

بررسی شاخص توده بدن (BMI)، نسبت دور کمر به لگن (WHR) و درصد چربی بدن (%PBF) جانبازان شیمیایی خراسان رضوی

سیدعلی اکبر هاشمی جواهری^۱، مهدی صابری^۲، ناصر محمد رحیمی^{۳*}، مینا خدائی^۲

^۱استادیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه فردوسی مشهد، ^۲آکارسناس ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه فردوسی مشهد

*نویسنده پاسخگو: آدرس: مشهد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه فردوسی مشهد، E mail: sabberimhdi@gmail.com

چکیده

مقدمه: افزایش درصد چربی در بدن یکی از شایع ترین عوامل خطرزای بیماری های مهم و معضل مهم تغذیه ای، به عنوان یک عامل مستقل سبب افزایش خطر مرگ و میر می شود. شاخص توده بدن (BMI)^۱، درصد چربی (%PBF)^۲ و نسبت دور کمر به محیط لگن (WHR)^۳ نیز ابزاری برای نشان دادن وضعیت وزن بالغین می باشد که بعنوان یک شاخص ساده میزان چربی بدن یا چاقی عمومی بکار می رود. امروزه کم تحرکی افراد جامعه باعث بسیاری از بیماری ها در آنها شده است که در این بین جانبازان شیمیایی نیز به دلیل ترس از مشکلات تنفسی و نیز بیماری های همراه، فعالیت فیزیکی کمتری داشته که این مساله با افزایش احتمال چاقی همراه است.

هدف: با توجه به شرایط ویژه جانبازان شیمیایی، این مطالعه با هدف ارزیابی شاخص توده بدن (BMI)، درصد چربی بدن (%PBF) و نسبت دور کمر به محیط لگن (WHR) جانبازان شیمیایی خراسان رضوی انجام شد، تا وضعیت فعلی جسمانی این افراد مورد بررسی قرار گیرد.

مواد و روش ها: مطالعه حاضر به صورت مقطعی-توصیفی انجام شد. بدین منظور، ۸۸ نفر از جانبازان شیمیایی استان خراسان رضوی با میانگین سنی 45.48 ± 2.8 سال که جزء گروه جانبازان شیمیایی شدید محسوب می شدند، مورد مطالعه قرار گرفتند. کلیه اطلاعات مربوط به ترکیب بدن شامل وزن، درصد چربی، شاخص توده بدن و نسبت دور کمر به دور لگن، آزمودنی ها با استفاده از دستگاه آنالیز ترکیب بدن (Body composition) ارزیابی شد و خروجی اطلاعات که در فرم های خاص این دستگاه ارائه گردید، با استفاده از نرم افزار spss مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها: میانگین و انحراف معیار شاخص توده بدن، درصد چربی و نسبت دور کمر به لگن در کل افراد مورد مطالعه به ترتیب 25.5 ± 4.1 ، 28.2 ± 7.1 ، 92.2 ± 5.14 بود علاوه بر این شاخص توده بدن، درصد چربی و نسبت دور کمر به لگن به ترتیب در ۹ نفر (10.2%)، ۰ نفر (0%)، ۷ نفر (7.95%) در حد زیر نرمال، ۲۹ نفر (32.9%)، ۶ نفر (2.38%)، ۳۵ نفر (39.77%) در حد نرمال و ۵۰ نفر (56.8%)، ۸۲ نفر (97.61%)، ۴۶ نفر (52.27%) در حد بسیار چاق بودند.

بحث: این تحقیق نشان دهنده میزان چاقی زیاد در جانبازان شیمیایی بود که به لحاظ اهمیت این موضوع و عوارض اضافه وزن مفرط به نظر می رسد که تعدیل شاخص توده بدن، نسبت دور کمر به دور لگن و درصد چربی بدن در این گروه خاص باید مورد توجه قرار گیرد که در این زمینه به اداره تربیت بدنی بنیاد شهید و ایثارگران در خصوص استفاده از برنامه ریزی های مدون و ویژه فعالیت های بدنی و ورزشی توصیه می شود.

کلید واژه: جانبازان شیمیایی، شاخص توده بدن، درصد چربی، نسبت دور کمر به محیط لگن.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۰/۵/۱۶

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۰/۱۰/۱۱

^۱ Body mass index

^۲ Percent body fat

^۳ Waist-Hip ratio

مقدمه

فعالیت و تحرک جزء جدانشدنی زندگی بشر بوده که در هر دوره به اشکال خاص در زندگی انسان مطرح بوده است. در جوامع صنعتی و متمدن امروزی که حرکت انسان روز به روز محدودتر می شود، فعالیت جسمانی جایگاه ویژه ای پیدا کرده است. زندگی ماشینی بشر امروز موجبات دوری او از فعالیت را فراهم ساخته و این فقر حرکتی نشاط و شادابی را از جسم او دور کرده و به جای آن عامل خطرآفرین چاقی را جایگزین ساخته است. جانبازان شیمیایی با مشکلات تنفسی که هر لحظه با خطر حملات تنفسی روبرو هستند نگرانی های بسیاری را برای جامعه و خانواده بر جای می گذارند (۱). بسیاری از جانبازان شیمیایی به عوارض مزمن طبی گرفتار هستند که می تواند به افت کیفیت زندگی بیانجامد و پیشرفت این بیماری ها نیز توانایی کارکردن، شرکت در روابط اجتماعی و انجام فعالیت های فیزیکی جانبازان را محدود می نماید (۲). بیماری انسدادی ریه، به عنوان شایعترین بیماری طبی جانبازان شیمیایی می تواند به عنوان یک عامل ناتوانی در زندگی کاری، نقش خانوادگی، اجتماعی بودن و عملکرد زندگی روزانه به افت کیفیت زندگی بیماران منجر شود (۳).

یکی دیگر از عوارضی که که ناخواسته جانبازان شیمیایی با آن روبرو هستند عدم تحرک کافی بدلیل وضعیت خاص تنفسی است که متعاقب این بی تحرکی عوارضی همچون چاقی، بیماری های قلبی و تنگ شدن عروق کرونر، خونریزی مغزی، برخی امراض کلیه، کیسه صفرا، واریس و تصلب شرائین به سراغ آنان خواهد آمد (۴).

مطالعات انجام شده در آخرین دهه قرن گذشته نشان دادند که چاقی و چگونگی توزیع چربی در بدن، به ویژه در ناحیه میانی بدن، پیشگوی مناسبی برای ابتلا به بیماری های آینده است. براساس نتایج این تحقیقات، مهم ترین اختلالات تندرستی که با افزایش میزان چربی بدن به ویژه در نواحی شکم و کمر رابطه دارند، عبارتند از: هیپرلیپیدمی، بیماری پرفشار خونی، دیابت نوع دوم، بیماری کرونری قلب، سرطان سینه، رحم و پروستات، بیماری های تنفسی، پر اورهای خون، افزایش چسبندگی خون، کاهش ظرفیت فیبری نوژنی، ناهنجاری های ساختاری، عملکرد قلب و افسردگی (۵-۶). از طرفی بعضی از پژوهشگران ارتباط چربی بدن بویژه در ناحیه

شکم را با میزان مرگ و میر مشخص کرده اند که اهمیت ترکیب بدن و رابطه آن را با سلامتی نمی توان نادیده گرفت. افراد بزرگسال چاق از بیماری مفرط و مرگ و میر ناشی از سرخرگ کرونری، فشار خون، دیابت ملیتوس و ارتوپدیک، همیشه در عذابند. بنابراین، ارزیابی ترکیبات بدن به منظور تعیین میزان مطلوب آن برای سالم زیستن و شاداب ماندن از اهمیت بالایی برخوردار است (۷).

متخصصان از شاخص توده بدن (BMI) برای تعیین ویژگی های فیزیکی بدن نیز استفاده می کنند که عبارت است از، نسبت وزن بدن (به کیلوگرم) بر مجذور قد (به متر). از آنجایی که BMI رابطه مستقیمی با چربی بدن دارد، یکی از بهترین و رایج ترین شاخص های چاقی است. که با متغیرهایی مانند سن، جنس، شیوه زندگی و بیماری های همراه تغییر می کند (۸و۹). بر اساس مطالعات اپیدمیولوژی وسیع، یک میلیارد نفر در جهان دارای اضافه وزن ($BMI > 25$) هستند. اضافه وزن و چاقی نه تنها مورد توجه متخصصان غدد درون ریز، تغذیه و قلب است بلکه در بیماری های ریوی نیز دارای اهمیت بسزایی است. از طرفی چاقی با علائم تنفسی رابطه ای مستقیم دارد. و در افراد دچار تنگی نفس به طور قابل ملاحظه ای BMI بالاتر است (۹). همچنین ارتباط ثابت شده بین

اضافه وزن و بیماری های مزمن ریوی وجود دارد به طوری که چاقی به عنوان عامل خطرزای شناخته شده بیماری های انسدادی مزمن ریه، آسم، آپنه ای انسدادی و سندرم هیپوونتیلیسیون مطرح شده است (۱۰و۱۱). با وجود این که درخصوص ارتباط اضافه وزن و بیماری های تنفسی اختلاف نظر وجود دارد، ولی ارتباط مستقیم چاقی با مرگ و میر در بیماران مبتلا به بیماری های مزمن ریوی در برخی مطالعه ها، باعث شده تا استفاده از BMI برای ارزیابی و مرحله بندی بیماری های مزمن ریوی توصیه شود (۱۲).

یکی دیگر از روش های ارزیابی ترکیب بدن، استفاده از نسبت دور کمر به محیط لگن (WHR) است (۱۳). این ارزیابی به عنوان نشانه مناسبی در ارتباط با بیماری های وابسته به توزیع چربی اضافی معرفی شده و رابطه معناداری بین چربی بالاتنه و شکم و خطر بیماری و مرگ و میر ناشی از آن وجود دارد (۱۴). اهمیت این شاخص به علت ارتباط بسیار بالایی است که با چربی امعاء و احشای داخلی دارد و به نظر می رسد شاخص مورد قبولی برای

مطالعه برای آزمودنی‌ها، رضایت آزمودنی‌ها جهت شرکت در مطالعه اخذ شد و پس از آن ارزیابی ترکیب بدنی جانبازان شامل BMI، WHR، PBF٪ در آزمایشگاه فیزیولوژی دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه فردوسی مشهد و با استفاده از دستگاه آنالیز ترکیب بدن (InBody 720) ساخت کشور کره جنوبی، صورت گرفت و در فرم‌های خاص این دستگاه ثبت شد. این آزمون در صورتی انجام شد که آزمودنی‌ها در حالت ناشتا به آزمایشگاه مراجعه کردند، هر آزمودنی بدون کفش و با پای برهنه در حالی که دست‌ها و پاها را با الکل آغشته می‌کرد بر روی دستگاه حاضر می‌شد، این دستگاه از طریق سنسورهایی که در کف پاها و دستگیره‌هایی که آزمودنی‌ها آن را در هر دو دست می‌گرفتند اطلاعاتی را در یک پرینت کامل، به محقق ارائه می‌داد، همچنین در این اطلاعات میزان BMI، WHR، PBF٪ در ۳ دامنه کمبود وزن (زیرنرمال)، نرمال و بسیار چاق طبقه‌بندی می‌شود.

پس از انجام اندازه‌گیری‌های لازم و جمع‌آوری اطلاعات، به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های شاخص توده بدن، نسبت دور کمر به دور لگن و درصد چربی از آمار توصیفی استفاده شد. کلیه آزمون‌های آماری با استفاده از نرم‌افزار spss16 انجام گرفت.

یافته‌ها

میانگین سنی افراد مورد مطالعه 45.48 ± 28.8 بود. میانگین و انحراف معیار BMI 25.5 ± 4.1 به دست آمد (جدول ۱). ۱۰.۲ درصد افراد (۹ نفر) وزن زیرنرمال، ۳۲.۹ درصد افراد (۲۹ نفر) وزن نرمال و ۵۶.۸ درصد (۵۰ نفر)، بسیار چاق بودند.

میانگین و انحراف معیار WHR 0.92 ± 0.052 به دست آمد (جدول ۲). صفر درصد افراد زیر نرمال، ۲۳.۸ درصد (۶ نفر) افراد دارای وزن نرمال و ۹۷.۶۱ درصد (۸۲ نفر)، بسیار چاق بودند.

چربی داخل شکمی باشد (۱۵). به‌طور متوسط WHR در زنان بالغ کمتر از مردان است، زیرا همواره با بلوغ جنسی، به علت افزایش عرض لگن و تجمع بیشتر چربی در ناحیه لگن و تغییر کمتر در ناحیه کمر، محیط لگن نسبت به محیط کمر افزایش بیشتری دارد (۱۶)، با وجود این، این نسبت نیز مانند دیگر متغیرهای ترکیب بدن، تحت‌تاثیر عوامل مختلفی از جمله سن، جنس، نژاد، و بافت‌های دیگر بدن قرار می‌گیرد (۱۷).

علاوه‌بر عوامل یادشده، یکی دیگر از راه‌های تعیین چگونگی ترکیب بدن، اندازه‌گیری درصد چربی بدن (PBF٪) است. کاهش فعالیت بدنی با افزایش کالری دریافتی باعث افزایش درصد چربی بدن می‌گردد که خود از عوامل خطرزای قلبی-عروقی محسوب می‌شود (۱۸ و ۱۹).

به‌طور کلی، سنجش ترکیبات بدنی یکی از روش‌های علمی و معتبر برای ارزیابی میزان سلامتی افراد است تا جایی که محققان زیادی به ارتباط بین ترکیب بدنی و تندرستی تاکید کرده‌اند (۲۲ و ۲۰ و ۷). از آنجایی که در خراسان رضوی در حدود ۲۰۰ جانباز شیمیایی زندگی می‌کنند و با توجه به ارتباط چاقی با بیماری‌های تنفسی، اهمیت موضوع سلامتی و فقدان مطالعه‌ای مشابه در استان که به بررسی ارزیابی ترکیب بدن و وضعیت سلامت جانبازان شیمیایی بپردازد، مطالعه حاضر با هدف بررسی شاخص توده بدن (BMI)، نسبت دور کمر به لگن (WHR) و درصد چربی بدن (PBF٪) در جانبازان شیمیایی استان خراسان رضوی انجام شد.

مواد و روش‌ها

مطالعه حاضر به صورت توصیفی-مقطعی انجام شد. جامعه آماری تحقیق، ۲۰۰ جانباز شیمیایی شدید از استان خراسان رضوی می‌باشند. طبقه‌بندی جانبازان شیمیایی توسط متخصصان پزشکی بنیاد شهید و امور ایثارگران انجام شده که این گروه از جانبازان به ۳ گروه شیمیایی خفیف، متوسط و شدید تقسیم که گروه شدید، جزء جانبازان بالای ۷۰ درصد قرار می‌گیرند. تعداد نمونه آماری در این آزمون را ۸۸ نفر از جانبازان با دامنه سنی ۴۰-۶۰ سال، که در گردهمایی سالانه بنیاد شهید و امور ایثارگران شرکت کرده‌بودند، تشکیل دادند. جهت رعایت ملاحظات اخلاقی در مطالعه، ضمن تشریح نوع و هدف

جدول شماره ۱: اطلاعات مربوط به شاخص توده بدنی آزمودنی‌ها

BMI	دامنه	درصد
زیر نرمال	$> 18.5 \text{ Kg/m}^2$	۱۰.۲ درصد افراد (۹ نفر)
نرمال	$18.5 - 25 \text{ Kg/m}^2$	۳۲.۹ درصد افراد (۲۹ نفر)
بسیار چاق	$< 25 \text{ Kg/m}^2$	۵۶.۸ درصد (۵۰ نفر)
BMI	میانگین	انحراف معیار
	۲۵.۵	۴.۱۰

جدول شماره ۲: اطلاعات مربوط به نسبت دور کمر به محیط

لگن آزمودنی‌ها

WHR	دامنه	درصد
زیر نرمال	> 0.75	۰ درصد
نرمال	$0.75 - 0.85$	۲.۳۸ درصد (۶ نفر)
بسیار چاق	< 0.85	۹۷.۶۱ درصد (۸۲ نفر)
WHR	میانگین	انحراف معیار
	۰.۹۲	۰.۰۵۲

میانگین و انحراف معیار PBF: 28.2 ± 7.1 ٪، درصد به دست‌آمد (جدول ۳). ۷.۹۵ درصد (۷ نفر) افراد زیر نرمال، ۳۹.۷۷ درصد (۳۵ نفر) افراد نرمال و ۵۲.۲۷ درصد (۴۶ نفر) که در بسیار چاق قرار می‌گیرند.

جدول شماره ۳: اطلاعات مربوط به درصد چربی بدن آزمودنی‌ها

PBF	دامنه	درصد
زیر نرمال	$> 18 \%$	۷.۹۵ درصد (۷ نفر)
نرمال	$18 - 28 \%$	۳۹.۷۷ درصد (۳۵ نفر)
بسیار چاق	$< 28 \%$	۵۲.۲۷ درصد (۴۶ نفر)
PBF	میانگین	انحراف معیار
	۲۸.۲	۷.۱

بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به موارد مذکور، یکی از یافته‌های پژوهش حاضر، میانگین BMI ۲۵.۵ درصد در جانبازان شیمیایی است که در دامنه بالاتر از وزن نرمال و بسیار چاق قرار می‌گیرد.

این نتیجه با یافته‌های قدوسی، غضنفری، حامدی‌نیا، قراخلو، گائینی، آقاعلی‌نژاد، هان^I، هرچنس^{II}، پاکارد^{III} و و لاتی-کاسکی^{IV} همخوانی دارد ولی نتیجه این تحقیق با نتایج رحمتی و نائینی مغایرت دارد.

قدوسی و همکاران (۱۳۸۶)، نمایه توده بدن در جانبازان شیمیایی مبتلا به برونشیت مزمن تهران را مورد بررسی قرار دادند که از حجم نمونه ۴۳۴ نفر که در دامنه سنی ۳۰ تا ۵۰ سال قرار داشتند، ۱۰ نفر دچار کمبود وزن، ۱۴۳ نفر دارای وزن مناسب، ۲۰۵ نفر اضافه وزن و ۷۶ نفر دچار چاقی بودند. همچنین میانگین و انحراف معیار BMI آزمودنی‌ها 26 ± 4 درصد به دست‌آمد (۲۳) بنابراین از حیث این‌که در هر دو تحقیق جانبازان شیمیایی دارای اضافه وزن و چاقی می‌باشند، نتایج دو تحقیق با هم همخوانی دارد. همچنین در مطالعه‌ای که غضنفری و همکاران (۱۳۸۷)، تحت عنوان رابطه فعالیت بدنی و نمایه توده بدن جانبازان شیمیایی سردشت با دامنه سنی ۲۰ تا ۶۰ سال و میانگین سنی 43.83 ± 10.85 انجام دادند، نمایه توده بدن در ۱۳۱ نفر (۳۸.۱٪) کمتر از ۲۵، در ۱۶۰ نفر (۴۶.۵٪) بین ۲۵-۳۰ و ۵۳ نفر (۱۵.۴٪) بالای ۳۰ کیلوگرم بر مترمربع بود، نتیجه این تحقیق نشان داد با افزایش مقدار شاخص توده بدنی، میزان فعالیت جسمانی جانبازان، کاهش می‌یابد (۲۴).

در مطالعه‌ای که رحمتی و همکاران (۱۳۸۲) شیوع چاقی و ارتباط آن با فشار خون بالا در دانشجویان دانشگاه تهران را مورد بررسی قرار دادند، شیوع کلی چاقی ($BMI > 30$) در این مطالعه ۳.۲ درصد بود، که بیشترین میزان شیوع چاقی در سنین بالای ۳۰ سال به ویژه در سنین ۴۰-۴۸ سال مشاهده شد (۲۵). لذا با توجه به این‌که سن اکثریت جانبازان شیمیایی بالای ۴۵ سال قرار دارد و نظر به اینکه با افزایش سن افراد میزان BMI و متعاقب آن بیماری‌های همراه افزایش می‌یابد نیاز است که از هم اکنون برای کنترل وزن این گروه برنامه‌ریزی کرد.

در خارج از کشور نیز، هان و همکاران میزان BMI مردان ۲۰ تا ۵۹ ساله هلندی را 25.7 ± 3.4 ، هرچنس و همکاران (۱۹۹۹)، این شاخص را برای مردان ۳۰-۴۰

^I Han T.S. et al (1995)^{II} Hergenc G. et al (1999)^{III} Puccaud et al (2000)^{IV} Lati-koski (2000)

عدم همخوانی در پژوهش‌های حامدی‌نیا، و قراخلو مشاهده شد.

حامدی‌نیا و رضایی (۱۳۸۳)، ارتباط فعالیت بدنی و درصد چربی با برخی از عوامل خطرزای قلبی-عروقی در اعضای هیات علمی دانشگاه تربیت معلم سبزوار را مورد بررسی قرار داد. ۵۰ نفر با میانگین سنی ۳۷ سال در این تحقیق شرکت کردند، میانگین و انحراف معیار BMI آزمودنی‌ها 26.6 ± 4.2 و درصد چربی PBF آنان 21.58 ± 6.16 بود. در نتیجه پایانی تحقیق، فعالیت بدنی با BMI و درصد چربی ارتباط مثبت و معناداری نشان داد (۳۲). BMI این تحقیق با تحقیق حاضر همخوانی دارد ولی اختلاف زیاد درصد چربی نشان‌دهنده میزان بالای PBF در گروه جانبازان شیمیایی نسبت به اعضای هیات علمی دانشگاه سبزوار می‌باشد. همچنین با ارتباط بالای خطر بیماری قلبی-عروقی و BMI و با توجه به کم تحرکی و سن بالای جانبازان شیمیایی کنترل وزن در بین این افراد باید بیش از پیش مدنظر باشد.

قراخلو و همکاران (۱۳۸۱)، هنجاریابی نسبت دور کمر به دور لگن (WHR) در مردان ۴۰ سال به بالای شهر اهواز و ارتباط آن با عوامل خطرزای قلبی-عروقی و دیابت را انجام دادند. میانگین BMI، WHR، PBF، به ترتیب 26.3 ، 0.936 ، 22.3 درصد بود. در نتیجه این تحقیق WHR پیشگوی قوی نسبت به دیگر شاخص‌های مورد توجه این تحقیق برای پیش‌بینی احتمال خطر بروز بیماری‌های قلبی-عروقی و دیابت در بین مردان ۴۰ سال به بالای شهر اهواز بود (۳۳). نتایج پژوهش قراخلو در BMI و WHR با تحقیق حاضر همخوانی ولی در PBF این همخوانی وجود نداشت که با توجه به هم‌سن بودن در دو تحقیق میزان بالای PBF در جانبازان شیمیایی نشان می‌دهد، درصد چربی بدن در ترکیب بدنی جانبازان شیمیایی بسیار بالاتر از دیگر اقشار جامعه می‌باشد که این خود زنگ خطری برای آنان می‌باشد.

گائینی و همکاران (۱۳۸۲)، ارتباط بین درصد چربی بدن (PBF%)، شاخص توده بدن (BMI)، و نسبت دور کمر به محیط لگن (WHR) زنان پانزده سال به بالای شهر تهران را انجام داد، نمونه ۵۴۰ نفر با دامنه سنی ۱۵ تا ۷۰ سال انجام شد. میانگین BMI، WHR، PBF%، به ترتیب 24.47 ، 0.9 ، 35.5 می‌باشد. همچنین با تفکیک رده‌های سنی، میانگین BMI، WHR، PBF%، در رده

سال آلمانی 25.6 ± 2.9 ، پاکارد و همکاران (۱۹۹۹)، میزان BMI را برای مردان ۳۵ تا ۶۴ سال سوئیدی 26.5 و لاتنی-کاسکی و همکاران (۲۰۰۰)، این شاخص را برای مردان فنلاندی ۲۵ تا ۶۴ ساله 26.8 ± 3.8 کیلوگرم بر متر مربع به دست آورد (۲۸-۲۶) همخوانی این پژوهش‌ها با این تحقیق گویای اضافه وزن و چاقی در دامنه سنی بالا در نمونه‌های خارجی و داخلی می‌باشد.

نایینی و همکاران (۱۳۸۳)، در تحقیقی که تحت عنوان بررسی چاقی و کم وزنی سالمندان و برخی عوامل مرتبط با آن با استفاده از نمایه‌های BMI، WHR و WHTR در شهر اصفهان انجام دادند، در شاخص BMI آزمودنی‌ها، ۵.۹ درصد کمبود وزن، ۴۲.۲ درصد وزن نرمال، ۳۹.۷ درصد دچار چاقی و ۱۲.۰ درصد چاقی مفرط را گزارش کردند که بیشترین شیوع چاقی (براساس BMI) در دامنه سنی ۶۹-۶۰ ساله وجود داشت (۲۹). که با یافته‌های تحقیق حاضر همخوانی دارد.

همچنین در نتایج تحقیق، میانگین و انحراف معیار WHR در جانبازان شیمیایی، 0.92 ± 0.052 به دست آمد که با نتایج قراخلو، گائینی، اونات^۱، پاکارد و لاتنی-کاسکی و آقاعلی‌نژاد همخوانی دارد ولی عدم همخوانی در هیچ کدام از تحقیقات مشاهده نشد.

اونات و همکاران (۱۹۹۹) هنجار WHR را برای مردان ۲۵ تا ۷۴ ساله ترک 0.919 ± 0.077 ، پاکارد و همکاران (۲۰۰۰) این شاخص را برای مردان ۳۵ تا ۶۴ ساله سوئیدی 0.92 و لاتنی-کاسکی و همکاران (۲۰۰۰) هنجار WHR را برای مردان فنلاندی ۲۵ تا ۶۵ ساله 0.925 ± 0.07 به دست آوردند (۳۱-۳۰). تمام این نتایج با نتیجه تحقیق حاضر همخوانی دارد ولی نکته جالب توجه میزان بالای WHR در جانبازان شیمیایی در دامنه بسیار چاق و این که از هر ۸۸ نفر حاضر در تحقیق هیچ‌کس زیر نرمال نبود و فقط ۶ نفر در دامنه نرمال قرار گرفتند که توصیه می‌شود برای اطلاعات بیشتر تحقیقات بیشتری بر روی جانبازان شیمیایی در این زمینه انجام شود.

از طرفی میانگین و انحراف معیار PBF در این تحقیق 28.2 ± 2 درصد در بین جانبازان شیمیایی به دست آمد. که همخوانی در تحقیقات گائینی و آقاعلی‌نژاد و

^۱ Onat et al (1999)

تحقیق هم با تحقیق حاضر همخوانی دارد. از آنجا که سبک زندگی بی تحرک، در جانبازان سالمند با درجات پایینی از سلامتی مرتبط می باشد، ارایه دهندگان مراقبت های بهداشتی باید بر اهمیت فعالیت جسمانی منظم، در میان جانبازان سالمند تاکید نمایند. همچنین، با توجه به ارتباط معکوس میان فعالیت جسمانی و شاخص توده بدنی، کنترل موثر وزن، باید یکی از اجزاء برنامه های مداخله ای جانبازان باشد. نظر به اینکه نتایج ۳ پژوهش فوق نشان دهنده شیوع بالای اضافه وزن و چاقی در بین جانبازان شیمیایی می باشد، و از طرفی خطرهای فراوان عدم تناسب وزن از قبیل افزایش احتمال خطر بروز بیماری های قلبی-عروقی، حوادث مغزی، دیابت و مرگ و میر ناشی از آن ها، مداخله های اختصاصی با هدف تنظیم نمایه توده بدن می باشد که باید بیش از پیش، مورد توجه دست اندکاران درمان جانبازان شیمیایی قرار گرفته که در این خصوص نقش متخصصان تغذیه، غدد، روان پزشکی و تربیت بدنی مهم است و باید مورد توجه قرار گیرد.

تقدیر و تشکر

پژوهشگران مراتب سپاس خود را نسبت به رئیس اداره تربیت بدنی بنیاد شهید و امور ایثارگران خراسان رضوی، کارشناس ارشد بهداشت و درمان این ارگان و تمامی همکاران عزیزی که با ما همکاری نمودند، اعلام می دارند. همچنین از جانبازان شیمیایی محترم استان خراسان رضوی که بعنوان آزمودنی در این تحقیق نهایت همکاری را با پژوهشگران داشتند، تقدیر و تشکر می شود.

سنی ۴۰-۳۶ سال به ترتیب ۲۶.۳۸، ۰.۹۲ و ۴۰.۹۹ درصد؛ در رده سنی ۴۵-۴۱ سال به ترتیب ۲۵.۶۸، ۰.۹۲ و ۴۲.۵۲ درصد؛ در رده سنی ۵۰-۴۶ سال به ترتیب ۲۶.۶۴، ۰.۹۲ و ۳۷.۳۳ درصد و در رده سنی بالای ۵۱ سال به ترتیب ۲۶.۳۸ کیلوگرم بر مترمربع، ۰.۹۲ و ۴۰.۹۹ درصد بدست آمد، در نتیجه نهایی بین درصد چربی بدن (%PBF) و شاخص توده بدن (BMI) آزمودنی ها رابطه مثبت و قوی مشاهده شد ($r=0.616$). بین درصد چربی بدن (%PBF) و نسبت محیط کمر به محیط لگن (WHR) آزمودنی ها رابطه مثبت و متوسطی بود ($r=0.311$). همچنین بین شاخص توده بدن (BMI) و نسبت محیط کمر به محیط لگن (WHR) آزمودنی ها رابطه مثبت و متوسطی مشاهده شد ($r=0.374$) ($r=0.34$). نتایج در BMI, WHR, PBF با تحقیق حاضر همخوانی داشت ولی میزان درصد چربی بدن در تحقیق گائینی، بالاتر از جانبازان شیمیایی بود که احتمالاً به دلیل جنسیت آزمودنی های (زن) در این تحقیق می باشد که میزان چربی آنان از مردان بالاتر است.

در تحقیقی آقاعلی نژاد و همکاران (۱۳۸۲)، BMI, WHR و PBF، ۴۵۰ مرد با دامنه سنی ۳۰ تا ۵۵ ساله تهرانی را ارزیابی کردند که در نتیجه میانگین و انحراف معیار BMI, WHR و PBF به ترتیب 25.8 ± 3.65 کیلوگرم بر مترمربع، 0.95 ± 0.057 و 30.04 ± 6.57 بود (۳۵). در این تحقیق هم تمام متغیرها با تحقیق حاضر همخوانی دارد. با توجه به نمایه توده بدن در تحقیق حاضر که بالای ۲۵ را در دامنه بسیار چاق نشان می دهد، ۶۱.۹ درصد این افراد در دامنه بسیار چاق این تحقیق قرار می گیرند که نتایج این

منابع

1. Amini r. First Conference of veterans and their families, Tehran: Institute for Medical Science, Engineering and veterans (2003); 101 - 104
2. Bijani Kh, Moghadamnia AA. Long-term effects of chemical weapons on respiratory tract in Iraq-Iran war victims living in Babol (North of Iran). *Ecotoxicol Environ Saf* 2002; 53(3): 422
3. Bulman TKH. A fifty year mortality follow up-study of veterans exposed to low level chemical warfare agent, 2000; 10: 333-338.
4. Shahbazpour N. Prevalence of overweight and obesity and their relation to hypertension in adult male university students in Kerman, Iran. *Int J Endocrinol Metab* 2003; 2: 55-60
5. Ferrannini.e, "syndrome x, hormone reserch", 39(suppl), 1993, pp: 107-111
6. Knight.g.s, et a. " body composition of human cardarers by neutron activation and chemical analysis", *American journal of physiology* 250, 1986, pp: 1979-e185.
7. Despres. J.P. lipoprotein metabolism in visceral obesity", *international journal of obesity*, 1991, 15, pp: 45-52
8. Behjati M, Barkhordari K, Lookzadeh MH. The relation between blood pressure and body mass index in Iranian school age children. *IJMS* 2006; 31: 33-6.
9. Poulain M, Doucet M, Major GC, Drapeau V, Series F, Boulet LP, et al. The effect of obesity on chronic respiratory diseases: pathophysiology and therapeutic strategies. *CMAJ* 2006; 174: 1293-9.

10. Sjostrom L, Larsson B, Backman L, Bengtsson C, Bouchard C, Dahlgren S, et al. Swedish obese subjects (SOS). Recruitment for an intervention study and a selected description of the obese state. *Int J Obes Relat Metab Disord* 1992; 16: 465-79.
11. Larijani B, Hossein-Nezhad A, Mojtahedi A, Pajouhi M, Bastanagh MH, Soltani A, et al. Normative data of bone mineral density in healthy population of Tehran
12. Domingo-Salvany A, Lamarca R, Ferrer M, Garcia- Aymerich J, Alonso J, Felez M, et al. Health-related quality of life and mortality in male patients with chronic obstructive pulmonary disease. *Am J Respir Crit Care Med* 2002; 166: 680-5.
13. Pollock .M.L. Wilmore. Y.H. "Exercise in health and disease (and Ed). Philadelphia: W.B. Saunders. 1990
14. WWW.AcademicmemoriaEde/web/students/bede long/modules/page 8.html
15. Jakicic. J.M. Donnelly .J.E. et al "Association between blood lipids and different measures of body fat distribution". *International Journal of obesity* ,1993,17:PP:31 – 137.
16. Hammer. L.D ,Wilson.D.M, et al. "Impact of pubertal development on body fat distribution among white, Hispanic and ..." *Journal of pediatrics*. 1981 ,188: PP: 975 - 980
17. Kaye.S.A. Folosom. A.R. Jacobs. D.R, et al. "Psychosocial correlates of body fat distribution in Black and white young adult" *International Journal of obesity* , 1993, 17: PP 271 - 277
18. Teixria P.J. Sardinaha L.B, going S.B and Lohman T.G. Total and Regional fat serum Cardiovascular disease risk factors in lean and obese children and adolescents. *Obesity Research* 2001; Vol.9, PP.432-442
19. Tanaka S, Togashi K, Rankinen T, Perusse L, Leon A et al. Is adiposity at normal body weight? Relevant for cardiovascular disease risk? *Int J Obes Relat Metab Disord* 2002 February; Vol.26, No.2, PP.176-183.
20. Heyward. V.h, stolar czyk. L.m. "applied body composition assessment, human kinetics. 1996.
21. National institutes of health, "health implications of obesity, annals of international medicine 1985,103, pp: 1073-1077.
22. www.tamu cc.edu/kin web/ 4312/lab/5.html.
23. Ghodoosi K. Ghaneyi M. Baharloo S. khodmi vishte H, Body mass index in veterans with chronic Brvnshytl , *Journal of Endocrinology and Metabolism*, Volume 4, Number 3(2007); PP: 285-290
24. Ghazanfari Z. Ghazanfari T. Yaraei R. Amini R. Ghaderi S. Piraste A. Mohseni S. Naghizade M. Faghhih zade S, The relationship between physical activity and body mass index in a chemical warfare agent veterans 20 years after exposure, *Journal - Medical veteran*, first, the second number(2009); PP: 2-9
25. Rhmati F. Tabrizi y. Shidfar F. Habibi F. Jafari R , the prevalence of obesity and its association with hypertension in students of Tehran University-Quarterly monitoring, the third year the number (2001); PP: 123-130
26. Han T.S. E.M. Van Ler, J.C. Seidell and M.E. J. Lern, Waist "Circumference action levels in the identification of cardiovascular risk factors: per=ravalenced study in a random sample". *BMI* 1995, 311:PP: 1401_5
27. Hergenc G, H. Schulte, G. Assmann and A. " Von Eckardstein, With HDL. Cholesterol levels in Turkish and German individuals". *Atherosclerosis* 1999" 145: pp: 147- 59
28. Lahti – koski M. P. "Pietien and E.Vartinen, Trends in waist to hip ratio and its determinants in adults in Finland from 187 to 1997". *Am. J.Clin. Nutri*, Dec 2000, 72 (6): PP:1436 - 1444
29. Naeini M. Dorosti motlagh A. Aghdak P. Checking Of obesity, low weight, elderly and factors associated with BMI ,WHR, PBF the use of city indexes *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*, Volume 52, Number 52;(2006); PP: 117-123
30. Onat A. V. Sansory and O. Uysal , "Waist Circumference and waist to hip ratio in Turkish adults: inter relation with other risk factors and association with cardiovascular disease". *Int. J. Cardio*. Jul 1999 ,1,70 (1): PP: 43 – 50
31. Paccaud F.V. Schluter – Fasmyer, V. Wietlisbach and P.Bovet, "Dylipidemia and abdominal obesity: An assessment in three general populations". *J. Clin. Epidemiol*. Apr 2000 , 53(4):pp: 393 – 400
32. Hamedinia M. Rezaei S. Some risk factors associated with physical activity and body fat percentage cardio - vascular university faculty members in the Teacher Training Blog - rivacy *Journal. Faculty of Medical Sciences and Health Services Blog, the Eleventh* (2007); PP: 34-40 .
33. Gharakhanloo R. Gaeyni A. Peyghoon A. Standardization waist-to-hip ratio for men over 40 years to the city of Ahvaz and its association with cardiovascular risk factors - diabetes and cardiovascular Olympic Journal ,Tenth year, 3 and 4,(2002); pp: 59-73
34. Gaeyni A. Lameyi T. The relationship between percent body fat (% BF) and body mass index (BMI), and the ratio of waist to hip circumference (WHR) women over fifteen years in Tehran ; *Harkat Journal*;(2002); No 17; pp: 95-105
35. Agha alinezhad H. Gharakhanloo R. Toofigh A. Standardization bmi, whr, wc and percent body fat in men 30 to 55 years old Tehran; *Harkat Journal*; No 20; (2003); pp: 113-134