a cooperation with nurses, general healthcare midwives. Respondents were informed about the research being voluntary and anonymous, and that the findings would be only used for scientific purposes.

The time of the last menstruation was the criterion for being included into specific research cohort. The first perimenopausal group was comprised of females who were still menstruating, or their last menstruation had occurred in the time shorter than 12 months. The second postmenopausal group was comprised of females whose last menstruation had occurred at least a year previously.

The investigation involved using the diagnostic poll method accompanied by the questionnaire technique. The Health Behaviour Inventory, the List of Health Criteria, the Scale

of Satisfaction with Life, and author's own questionnaire were the research tools. Collected findings were analysed statistically by means of the IBM SPSS Statistics (v.21).

1. The following detailed problems were specified in order to realise the aim of the investigation: Which health behaviours are shown by investigated perimenopausal females from the Świdnik poviat?
2. Do sociodemographic variables determine health behaviours of perimenopausal females from the Świdnik poviat?
3. Is perimenopausal females' evaluation of their health determined depending on selected sociodemographic variables?
4. Is there a correlation, and if yes, what is it between perimenopausal females' evaluating their health and health behaviours they engage into?
5. Do sociodemographic variables determine satisfaction with life of the perimenopausal females from the Świdnik poviat?
6. Is there a correlation, and if yes, what is it between evaluating health and health behaviours of perimenopausal females and their satisfaction with life?

Within the group of perimenopausal females, the following sub-groups predominated: females aged 35-40 (34.7%), married females (77.4%), those with higher education (54.9%), professionally active (83.0%), those who described their socio-economic conditions as good or very good (71.1%), those with children (78.2%), those with appropriate body weight (59.8%), those assessing their health state as good or very good (67.2%), those assessing their psychical condition as good (57.7%) and those assessing their physical condition as good (50.8%), expressing satisfaction with their health state (59.0%), and those describing their health state as similar to other females their age (63.4%).

Within the group of postmenopausal females, the following sub-groups predominated: females aged 46-50 (31.5%), married females (31.4%), those with secondary or post-A-level education (44.4%), professionally inactive (55.9%), describing their socio-economic conditions as good or very good (50.9%), those with children (90.2%), those with inappropriate body weight – overweight (47.3%), describing their health state as average (54.1%), considering their psychological condition to be good (46.2%), describing their physical condition as average (47.6%), generally neither satisfied nor dissatisfied with their health state (39.1%), describing their health state as similar to other females their age (56.2%). Collecting the research material, statistical analysis and interpretation of results facilitated presenting research findings.

Postmenopausal females showed a higher level of health behaviours within the scope of health practices and greater interest in values connected with physical fitness than perimenopausal females, who valued most highly health aspects connected with resting and appropriate course of their professional activities, they also enjoyed greater satisfaction with life.

Detailed conclusions:

1. Postmenopausal females showed a higher level of health behaviours concerning their health practices in comparison with perimenopausal females.
2. Selected sociodemographic variables determine health behaviours, where better results were obtained by postmenopausal females who had higher education, evaluated their health state as very good, were in very good psychological shape, and lived in very good socio-economic conditions with appropriate BMI.
3. Perimenopausal females evaluated more highly values such as: *how to pay attention to resting, sleeping, being able to work without tensions and stress, having work and diversified interests*. This was in contrast with postmenopausal females who attributed higher scores to values such as: *living to the old age, not suffering from any physical ailments, enjoying fitness of all body parts*. Professional activity, assessment of one's health state, and satisfaction with one's health state were sociodemographic variables determining health behaviour assessments.
4. A correlation was shown between evaluation of health and health behaviours of perimenopausal females with respect to health values connected with:
   - appropriate nutrition
   - restricting the consumption of alcohol
   - appropriate psychological condition
   - no necessity to use doctor care.

   In the group of postmenopaual females this correlation was shown with respect to health values connected with:
   - problem-solving skills
   - appropriate nutrition
   - ability to cooperate with people
   - adaptation for life changes
   - controlling one's emotions and urges
   - no necessity to take medicine
   - lack of physical ailments and fitness of the body.

5. Perimenopausal females enjoyed greater satisfaction with life in comparison with the group of postmenopausal females. Greatest satisfaction with life was enjoyed by females with higher education, those professionally active, living in very good socio-economic conditions, assessing their health state as good or very good, being in good psyhophysical condition, satisfied or very satisfied with their health state, and assessing their health state higher than other females in a similar age.

6. There was a correlation between the feeling of satisfaction with life and all the domains of health behaviours of females in the perimenopausal period, which was manifested in the form of positive average correlations and a positive weak correlations concerning prophylactic behaviours of postmenopausal females.

   A correlation was shown between a feeling of satisfaction with life and evaluating health in the form of negative correlations for the value of *drinking small amounts of alcohol or not drinking at all* for perimenopausal females, and *not suffering from any physical ailments* for postmenopausal females, and the value of *hardly ever being forced to visit a doctor*, which was common for both groups.

   A positive correlation was found between the feeling of satisfaction with life, and the value of: *being able to enjoy life* with respect to perimenopausal females, and values of *being able to get on with other people, feeding appropriately* for postmenopausal females, as well as health values concerning *self-acceptance*, *knowing one's abilities and shortcomings* with respect to the investigated group of females in the perimenopausal period.