

Dietary Awareness Range of Osteoporosis Disease and its Relationship to the Health Status for Public Education Teachers at Age Group between 40-60 Years Old in Al Madinah Al Munawwara
Afaf Hamza Basheer Amer*

* Food Science Dept., Faculty of Family Sciences, Taibah University, KSA.

Background: Osteoporosis is common in Saudi Arabia and the burden of management in an aging population will increase in coming decades globally osteoporosis constitutes a public health problem. There is still no national policy nor consensus on screening for this silent disease. **Objective:** The study was aimed to investigate the female teacher's awareness for osteoporosis and choices of food, nutritional awareness for osteoporosis, background of calcium and vitamin D and investigated how these factors could impact on their food choices and their bone health. **Methodology:** This study was carried out on 160 female teachers chosen from several secondary schools, Al Madinah Al Munawwarah, KSA, and ranged in age from 40-60 years. Data were collected using self-administered questionnaire consisting of socio-demographic, Health state, anthropometric, serum vitamin D and Dietary awareness Data collected to assess knowledge attitude and practice about osteoporosis. It included 14 questions which is about knowledge, attitude towards the disease Dietary awareness and prevention of osteoporosis. Evaluation done by giving each correct answer 1 and for wrong and don't know score of 0. **Results:** the most of female teachers 45% were suffering from overweight, and 25% of them were healthy weight, 20% of them were suffering from moderately obese, while 56.9% of them were not suffering from diseases, while about 43.1% of them were suffering from diseases, 13.4% of them were suffering from hypertension, and 8% of them were suffering from osteoporosis, and 6.7% of them suffering from, diabetes mellitus. the most of subjects 72.5% were suffering from vitamin D insufficiency, dietary awareness level in the study sample, the most of female secondary teachers 52.5% have middle level of dietary awareness, despite the fact that most of the teachers were of higher level of education are university graduates, while 38.1 % of them have high level of dietary awareness, and finally 9.4% of them have low level of dietary awareness, with mean value 10.01 ± 2.16 correct answer/questions for all study sample. There is a statistically significant relationship between dietary awareness degree and health state at (P

<0.01), also there is a statistically significant relationship between dietary awareness degree level of serum vitamin D. **In conclusion:** Osteoporosis knowledge was middle among Saudi female teachers, thus attitude and practices also low towards this disease. This finding is similar to other studies done in the kingdom in different cities, but there was no response. So this will enhance health authorities to create program to up raise the awareness of the community for this important disease, especially at primary health care levels and at school.

Key word: Osteoporosis, Saudi Arabia, female teachers, dietary awareness, menopause, vitamin D.



مدى الوعي الغذائي بمرض هشاشة العظام وعلاقته بالحالة الصحية لمعلمات التعليم العام للفئة العمرية من ٤٠ - ٦٠ عاما بالمدينة المنورة

عفاف حمزه بشير عامر*

*قسم علوم الأغذية (تخصص تغذية)

كلية علوم الأسرة ، جامعة طيبة، المملكة العربية السعودية.

مقدمة: هشاشة العظام مرض شائع في المملكة العربية السعودية وبخاصة في سن اليأس لدى النساء السعوديات ويجب أن يؤخذ بالاعتبار في المجتمع السعودي زيادته في العقود المقبلة، ويشكل هشاشة العظام مشكلة صحية عامة عالميا ، ولا يوجد حتى الآن سياسة وطنية ولا توافق في الآراء بشأن الكشف عن هذا المرض الصامت. **الهدف:** وتهدف الدراسة إلى دراسة ومعرفة وعي معلمات التعليم العام بهشاشة العظام واختيارات الطعام، والوعي التغذوي للمرض هشاشة العظام، والخلفية من الكالسيوم وفيتامين D، حيث بمعرفة الوعي يمكن التعرف على الأنماط الغذائية وصحة العظام لديهم. **المنهجية:** أجريت هذه الدراسة على ١٦٠ من المدرسات بالتعليم العام (الثانوي) تزواحت أعمارهن بين ٤٠ - ٦٠ عاما تم اختيارهن من عدة مدارس ثانوية بالمدينة المنورة، المملكة العربية السعودية، وتم جمع البيانات باستخدام استبيان بالمقابلة الشخصية وتكون من عدة محاور شملت على المحاور الاجتماعية والديموغرافية والحالة الصحية، المقاييس الجسمية، قياس فيتامين D في السيرم والوعي الغذائي بهشاشة العظام، وتم جمع البيانات الخاصة بالوعي لتقييم الموقف ومعرفة الممارسة حول هشاشة العظام لدى المعلمات، وقد تضمنت على أربعة عشر ١٤ سؤالا وهي عبارة عن المعرفة والموقف من المرض الوعي الغذائي والوقاية من هشاشة العظام، وتم التقييم يتم من خلال إعطاء كل إجابة صحيحة ١ وللخطأ والذين لا يعرفون النتيجة صفر. **النتائج:** أظهرت النتائج أن معظم المدرسات بنسبة ٤٥٪ منهم يعانون من زيادة الوزن، وكان ٢٥٪ منهم وزن صحي، بينما ٢٠٪ يعانون من السمنة ، وبلغت نسبة المدرسات اللاتي لا تعانين من أمراض ٥٦.٩٪ ، في حين أن حوالي ٤٣.١٪ منهم يعانين من أمراض، تنوعت الأمراض بين نسبة ١٣.٤٪ منهم يعانين من ارتفاع ضغط الدم، و ٨٪ منهم يعانين من هشاشة العظام، و ٦.٧٪ منهم يعانين من داء السكري. أما بالنسبة لنسبة فيتامين د فكانت معظم المدرسات

بنسبة ٧٢.٥٪ يعانون من نقص فيتامين D ، أما بالنسبة لمستوى الوعي الغذائي بهشاشة العظام في عينة الدراسة فقد بلغت نسبة ٥٢.٥٪ من المعلمات لديهن وعى متوسط، على الرغم من أن معظم المعلمات ، في حين أن ٣٨.١٪ منهن لديهن مستوى عال من الوعي الغذائي، وأخيرا بلغت ٩.٤٪ لديهن مستوى منخفض من الوعي الغذائي، بتوسط حسابى بلغ 10.01 ± 2.16 الإجابة الصحيحة /الأسئلة لجميع عينة الدراسة، كما دلت النتائج على أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة الوعي الغذائي والحالة الصحية عند مستوى (P < 0.01)، وأيضا هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة الوعي الغذائي مستوى من فيتامين D فى السيرم. **ختاماً:** كان الوعي بهشاشة العظام متوسط بين المعلمات السعوديات، وبالتالي الموقف والممارسات متوسطة الى حد ما نحو هذا المرض. هذه النتيجة مشابهة لدراسات أخرى أجريت في المملكة في مدن مختلفة، ولكن لم يكن هناك استجابة بنفس الدرجة. ولذلك فإن هذا سيعزز السلطات الصحية لخلق برنامج لرفع وعى المجتمع لهذا المرض الخطير، وخصوصا في مستويات الرعاية الصحية الأولية والمدرسية.

الكلمات الدالة (المفتاحية): هشاشة العظام، المملكة العربية السعودية، المعلمات، الوعي الغذائى، انقطاع الطمث، وفيتامين D.