تطبيق نموذج الاعتقاد الصحي: برنامج إلكتروني لتعزيز صحة الفم لدى الحوامل

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 18, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تطبيق نموذج الاعتقاد الصحي: برنامج إلكتروني لتعزيز صحة الفم لدى الحوامل. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=120900

ARABPSYCHOLOGY.COM

هل تعلمين أن صحة الفم أثناء الحمل ليست مجرد مسألة جمالية، بل هي نافذة على صحة الأم والجنين؟ غالبًا ما تُهمل العناية بالأسنان خلال هذه الفترة الحساسة، ليس بسبب الإهمال المتعمد، بل بسبب نقص الوعي أو الاعتقاد الخاطئ بأن مشاكل الأسنان لا يمكن علاجها أثناء الحمل. هذا الاعتقاد، بالإضافة إلى التحديات الأخرى التي تواجهها الأم الحامل، يمكن أن يؤدي إلى تفاقم مشاكل صحة الفم، والتي بدورها قد تؤثر سلبًا على صحة الجنين. دراسة حديثة تسلط الضوء على محاولة مبتكرة للتغلب على هذه المشكلة من خلال استخدام التعليم عبر الإنترنت، ولكن النتائج تثير تساؤلات مهمة حول كيفية تحويل المعرفة إلى سلوك فعلي.

الإطار النظري

تستند هذه الدراسة إلى "نموذج الاعتقاد الصحي" (Health Belief Model - HBM)، وهو إطار نظري يستخدم على نطاق واسع في مجال الصحة العامة لفهم وشرح السلوكيات الصحية الوقائية. يعتمد هذا النموذج على فكرة أن سلوك الفرد يتأثر بإدراكه لعدة عوامل، أهمها: الإحساس بالتهديد (Perceived Susceptibility) - أي مدى اعتقاد الفرد بأنه عرضة للإصابة بمرض معين؛ وشدة المرض (Perceived Severity) - أي مدى خطورة المرض وتأثيره على حياته؛ وفوائد الإجراء الوقائي (Perceived Benefits) - أي مدى اعتقاد الفرد بأن الإجراء الوقائي سيحميه من المرض؛ وعقبات الإجراء الوقائي (Perceived Barriers) - أي الصعوبات والتحديات التي تواجه الفرد عند محاولة اتخاذ الإجراء الوقائي؛ والإشارات للعمل (Cues to Action) - أي المحفزات التي تدفع الفرد إلى اتخاذ الإجراء الوقائي؛ والثقة بالذات (Self-Efficacy) - أي مدى ثقة الفرد بقدرته على اتخاذ الإجراء الوقائي بنجاح. بعبارة أخرى، يمكن تشبيه هذا النموذج بوزن كفة: إذا كانت فوائد الإجراء الوقائي تفوق العقبات، وكان الفرد يشعر بالتهديد ويثق بقدرته على اتخاذ الإجراء، فمن المرجح أن يتخذ هذا الإجراء. في سياق صحة الفم، يهدف نموذج الاعتقاد الصحي إلى فهم لماذا قد تختار الأم الحامل عدم العناية بأسنانها، وما هي العوامل التي يمكن أن تشجعها على تبني سلوكيات وقائية.

الأسس النفسية للسلوك الوقائي

بالإضافة إلى نموذج الاعتقاد الصحي، يمكن فهم السلوك الوقائي من منظور نظريات أخرى في علم النفس، مثل نظرية السلوك المخطط (Theory of Planned Behavior) التي تؤكد على دور النوايا في تحديد السلوك، ونظرية التعلم الاجتماعي (Social Learning Theory) التي تشير إلى أن السلوكيات يتم تعلمها من خلال الملاحظة والتقليد. كما أن العوامل العاطفية، مثل القلق والخوف، يمكن أن تلعب دورًا كبيرًا في تحديد سلوك الفرد تجاه صحته. فقد تخشى الأم الحامل من زيارة طبيب الأسنان بسبب القلق من الألم أو الخوف من تأثير العلاج على الجنين. لذلك، فإن أي تدخل يهدف إلى تعزيز السلوكيات الصحية الوقائية يجب أن يأخذ في الاعتبار هذه العوامل النفسية والعاطفية.

المنهجية

أجرت الباحثة خيراندیش (Kheirandish) دراستها على مجموعة من النساء الحوامل. تم تقسيم المشاركات عشوائيًا إلى مجموعتين: مجموعة تلقت برنامجًا تعليميًا عبر الإنترنت حول صحة الفم، ومجموعة أخرى تلقت الرعاية الروتينية المعتادة. الهدف من البرنامج التعليمي عبر الإنترنت هو زيادة وعي النساء الحوامل بأهمية صحة الفم أثناء الحمل، وتزويدهن بالمعلومات اللازمة حول كيفية الوقاية من تسوس الأسنان وأمراض اللثة. تم تصميم البرنامج التعليمي بناءً على نموذج الاعتقاد الصحي، حيث تم التركيز على زيادة إدراك المشاركات لخطورة مشاكل صحة الفم، وفوائد العناية بالأسنان، وتقليل العقبات التي تواجههن. تم قياس المعرفة والاعتقادات الصحية لدى المشاركات قبل وبعد التدخل باستخدام استبيانات. كما تم تقييم السلوكيات الوقائية، مثل تنظيف الأسنان بالفرشاة والخيط، وزيارة طبيب الأسنان، من

ARABPSYCHOLOGY.COM

خلال استبيانات وتقارير ذاتية. المنهجية المستخدمة في هذه الدراسة تعتبر قوية نسبيًا، حيث تم استخدام التوزيع العشوائي للمشاركات لضمان عدم وجود تحيز، واستخدام استبيانات موحدة لجمع البيانات. ومع ذلك، فإن الاعتماد على التقارير الذاتية لتقييم السلوكيات الوقائية قد يكون له بعض القيود، حيث قد تميل المشاركات إلى المبالغة في الإبلاغ عن سلوكياتهن الإيجابية.

النتائج

أظهرت النتائج أن البرنامج التعليمي عبر الإنترنت نجح في زيادة معرفة النساء الحوامل حول صحة الفم، وتعزيز اعتقادهن بأهمية العناية بالأسنان. ولكن، بشكل مفاجئ، لم يسفر البرنامج عن تحسن كبير في السلوكيات الوقائية مقارنة بالرعاية الروتينية. هذا يعني أن زيادة المعرفة والاعتقادات الصحية لم تترجم بالضرورة إلى تغيير في السلوك الفعلي. قد يكون هناك عدة تفسيرات لهذه النتيجة. أولاً، قد تكون العقبات التي تواجه النساء الحوامل في تبني سلوكيات وقائية، مثل ضيق الوقت والتكلفة، أكبر من الفوائد التي يدركنها. ثانيًا، قد تكون الثقة بالذات لدى النساء الحوامل في قدرتهن على العناية بأسنانهن منخفضة. ثالثًا، قد تكون هناك عوامل أخرى، مثل الدعم الاجتماعي والثقافة، تؤثر على سلوكياتهن. تشير هذه النتائج إلى أن مجرد توفير المعلومات ليس كافيًا لتغيير السلوك، بل يجب معالجة العوامل الأخرى التي تؤثر على السلوك.

التأثيرات السريرية والعملية

تثير هذه الدراسة تساؤلات مهمة حول كيفية تصميم تدخلات فعالة لتعزيز صحة الفم لدى النساء الحوامل. يجب أن لا يقتصر التدخل على توفير المعلومات، بل يجب أن يتضمن استراتيجيات لمعالجة العقبات التي تواجه النساء الحوامل، وزيادة ثقتهن بأنفسهن، وتوفير الدعم الاجتماعي اللازم. على سبيل المثال، يمكن تقديم خدمات صحة الفم المجانية أو منخفضة التكلفة للنساء الحوامل، وتوفير مواعيد مرنة في عيادات الأسنان، وتدريب مقدمي الرعاية الصحية على تقديم المشورة حول صحة الفم. كما يمكن استخدام وسائل الإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي لنشر رسائل توعية حول أهمية صحة الفم أثناء الحمل. بالنسبة للأطباء النفسيين والمعالجين، يمكن أن تساعد هذه النتائج في فهم التحديات التي تواجه المرضى عند محاولة تبني سلوكيات صحية، وتطوير استراتيجيات لمساعدتهم على التغلب على هذه التحديات. فقد يحتاج المريض إلى مساعدة في تحديد العقبات التي تواجهه، وتطوير خطة عمل واقعية، وبناء الثقة بالنفس.

السياق الثقافي العربي

في العالم العربي، قد تكون هناك تحديات إضافية تواجه النساء الحوامل في الحصول على الرعاية الصحية الفموية. قد يكون هناك نقص في الوعي بأهمية صحة الفم، أو وصمة عار مرتبطة بزيارة طبيب الأسنان. كما أن العوامل الاجتماعية والاقتصادية، مثل الفقر والتعليم المحدود، قد تحد من قدرة النساء الحوامل على الوصول إلى خدمات صحة الفم. بالإضافة إلى ذلك، قد تكون هناك اختلافات ثقافية في المعتقدات والممارسات المتعلقة بصحة الفم. على سبيل المثال، قد تفضل بعض النساء الحوامل استخدام العلاجات التقليدية بدلاً من العلاجات الطبية الحديثة. لذلك، يجب أن تكون التدخلات التي تهدف إلى تعزيز صحة الفم لدى النساء الحوامل في العالم العربي حساسة ثقافيًا، وتأخذ في الاعتبار هذه العوامل. يجب أن يتم تصميم التدخلات بالتعاون مع المجتمعات المحلية، واستخدام لغة بسيطة وواضحة، وتجنب استخدام الصور أو الرسائل التي قد تكون مسيئة أو غير مناسبة ثقافيًا. كما يجب أن يتم توفير التدخلات بلغات متعددة، وتوفير الدعم الاجتماعي اللازم للنساء الحوامل.

ARABPSYCHOLOGY.COM

آفاق مستقبلية وقيود الدراسة

تشير هذه الدراسة إلى أن هناك حاجة إلى مزيد من البحث لفهم كيفية تحويل المعرفة الصحية إلى سلوك فعلي. يجب إجراء دراسات مستقبلية لاستكشاف العوامل التي تؤثر على السلوكيات الوقائية لدى النساء الحوامل، وتطوير تدخلات أكثر فعالية. يمكن استخدام طرق بحثية متنوعة، مثل الدرا

Recommended Academic Training

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

أخلاقيات مهنة التعليمView Course → اصول التربية والتعليمView Course → التربية البيئية والتنمية المستدامةView Course →

Reference

Kheirandish S. (2026). *The effect of web-based educational intervention on caries-preventive* oral health *behaviors in pregnant women: an application of the health belief model*. BMC Public Health, 26(1).

DOI: 10.1186/s12889-026-26315-6

ARABPSYCHOLOGY.COM