

Investigating Health-Threatening Eye Behaviors in Medical Students: A Qualitative Study

Rahmat Chatripour¹, Fereshteh Zamani-Alavijeh², Awat Feizi³, Afsaneh Naderi-Beni⁴,
Saeid Sabzehali⁵, Maryam Amidi-Mazaheri⁶

Original Article

Abstract

Background: Health-threatening behaviors have a significant impact on eye health. This study aims to investigate medical students' experiences with unhealthy behaviors that affect eye health.

Methods: This qualitative study was conducted in 2022 at Isfahan University of Medical Sciences, Iran. Data were purposively collected through 21 semi-structured, in-depth interviews with male and female students. Content analysis was conducted using MAXQDA18 software. Techniques such as maximum variation sampling, peer checks, external reviews, and member checking were utilized to ensure data reliability.

Findings: Participants' experiences with unhealthy eye behaviors were categorized into two groups: "risky behaviors" and "risky reactions to ocular warnings."

Conclusion: Although certain known factors identified in this study have been reported in the scientific literature, this research is the first to introduce highly influential risk factors that significantly affect visual health.

Keywords: Eye; Behavior; Medical students; Qualitative study

Citation: Chatripour R, Zamani-Alavijeh F, Feizi A, Naderi-Beni A, Sabzehali S, Amidi-Mazaheri M. **Investigating Health-Threatening Eye Behaviors in Medical Students: A Qualitative Study.** J Health Syst Res 2025; 21(3): 367-73.

1- Assistant Professor, Department of Public Health, Dehloran Health Institute AND Non-Communicable Diseases Research Center, Ilam University of Medical Sciences, Ilam, Iran

2- Professor, Departments of Health Education and Promotion, School of Health, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran

3- Professor, Department of Biostatistics and Epidemiology, School of Health, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran

4- Associate Professor, Department of Ophthalmology, School of Medicine AND Eye Research Center, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran

5- Student Research Committee, School of Health, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran

6- Professor, Departments of Health Education and Promotion, School of Health, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran

Corresponding Author: Maryam Amidi-Mazaheri; Professor, Departments of Health Education and Promotion, School of Health, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran; Email: maryamamidi@hlth.mui.ac.ir

تجربه رفتارهای تهدیدکننده سلامت چشم در دانشجویان علوم پزشکی: یک مطالعه کیفی

رحمت چتری پور^۱، فرشته زمانی علویجه^۲، آوات فیضی^۳، افسانه نادری بنی^۴، سعید سبزه‌علی^۵، مریم عمیدی مظاهری^{۶*}

مقاله پژوهشی

چکیده

مقدمه: عوامل تأثیرگذار بر سلامت چشم‌ها به طور عمده شامل رفتارها هستند. پژوهش حاضر با هدف تبیین تجربه رفتارهای ناسالم مرتبط با سلامت چشم در دانشجویان علوم پزشکی انجام گرفت.

روش‌ها: این مطالعه کیفی در سال ۱۴۰۱ در دانشگاه علوم پزشکی اصفهان انجام شد. داده‌ها به صورت هدفمند از میان ۲۱ مصاحبه عمیق نیمه ساختار یافته با دانشجویان پسر و دختر جمع‌آوری گردید و به روش تحلیل محتوا در نرم‌افزار MAXQDA مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. به منظور قابلیت اطمینان داده‌ها، از حداکثر تنوع در انتخاب نمونه‌ها، تکنیک‌های بازگشت به شرکت‌کنندگان (Member check) و چک داده‌ها توسط دیگر متخصصان (Peer checks) استفاده شد.

یافته‌ها: تجارب شرکت‌کنندگان مرتبط با رفتارهای ناسالم چشمی در قالب دو دسته شامل «رفتارهای مخاطره‌آمیز و واکنش‌های مخاطره‌آمیز به هشدارهای تجربه شده چشمی» دسته‌بندی گردید.

نتیجه‌گیری: هرچند برخی از عوامل شناخته شده تحقیق حاضر در منابع علمی یافت می‌شود، اما پژوهش حاضر برای اولین بار به عوامل تهدیدکننده‌ای اشاره دارد که بر سلامت بینایی بسیار تأثیرگذار می‌باشد.

واژه‌های کلیدی: چشم؛ رفتار؛ دانشجویان پزشکی؛ مطالعه کیفی

ارجاع: چتری پور رحمت، زمانی علویجه فرشته، فیضی آوات، نادری بنی افسانه، سبزه‌علی سعید، عمیدی مظاهری مریم. تجربه رفتارهای تهدیدکننده سلامت چشم در دانشجویان علوم پزشکی: یک مطالعه کیفی. مجله تحقیقات نظام سلامت ۱۴۰۴؛ ۲۱ (۳): ۳۶۷-۳۷۳

دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۲/۲۴

پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۹/۱۰

تاریخ چاپ: ۱۴۰۴/۷/۱۵

مقدمه

چشم عضو مهم حس بینایی است که اختلال در هر کدام از بخش‌های مختلف آن، تأثیر زیادی بر کیفیت زندگی افراد دارد (۱). نتایج تحقیقات نشان داده است که عوامل مهم تأثیرگذار بر سلامت چشم‌ها شامل وراثت، سن و رفتارها می‌باشد (۲). رفتار به آنچه که فرد انجام می‌دهد، اطلاق می‌گردد و اعمال فرد را در برمی‌گیرد و بر همین اساس، یک ویژگی ایستای فرد نیست (۳).

منابع علمی، رفتارهای متعددی را به عنوان عوامل تأثیرگذار بر سلامت چشم‌ها ذکر کرده‌اند که اغلب شامل نحوه استفاده از وسایل الکترونیکی دارای صفحه نمایش مانند لپ‌تاپ و موبایل (۴)، حفاظت چشم در برابر نور آفتاب (۵)، مصرف دخانیات (۶)، مصرف الکل (۷)، فعالیت بدنی (۸)، انجام معاینات دوره‌ای (۹) و رفتارهای تغذیه‌ای (۱۰) می‌باشد. در این میان، نحوه استفاده از وسایل الکترونیکی دارای صفحه نمایش (لپ‌تاپ، موبایل و...) به قدری برای سلامت چشم‌ها مهم است که انجمن اپتومتری آمریکا از اصطلاح سندم بینایی رایانه

(Computer vision syndrome یا CVS) در این خصوص استفاده کرده است این سندرم بیان‌کننده بروز مجموعه‌ای از علائم است که در نتیجه استفاده زیاد از صفحات نمایش الکترونیک ایجاد می‌شود (۱۱). همچنین، اثرات مضر اشعه ماورای بنفش (Ultraviolet یا UV) و نور آفتاب بر سلامت چشم‌ها و تأثیر آن بر بروز مشکلات چشمی مانند آب مروارید در مطالعات زیادی به اثبات رسیده است (۱۲، ۱۳).

اگرچه پژوهش‌های متعددی به ویژه به صورت کمی در زمینه سلامت چشم انجام شده است، اما برای درک چگونگی رفتارهای مرتبط به سلامت چشم‌ها، دسترسی به اطلاعات و تجارب دسته اول در این خصوص نیاز است که مطالعات کیفی در این راستا کاربرد دارند. از آنجایی که برای پیشگیری و تغییر هر رفتاری که عامل خطر سلامت است، زمان مناسبی وجود دارد، برای ایجاد، حفظ و تغییر رفتارهای تأثیرگذار بر سلامت چشم‌ها، دوران دانشجویی افراد یکی از مناسب‌ترین سنین می‌باشد. بنابراین، تحقیق حاضر با هدف تبیین تجربه

۱- استادیار، گروه بهداشت عمومی، مجتمع آموزش عالی سلامت دهلران و مرکز تحقیقات بیماری‌های غیر واگیر، دانشگاه علوم پزشکی ایلام، ایلام، ایران

۲- استاد، گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

۳- استاد، گروه اپیدمیولوژی و آمار زیستی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

۴- دانشیار، گروه چشم‌پزشکی، دانشکده پزشکی و مرکز تحقیقات بیماری‌های چشم، مرکز آموزشی-درمانی فیض، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

۵- کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

۶- استاد، گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

نویسنده مسؤول: مریم عمیدی مظاهری؛ استاد، گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

Email: maryamamidi@hlth.mui.ac.ir

رفتارهای ناسالم چشمی در دانشجویان علوم پزشکی اصفهان به روش کیفی انجام گرفت.

روش‌ها

طراحی مطالعه: این پژوهش کیفی به روش تحلیل محتوا از بهمن سال ۱۴۰۰ تا اردیبهشت سال ۱۴۰۱ انجام شد. در این نوع مطالعات، محقق به دنبال کشف جنبه های ناشناخته پدیده به عنوان تجارب افراد است.

محیط پژوهش و مشارکت کنندگان: این پژوهش در دانشگاه علوم پزشکی اصفهان انجام شد. مشارکت کنندگان ۱۱ دانشجوی پسر و ۱۰ دانشجوی دختر با میانگین سنی ۲۳ سال بودند. نمونه ها به روش مبتنی بر هدف و در دسترس انتخاب شدند. معیارهای ورود به مطالعه شامل تمایل به مشارکت و ارایه تجارب خود و نداشتن مشکلات حاد و مزمن بینایی در هنگام مصاحبه بود. نمونه گیری تا اشباع داده ها ادامه یافت (۱۴).

جمع آوری داده ها: داده ها به روش هدفمند و مصاحبه عمیق انفرادی نیمه ساختار یافته با ۲۱ مشارکت کننده انجام گرفت. Beck و Polit منبع اصلی اطلاعات در تحقیق کیفی را مصاحبه عمیق بین محقق و شرکت کننده عنوان کردند (۱۵). سن، رشته و مقطع تحصیلی دانشجویان شرکت کننده متفاوت بود. برای مصاحبه ها یک راهنما تهیه گردید که شامل دو قسمت بود: بخش اول توضیحات کلی درباره رفتارهای سالم و ناسالم برای چشم و بخش دوم شامل چند سؤال کلی مانند «لطفاً بیان کنید که با چشمانتان چه رفتاری دارید؟». سپس بر اساس اظهارات شرکت کنندگان، سؤالات بعدی به صورت اکتشافی و دقیق پرسیده شد.

مدت هر مصاحبه ثابت نبود و بسته به نوع مصاحبه تلفنی و یا چهره به چهره (به دلیل شرایط کووید ۱۹)، تمایل شرکت کننده، موقعیت و روند آن، از ۴۰ تا ۷۰ دقیقه متغیر بود. پس از انجام اولین مصاحبه، اظهارات ضبط شده به صورت کلمه به کلمه بر روی کاغذ دستنویس و سپس به منظور تجزیه و تحلیل، وارد نرم افزار MAXQDA نسخه ۱۸ گردید. ثبت یادداشت در عرصه در موقعیت مناسب و پس از اتمام مصاحبه به طور مشروح انجام شد. این روند تا رسیدن به اشباع داده ها ادامه یافت. در نهایت، با ۲۱ مصاحبه (۸ مصاحبه چهره به چهره و ۱۳ مصاحبه تلفنی) به زبان رسمی کشور ایران (فارسی) پژوهش انجام گرفت.

داده ها به صورت تحلیل مقایسه ای مداوم و مبتنی بر تحلیل محتوای کیفی، در سه سطح «آماده سازی، سازماندهی و گزارش دهی» تجزیه و تحلیل گردید. در سطح آماده سازی، هر مصاحبه به عنوان یک واحد تحلیل در نظر گرفته شد. سازماندهی با کدگذاری داده ها صورت گرفت و همزمان کدهای اولیه بر اساس شباهت ها و تفاوت ها در کدهای بزرگ تری طبقه بندی گردید. پس از هر مصاحبه، طبقات بر اساس مفاهیم و محتوای آن ها مجدداً نامگذاری شد که در نتیجه، کدهای سطح دوم به دست آمد و تعداد طبقات کاهش یافت. این روند برای استخراج کدهای سطح سوم ادامه پیدا کرد. در نهایت، بر اساس محتوای هر طبقه، نام مناسب برای آن انتخاب شد.

برای استحکام علمی داده ها و یا به عبارت دیگر جهت ارزیابی پایایی و افزایش روایی داده ها، از روش پیشنهادی Guba و Lincoln استفاده گردید (۱۶). از روش درگیری مستمر به منظور کسب مقبولیت و اعتبار داده ها استفاده

شد. برای مقایسه آنچه که منظور مشارکت کننده بود با آنچه که پژوهشگر درک کرده است و همچنین، اعمال نظرات اصلاحی آن ها، از شیوه Member check استفاده گردید که در آن با بازگشت به شرکت کنندگان و بررسی کردن مجدد مصاحبه ها با آن ها، برای کسب اعتبار اقدام شد. این مرحله تأمین اعتبار، به هنگام ابهام در کدگذاری ها مورد استفاده قرار گرفت.

روش دیگر در تأمین مقبولیت و اعتبار داده ها، کنترل داده های استخراج شده با سایر متخصصان تحقیق کیفی (Peer check) و ناظر (External check) بود که در این راستا، کدهای به دست آمده به روش چک کردن خارجی توسط دو نفر از استادان و یک نفر دانشجوی مقطع دکتری دانشگاه علوم پزشکی اصفهان مورد بازنگری و اصلاح قرار گرفت. سپس همه نویسندگان داده ها را بررسی نمودند و در زمینه برچسب گذاری ها به توافق نهایی رسیدند (۱۵).

ملاحظات اخلاقی: مطالعه حاضر با کد اخلاق IR.MUI.RESEARCH.REC.1399.544 به تأیید کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی اصفهان رسیده است. اهداف تحقیق، شیوه مصاحبه، اطمینان به محرمانه ماندن داده ها و اختیار آن ها در شرکت و یا خروج از پژوهش برای همه مشارکت کنندگان توضیح داده شد. سپس از آن ها جهت شرکت در مطالعه دعوت به عمل آمد. نوع مصاحبه، زمان و مکان مصاحبه توسط شرکت کننده تعیین گردید. ابتدا نام مشارکت کنندگان کدگذاری و رضایت آن ها برای ضبط صدا اخذ شد. داده ها در مکانی ایمن با نام کاربری و رمز نگهداری شده است.

یافته ها

در مجموع، ۲۱ دانشجوی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در سه مقطع تحصیلی کارشناسی (۹ نفر)، کارشناسی ارشد (۵ نفر) و دکتری عمومی و تخصصی (۷ نفر) و بازه سنی ۱۹ تا ۴۰ سال در پژوهش حاضر مشارکت نمودند. تحلیل نهایی داده ها موجب استخراج ۷۰۲ کد اولیه و ۶ طبقه سطح دو شد که در دو طبقه اصلی قرار گرفتند و منجر به کشف دو عامل مرتبط با تهدید سلامت چشم ها در دانشجویان گردید. این طبقات شامل «رفتارهای مخاطره آمیز و واکنش های مخاطره آمیز به هشدارهای تجربه شده چشمی» بود. در ادامه، زیرطبقات هر یک از این طبقات به همراه توضیحات و نقل قول های مرتبط ارایه شده است (جدول ۱).

۱- رفتارهای مخاطره آمیز

مشارکت کنندگان رفتارهایی از جمله محافظت ناکافی در برابر تهدیدهای ناشی از نور طبیعی و مصنوعی، غفلت از معاینات دوره ای چشم، استفاده بیش از حد و نادرست از مواد و وسایل آرایش چشم و بی احتیاطی منجر به ورود مواد و اشیا به چشم را در خصوص رفتار با چشمان خود بیان کردند.

حفاظت ناکافی در برابر نور آفتاب، یک آیتم اصلی در اظهارات شرکت کنندگان بود. مشارکت کننده ای چنین گفت: «(عینک آفتابی) نه دوست ندارم، ولی خوب خیلی هم اذیت می شه، به شدت چشمم به آفتاب حساس شده.. مثلاً شاید بگم تو هوای ابری یا آفتابی اصلاً نمی تونم بیرونا نگاه کنم» (دانشجوی پسر، مقطع دکتری).

یک مشارکت کننده دیگر بیان کرد: «حقیقت من بچگی اصلاً برام مهم نبود، عینک دوست داشتم و هر کار می کردم چشم ضعیف شه... به خورشید نگاه می کردم...» (دانشجوی پسر، مقطع دکتری).

جدول ۱. طبقات اصلی، طبقات سطح دو و زیرطبقات برای عوامل رفتاری تهدیدکننده مرتبط با سلامت چشم دانشجویان

طبقات اصلی	طبقات سطح دو	زیرطبقات
رفتارهای مخاطره آمیز	محافظت ناکافی در برابر تهدیدهای ناشی از نور طبیعی و مصنوعی	حساسیت پایین، نسبت به خطرات نور آفتاب نرم‌های ذهنی تضعیف‌کننده استفاده از عینک آفتابی کم‌توجهی به استفاده از عینک آفتابی استاندارد خرید عینک‌های غیر استاندارد
واکنش‌های مخاطره آمیز به هشدارهای تجربه شده چشمی	دلائل حفاظت ناکافی در هنگام استفاده از صفحات نمایش الکترونیک	شرایط وادارکننده به استفاده از صفحات نمایش با نور ناکافی محیط مهارت ناکافی در تنظیم نور صفحه نمایش شرایط وادارکننده به استفاده از صفحات نمایش در فاصله کم با چشم نیاز به استفاده زیاد (تعداد دفعات و طول مدت دفعات) از صفحات نمایش
	غفلت از معاینات منظم چشم استفاده بیش از حد و نادرست از مواد و وسایل آرایشی بی‌احتیاطی منجر به ورود مواد و اشیاء به چشم درمان خودسرانه	غفلت به دلیل محدودیت دسترسی به خدمات چشم‌پزشکی بی‌توجهی به معاینات دوره‌ای چشم مواجهه زیاد چشم با مواد آرایشی کم‌توجهی به کیفیت مواد و وسایل آرایشی چشم استفاده مشترک از مواد و وسایل آرایشی چشم بی‌احتیاطی منجر به ورود مواد بیولوژیک به چشم بی‌احتیاطی منجر به ورود مواد غیر بیولوژیک به چشم خوددرمانی با استفاده از داروهای شیمیایی خوددرمانی با روش‌ها و مواد سنتی شلوغی مطب‌ها هزینه زیاد (ویزیت)
	محدودیت دسترسی به خدمات چشم‌پزشکی	تبعیت از تجویز روش‌های سنتی توسط درمانگران محلی یا عطاری‌ها تبعیت از تجویز روش‌های سنتی توسط دوستان و آشنایان حساسیت پایین، نسبت به ظهور علایم

بیش از حد از صفحات نمایش الکترونیک بود. آن‌ها اظهار نمودند که عادت استفاده زیاد از صفحات نمایش، منجر به یک رفتار مخاطره‌آمیز برای سلامت چشم‌ها شده است.

دانشجویی که سابقه سال‌ها استفاده بیش از حد از صفحات نمایش الکترونیک را داشت، اینگونه اظهار نمود: «تو تخت‌خواب دیگه آخرین مرحله چک اینستاگرامه. همه چیز خاموشه (لامپ)... بستگی به جذب مطلب اینستا داره، بیست دقیقه نیم ساعت تا دو ساعت هم بعضی مواقع می‌ره» (دانشجوی دختر، مقطع کارشناسی).

مشارکت‌کننده‌ای بیان کرد: «چون زیاده (استفاده از لپ‌تاپ)... چشم زیاد درد می‌اد، سردرد و گردن درد هم می‌گیره...» (دانشجوی پسر، مقطع کارشناسی ارشد). همچنین، برخی از آن‌ها گفتند که به سبب شرایط محیطی خود، مجبور به استفاده از صفحات نمایش در نور کم و یا تاریک محیط هستند. «کار خاصی نه، اما چون من خوابگاهی هستم، مثلاً به موقعی بچه‌ها خوابند، چراغ خاموش یا نور کمه یا به هر حال فضای اتاق به جوری که نور با گوشی لپ‌تاپ و این‌ها همخوانی نداره، ولی خوب حالا...» (دانشجوی دختر، مقطع کارشناسی ارشد). معاینات دوره‌ای چشم، یک رفتار مهم در حفظ سلامت چشم‌ها می‌باشد. در خصوص انجام این معاینات، اظهارات برخی از شرکت‌کنندگان قابل توجه بود.

یکی دیگر از رفتارهای پرخطر مرتبط با نور آفتاب، کم‌توجهی به آیتم‌های سلامت در خرید عینک آفتابی بود. در این خصوص شرکت‌کننده‌ای اظهار نمود: «غیر از حالا عینک طبی، هم عینک آفتابی خیلی اطلاعات دقیقی از من ندارم. مغازه‌ها هم که می‌رم برای خرید، مثلاً می‌پرسم حالا به هر حال هم رشته‌مون هست و هم آدم دلش می‌خواهد ... ولی جای معتبری نمی‌شناسم» (دانشجوی دختر، مقطع کارشناسی ارشد).

یک مشارکت‌کننده دیگر عنوان کرد: «عینک را از جایی که عینک فروش‌ها می‌گن UV داره، می‌خرم و خودم امتحان می‌کنم که بیرون را خوب ببینم... بعضی از عینک‌ها زیاد قهوه‌ای‌اند و یا زیاد تیره هستن. من خودم عینک را جوری انتخاب کردم که رنگ‌ها را طبیعی نشون بده؛ حالا به مقداری رنگ‌ها تغییر کنه، ولی زیاد اذیت نمی‌کنه شاید به دلیلی که خیلی از عینک استفاده نمی‌کنم» (دانشجوی دختر، مقطع کارشناسی).

«خودم زیاد راغب عینک آفتابی نیستم؛ چون آدم خجالتی هستم و اطرافیان می‌گن قیافه گرفته...» (دانشجوی پسر، مقطع دکتری). یک مشارکت‌کننده دیگر گفت: «عینک آفتابی بزنم، بچه محله‌هام می‌گن بچه جغله (به زبان محلی) را ببین...» (دانشجوی پسر، مقطع کارشناسی ارشد). یکی دیگر از رفتارهای پرخطری که شرکت‌کنندگان بیان داشتند، استفاده

علایم آزار دهنده چشمی، خوددرمانی را با داروهای قابل تهیه از داروخانه و یا روش‌های سنتی انجام می‌دهند.

مشارکت‌کننده‌ای چنین توضیح داد: «زمان‌هایی که آلودگی هوا هست، خیلی بیشتر اهمیت می‌دم... والا خیلی وقتاً با چایی می‌شورم مثلاً... بعضی وقتاً احساس می‌کنم چشمم به کم خشک شده و اینا...» (دانشجوی پسر، مقطع کارشناسی).

شرکت‌کننده دیگری بیان کرد: «من از نفازولین بعضی وقت‌ها استفاده می‌کنم یا اون کلرامفنیکل مثلاً خوب گرد و غبار تو آسمان هست و یک کم که می‌سوزه اینا که می‌ندازم خوب می‌شه» (دانشجوی پسر، مقطع کارشناسی ارشد). همچنین، مشارکت‌کنندگان به استفاده از مواد و داروهای سنتی که آن‌ها را از عطاری‌ها تهیه می‌کردند و در منزل در دسترس داشتند، برای برطرف شدن علایم چشمی اشاره کردند. دانشجویی در این زمینه گفت: «داروی مثلاً گیاهی مصرف کردم برای چشم... خودسرانه... داروی هلیله زرد...» (دانشجوی پسر، مقطع کارشناسی ارشد).

مشارکت‌کننده دیگری بیان داشت: «به مدت هشتاد و پنج سال سنتی اینا... هر شب سرمه می‌زدم...» (دانشجوی دختر، مقطع دکتری).

برخی شرکت‌کنندگان اظهار نمودند که هنگام ورود شیء خارجی به چشم، به افراد محلی که در این زمینه مهارت تجربی برای خروج شیء از چشم دارند، مراجعه می‌کنند.

مشارکت‌کننده‌ای اظهار نمود: «افرادی هستن که وقتی چیزی می‌افته تو چشم، به اون‌ها مراجعه می‌شه (می‌کنه) و اونا (شیء) از چشم درمیارن... بعضی‌ها (برای این کار) پول می‌گیرن و بعضی‌ها هم نه رمانی (این کار را انجام می‌دن) (دانشجوی دختر، مقطع دکتری، ساکن روستا).

بحث

پژوهش حاضر به منظور شناخت رفتارهای جامعه دانشجویان برای مراقبت از چشم‌ها با رویکرد کیفی انجام گردید. نتایج به دست آمده سبب کشف برخی از عوامل رفتاری شد که مخاطراتی را برای سلامت چشم‌ها به همراه دارد.

با توجه به اظهارات مشارکت‌کنندگان، ناآگاهی از ویژگی‌های عینک آفتابی استاندارد و همچنین، ناآگاهی از مضرات استفاده از عینک‌های غیر استاندارد، منجر به تجربه رفتار خرید و استفاده از عینک‌های آفتابی غیر استاندارد در دانشجویان بود. مطالعه حاجی‌پور و همکاران بیان‌کننده بروز تجربه رفتار خرید و استفاده از عینک‌های تقلبی در سایر افراد جامعه بود؛ به گونه‌ای که آن‌ها گزارش کردند از ۱۵ نفر مشارکت‌کننده، ۹ نفر تجربه خرید عینک تقلبی را ذکر کردند. حاجی‌پور و همکاران ضعف در قوانین و مقررات و عوامل متعدد فردی و اجتماعی از جمله نگرش، ارزانی و درک تقاضا برای کالای تقلبی را برای انجام رفتار خرید کالاهای تقلبی بیان نمودند (۱۷). به استناد این تحقیقات و استنباط حاصل شده از بیانات بیش از نیمی از دانشجویان که تجربه خرید عینک آفتابی از مراکز غیر رسمی و غیر معتبر را ذکر نمودند، خطر تکرار تجربه این رفتار مخاطره‌آمیز برای سلامت چشم‌ها وجود دارد.

نکته قابل توجهی که در اظهارات برخی مشارکت‌کنندگان بیان شد و در بررسی متون یافت نشد، این بود که برخی از آن‌ها هنگام استفاده از عینک آفتابی، توسط اطرافیان خود مورد تمسخر قرار گرفته بودند. در نتیجه، فشارهای اجتماعی ناشی از اطرافیان، سبب شده بود که دانشجو رفتار مخاطره‌آمیز عدم

شرکت‌کننده‌ای اذعان داشت: «مطب پزشکای چشم منظومه خیلی شلوغه. می‌دونم خوبه از سلامت چشم بفهمم، ولی نرفتم... تازه پولش هم زیاده (ویزیت)» (دانشجوی دختر، مقطع کارشناسی).

مشارکت‌کننده دیگری بیان داشت: «وقتی مریض نیستی، دردی نداری، مثلاً فازه برا رفتن به دکتر نیستش» (دانشجوی پسر، مقطع کارشناسی).

دانشجویی در این زمینه گفت: «من چرا تا حالا به فکرم نرسیده برم چشمم را چک کنم» (دانشجوی دختر، مقطع کارشناسی ارشد).

مشارکت‌کننده‌ای اظهار کرد: «من چون از نظر بینایی مشکل خاصی ندارم و نه ضعیفه... نه مشکلی، نیازی نیست برم چشم‌پزشک» (دانشجوی دختر، مقطع کارشناسی).

برخی بیانات شرکت‌کنندگان در خصوص استفاده از مواد و وسایل آرایش چشم این‌گونه بود: «مثلاً به چیزی هست مواد آرایشی مثل خط چشم یا ریمل قبلاً خیلی استفاده می‌کردم، الان که چشمم اذیته کمتر (استفاده مواد آرایشی)» (دانشجوی دختر، مقطع کارشناسی ارشد).

یکی دیگر از رفتارهای پرخطر، عدم توجه به تاریخ انقضای مواد و وسایل آرایشی بود که یک شرکت‌کننده بیان داشت: «نه، اتفاقاً... خب ما... استفاده می‌کنیم و مطمئناً خیلی هم استفاده می‌کنیم. واقعیتش یادم می‌ره کی خریدم... بعضی مواقع حالتشونا از دست می‌دن (مواد و وسایل آرایش)» (دانشجوی دختر، مقطع کارشناسی).

برخی از مشارکت‌کنندگان بیان نمودند که مواد آرایشی بر روی چشم و صورت را هنگام خواب پاک نمی‌کنند. در این خصوص، مشارکت‌کننده‌ای گفت: «خیلی‌ها را خودم دیدم خانم‌ها یا دختری مواد آرایش چشمشان را خوب پاک نمی‌کنن و با اون می‌خوابن. من خودم هم پیش اومده و صبح که پا شدم، می‌بینم تو چشمم مواد آرایشی بوده» (دانشجوی دختر، مقطع کارشناسی).

در خصوص بی‌احتیاطی منجر به ورود مواد و اشیا به چشم، مشارکت‌کنندگان اظهار داشتند که به سبب بی‌احتیاطی، دفعات زیادی چشم‌های آن‌ها در معرض خطر مواد و اشیا قرار گرفته است. یکی از شرکت‌کنندگان که در رشته‌های آزمایشگاهی تحصیل می‌کرد، اظهار نمود: «بارها برای من اتفاق افتاده است که هنگام کار با مواد آزمایشگاهی، به طور اتفاقی ماده به چشم من وارد شده است» که این بی‌احتیاطی، منجر به بروز حادثه ناشی از رفتار پرخطر و عدم استفاده از وسایل حفاظت فردی حین کار توسط مشارکت‌کننده بود.

۲- واکنش‌های مخاطره‌آمیز، به هشدارهای تجربه شده چشمی

دانشجویان مشارکت‌کننده تجربه بروز علایم آزار دهنده در یک و یا هر دو چشم خود را ذکر نمودند که تعداد و دفعات بروز علایم چشمی در افراد مختلف، متفاوت بود. یک شرکت‌کننده از اشک ریزش شدید چشم در هنگام مواجهه با نور آفتاب صحبت کرد: «من خودم توی باد یا آفتاب نه این که بگم آفتاب خیلی شدید، حتی ملایم که باشه، من شروع می‌کنم پشت سر هم در واقع اشک ریزش دارم» (دانشجوی دختر، مقطع کارشناسی ارشد).

شرکت‌کننده دیگری از چشم درد شدید هنگام چند ساعت کار با یک صفحه نمایش گفت: «بعضی وقت‌ها که زیاد چیز (صفحات نمایش) کار می‌کنم، چشمم اشک‌ریزی پیدا می‌کنه، آب از چشمم میاد... به قول معروف فکر می‌کنم از دلایل خستگی چشم باشه در شخص من» (دانشجوی پسر، مقطع دکتری).

در خصوص درمان خودسرانه، شرکت‌کنندگان اظهار داشتند که هنگام بروز

را بیان نمودند. در این راستا، شرکت کنندگان از مهم ترین علل استفاده خودسرانه داروهای چشمی را دسترسی سریع به داروها از طریق فروش بدون نسخه پزشک در داروخانه ها و وجود داروهای اضافی ذکر کردند. در این خصوص، از اظهارات دانشجویان استنباط گردید که درمان ناقص هنگام مراجعه فرد یا اطرافیان فرد به پزشک، سبب باقی ماندن دارو در یخچال می شود. همچنین، هزینه خدمات چشم پزشکی و دسترسی مشکل (به سبب شلوغی و...) به این خدمات، از دیگر علل مصرف خودسرانه داروها برای رفع مشکل چشم ذکر گردید.

از نقاط قوت پژوهش حاضر، موضوع آن بود؛ چرا که موضوع سلامت چشم و تجربه مشکلات چشمی توسط مشارکت کنندگان، سبب شد که تمامی افرادی که دعوت شدند (واجدین شرایط)، وارد مطالعه شوند و در حین مصاحبه انگیزه کافی را برای شرکت در تحقیق داشته باشند.

به سبب وجود شرایط بیماری کووید ۱۹، نیمی از مصاحبه های پژوهش حاضر به شکل تلفنی انجام گرفت و به نظر نویسندگان، مصاحبه حضوری می تواند مطلوب تر از مصاحبه غیر حضوری باشد؛ چرا که یکی از مسایل پیش رو در مصاحبه های تلفنی، به کار بردن ساز و کار مناسب برای جلب اعتماد مشارکت کنندگان می باشد.

نتیجه گیری

نتایج پژوهش حاضر، دسته بندی رفتارهای تأثیرگذار بر سلامت چشم می باشد. در واقع، نویسندگان اعتقاد دارند که مطالعه حاضر از اهمیت ویژه ای برخوردار است؛ چرا که استخراج رفتارهای ناسالم تأثیرگذار بر سلامت چشم ها در جمعیت مورد بررسی نشان داد که هرچند برخی از این عوامل تهدیدهای شناخته شده در منابع علمی هستند، اما تحقیق حاضر برای اولین بار به عوامل تهدیدکننده ای دست یافت که ناشناخته و بسیار تأثیرگذار بر سلامت بینایی می باشند. همچنین، دسته بندی رفتارهای استخراج شده در قالب دو دسته اصلی رفتارهای مخاطره آمیز و واکنش های مخاطره آمیز به هشدارهای تجربه شده چشمی، این امکان را می دهد که برنامه مداخله به شکل هدفمندی برای تأثیر بر این دسته رفتارها تدوین گردد و این امر در به کارگیری هدفمند منابع برای کارآمدی بیشتر مشهود به نظر می رسد. بنابراین، نتایج به دست آمده می تواند راهنمایی برای خودمراقبتی افراد در حفاظت از چشم ها و راهنمایی برای مسؤولان سلامت دانشجویان جهت برنامه ریزی هدفمند برای سلامت چشم در جمعیت مورد بررسی باشد.

تشکر و قدردانی

پژوهش حاضر برگرفته از پایان نامه مقطع دکتری تخصصی با کد ۳۹۹۵۷۳، مصوب معاونت پژوهش و فن آوری دانشگاه علوم پزشکی اصفهان می باشد. بدین وسیله از پشتیبانی مالی و اجرایی معاونت مذکور، دانشجویان مشارکت کننده و همه افرادی که در انجام این مطالعه همکاری نمودند، تشکر و قدردانی به عمل می آید.

استفاده از عینک آفتابی را انجام دهد.

در زمینه استفاده از صفحات نمایش الکترونیک، مشارکت کنندگان در اظهارات خود عنوان نمودند که در شرایط بیماری کووید ۱۹، مدت زمان استفاده آن ها از صفحات نمایش بیشتر شده و این امر موجب بروز علایم چشمی در برخی از آن ها شده است. لازم به ذکر است که از دیگر دلایل استفاده زیاد از صفحات نمایش، جذابیت مطالب فضای مجازی و سرگرمی توسط دانشجویان بیان شد. در تحقیقی که به بررسی شکایات چشمی و عوامل مرتبط در کاربران رایانه انجام شد، شکایت چشمی همبستگی معنی داری با مدت زمان استفاده کاربران از رایانه داشت و بیشترین شکایات شامل خستگی چشم، سوزش چشم، اشک ریزش چشم و قرمزی بود و بین شدت شکایات چشمی با مدت زمان استفاده از رایانه، سابقه استفاده از رایانه، شرایط نامناسب قرارگیری منبع نور، همبستگی معنی داری گزارش گردید (۱۹، ۱۸، ۱۱). در پژوهش Moon و همکاران علایم خشکی چشم پس از قطع استفاده از گوشی های هوشمند برای مدت چهار هفته، به طور معنی داری بهبود یافت (۲۰).

در واقع، از اظهارات مشارکت کنندگان استنباط شد که هنگام کار با صفحات نمایش، رفتارهای صحیح کمک کننده به کاهش خطر مشکلات چشمی ناشی از صفحات نمایش را رعایت نمی کنند که این موارد به استناد اظهارات دانشجویان در برخی موارد به آگاهی و حساسیت کم نسبت به این مسأله برمی گردد.

در مطالعات مختلف، به کم توجهی و یا به بیان دیگر، به بی خیالی افراد نسبت به انجام مراقبت های دوره ای سلامت اشاره شده و عامل مهمی در بروز مشکلات سلامت ذکر شده است (۲۲، ۲۱). در این راستا، اظهارات مشارکت کنندگان بررسی حاضر نیز بر این موضوع دلالت دارد که انجام معاینات دوره ای چشم به عنوان عامل مهمی برای سلامت بینایی مورد غفلت قرار گرفته است؛ به طوری که سه دلیل اساسی «مسافت طولانی برای دسترسی به خدمات چشم پزشکی، شلوغی (تعداد کم) مراکز خدمات چشم پزشکی و هزینه خدمات معاینات دوره ای چشم» را به عنوان دلایل زمینه ساز برای کم توجهی یا بی خیالی نسبت به انجام این معاینات ذکر نمودند. در این میان، از بیانات دانشجویان استنباط شد که عامل شلوغی مراکز خدمات چشم پزشکی، دلیل مهم تر برای این رفتار مخاطره آمیز می باشد.

تحقیقات متعددی (۲۴، ۲۳) به موضوع مصرف خودسرانه داروها در جامعه ایران پرداخته اند. در این راستا، قلی پور و همکاران این موضوع را در جامعه دانشجویی مورد بررسی قرار دادند و در یافته های آن ها، میزان خوددرمانی ۴۸ درصدی در این قشر از جامعه گزارش گردید (۲۳). نتایج پژوهش دیگری در جامعه ایران، میزان مصرف خودسرانه دارو را ۸۳ درصد و نگرش مصرف کنندگان به بی خطر بودن داروها را عامل اصلی ذکر کرد. در مطالعه ارشادپور و همکاران، مصرف مسکن ها، قطره های چشمی و آنتی بیوتیک ها به ترتیب بیشترین میزان مصرف خودسرانه دارو را در بین عامه مردم ایران به خود اختصاص داد (۲۴). مشارکت کنندگان تحقیق حاضر داشتن تجربه مصرف خودسرانه داروهای چشمی

References

1. Kirag N, Temel AB. The effect of an eye health promotion program on the health protective behaviors of primary school students. Journal of education and health promotion. 2018; 7(1): 37.
2. Knudtson MD, Klein BE, Klein R, Cruickshanks KJ, Lee KE. Age-related eye disease, quality of life, and functional activity. Archives of Ophthalmology. 2005; 123(6): 807-14.
3. Glanz K, Rimer BK, Viswanath K. Theory, research, and practice in health behavior and health education. 2008.

4. Chawla A, Lim TC, Shikhare SN, Munk PL, Peh WC. Computer vision syndrome: darkness under the shadow of light. *Canadian Association of Radiologists Journal*. 2019; 70(1): 5-9.
5. Begaj T, Schaal S. Sunlight and ultraviolet radiation—pertinent retinal implications and current management. *Survey of ophthalmology*. 2018; 63(2): 174-92.
6. Organization WH. Self care for health. 2014.
7. Ahuja S, Kumar PS, Kumar VP, Kattimani S, Akkilagunta S. Effect of chronic alcohol and tobacco use on retinal nerve fibre layer thickness: a case-control study. *BMJ Open Ophthalmology*. 2016; 1(1): e000003.
8. Ong SR, Crowston JG, Loprinzi PD, Ramulu PY. Physical activity, visual impairment, and eye disease. *Eye*. 2018; 32(8): 1296-303.
9. Sengo DB, Marraca NA, Muaprato AM, García-Sanjuan S, Caballero P, López-Izquierdo I. Barriers to accessing eye health services in suburban communities in Nampula, Mozambique. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022; 19(7): 3916.
10. Lawrenson JG, Downie LE. Nutrition and eye health. *MDPI*; 2019. p. 2123.
11. Ccami-Bernal F, Soriano-Moreno DR, Romero-Robles MA, Barriga-Chambi F, Tucu KG, Castro-Diaz SD, et al. Prevalence of computer vision syndrome: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Optometry*. 2024; 17(1): 100482.
12. Liu Y-C, Wilkins M, Kim T, Malyugin B, Mehta JS. Cataracts. *The Lancet*. 2017; 390(10094): 600-12.
13. Chen H, Sun X, Pei L, Wang T. Body mass index influences age-related cataracts: an updated meta-analysis and systemic review. *Arquivos Brasileiros de Oftalmologia*. 2024;87(4):e2021-0382.
14. Lim WM. What is qualitative research? An overview and guidelines. *Australasian Marketing Journal*. 2024;14413582241264619.
15. Polit DF, Beck CT. *Resource Manual for Nursing Research 10th Edition: Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice*: Wolters Kluwer; 2012.
16. Maracy MR, Mostafavi-Darani F, Chatripour R, Salahshoori A, Zamani-Alavijeh F. The Apprehensions of Health Schools in Interacting with Health Vice-Presidency and the Industry Sector: A Qualitative Study. *Journal of Health System Research*. 2020; 16(2): 129-35.
17. Hajipour B, Khorshidi GH, Jafarzadeh M. Designing and explaining the behavior model of counterfeit goods consumers. *Quarterly Journal of Brand Management*. 2019; 5(16).
18. Anbesu EW, Lema AK. Prevalence of computer vision syndrome: a systematic review and meta-analysis. *Scientific Reports*. 2023; 13(1): 1801.
19. Wang C, Joltikov KA, Kravets S, Edward DP. Computer vision syndrome in undergraduate and medical students during the COVID-19 pandemic. *Clinical Ophthalmology*. 2023: 1087-96.
20. Moon JH, Kim KW, Moon NJ. Smartphone use is a risk factor for pediatric dry eye disease according to region and age: a case control study. *BMC ophthalmology*. 2016; 16: 1-7.
21. Virgini V, Meindl-Fridez C, Battagay E, Zimmerli L. Check-up examination: recommendations in adults. *Swiss Medical Weekly*. 2015: w14075.
22. Finley CR, Chan DS, Garrison S, Korownyk C, Kolber MR, Campbell S, et al. What are the most common conditions in primary care?: Systematic review. *Canadian Family Physician*. 2018; 64(11): 832-40.
23. Gholipour K, Tabrizi J-S, Haghighoshayee E, Soltani R, Mousazadeh Y, Rasi V. Investigating factors affecting self-medication and its pattern among students of Tabriz University of Medical Sciences, Iran, in 2012. *Journal of Health System Research*. 2016; 11(4): 736-40.
24. Ershadpour R, Zare Marzouni H, Kalani N. Review survey of the reasons of the prevalence of self-medication among the people of Iran. *Navid No*. 2015; 18(60): 16-23.