

نتایج

اصلی ترین راه انتقال این بیماری، انتقال فرد به فرد است که شبیه به آنفلونزا بوده و از طریق تماس نزدیک با قطرات سرفه و عطسه منتقل می شود. زنان محور سلامت خانواده محسوب می گردند و الگوی اصلی آموزش و ترویج شیوه زندگی سالم به نسل بعدی می باشند طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی یانسی به قطع فعالیت تخمدانها اطلاق می شود در نتیجه، کمبود استروژن علایمی مانند گرگرفتگی، تحریک مشاهده میشود. خطر ابتلا به بیماری عروق کرونر و پوکی استخوان در اواخر این دوره به علت تداوم طولانی مدت فقدان اثرات محافظتی استروژن افزایش می یابد با افزایش سن در زنان، تغییراتی در ابعاد مختلف از جمله ضعف توان جسمانی، ضعف سیستم ایمنی، کاهش بافت استخوانی به وجود می آید بنابراین، زنان یائسه مستعد آسیب و کاهش کیفیت زندگی بوده و نیازمند توجه و رعایت الگوی مراقبتی موثر در پیشگیری از حوادث و بیماریها هستند. ریسک بیماریهای قلبی عروقی، دیابت، فشارخون بالا و سرطان در زنان یائسه با مردان برابر است و میزان ابتلا به ویروس کرونا و مرگ و میر ناشی از این ویروس در هر دو جنس افزایش می یابد. اگرچه یانسی فرایندی بیولوژیک است. اما برای همه به یک شکل تعریف و تجربه نمیشود و وضعیت روحی روانی، سلامت عاطفی، فرهنگی و اجتماعی فرد در این تجربه دخیل است.

مقدمه

از دسامبر سال ۲۰۱۹، همه گیری ناشی از عفونت جدید ویروس کرونا به سرعت از ووهان به مناطق مختلف چین و سایر مناطق جهان رواج یافته است. سازمان جهانی بهداشت (WHO) این بیماری جدید از خانواده کرونا ویروس که به COVID19 معروف است را به عنوان یک اورژانس جهانی سلامت اعلام کرد

مواد و روشها

در این مطالعه با کلید واژه های COVID19، کیفیت زندگی، خودمراقبتی، یانسی و کلمات مشابه در موتورهای جستجوگر و مطالعه کتب، مقالات خارجی و داخلی اطلاعات جمع آوری گردید.

نتیجه گیری و پیشنهادها

سلامت زنان مطمئن ترین راه برای رسیدن به زندگی بهتر برای همگان است و توانمند سازی آنان جهت مشارکت در برنامه های بهداشتی پیش نیاز اصلی برای ارتقای بهداشت و نیل به اهداف سلامت جامعه می باشد و تلاش در جهت ارتقای آگاهی زنان به منظور مراقبت از خود می تواند به بهبود کیفیت زندگی در دوران یانسی کمک کند.

کلمات کلیدی: خودمراقبتی، Covid19، کیفیت زندگی، یانسی

منابع

- 1-Krajewska-Ferishah K, Krajewska-Kulak E, Terlikowski S, Wiktor H. Analysis of quality of life women in menopause period in Poland. *Advances in Medical Sciences*. 2011; 1(2):52-58
2. Anita H. Clayton, Philip T. Ninan. Depression or Menopause? Presentation and Management of Major Depressive Disorder in Perimenopausal and Postmenopausal Women 2010; 12(1):213_223
3. Shohani M, Rasouli F, Hagi Amiri P, Mahmoudi M. The survey of physical and mental problems of menopause women referred to Ilam health care centers. *Iranian Journal of Nursing Research*. 2007; 2(5):57-68

