

مطابقت سازه‌های مدل اعتقاد بهداشتی (HBM) با کتاب قرآن در مورد سلامت و پیشگیری: مطالعه مروری

مجتبی فتاحی اردکانی^۱، ولی بهره‌ور^۲، مرادعلی زارعی‌پور^۳

چکیده

زمینه و هدف: قرآن نه تنها یک راهنما و هدایت‌گر در امور عبادی و اخلاقی است بلکه به صورت گسترده‌تر نیز به موضوعات دیگری از جمله سلامتی و بهداشت توجه می‌کند. این مطالعه با هدف مروری بر اهمیت سلامت و پیشگیری در قرآن بر اساس مدل اعتقاد بهداشتی انجام گرفت.

مواد و روش‌ها: این پژوهش بر مبنای روش تحلیل محتوای کیفی به شیوه تحلیل و تفسیر مفهومی از متن قرآن و تفاسیر برای دست‌یافتن به الگویی کاربردی از به‌کارگیری سازه‌های مدل اعتقاد بهداشتی در قرآن انجام گرفته است.

یافته‌ها: بر اساس نتایج به‌دست‌آمده در قرآن کریم به تمامی سازه‌های مدل اعتقاد بهداشتی: حساسیت و شدت درک‌شده، موانع و منافع درک‌شده، خودکارآمدی و راهنمای عمل اشاره شده است. به طوری که اهمیت توجه به جسم و روان در ارتقای سلامت به حساسیت درک‌شده، پندارها و اخطارهای آیات قرآنی به‌شدت درک‌شده، رسیدن به سعادت و بهشت برین به منافع درک‌شده، کارهای کم‌ارزش بسیار بهادادن به موانع درک‌شده، توانایی افراد به‌عنوان ایمان‌آوردندگان به خودکارآمدی درک‌شده، و نهایتاً عمل به توصیه پیشروان دینی و قرآن با راهنمای عمل مدل اعتقاد بهداشتی همسانی دارند.

نتیجه‌گیری: قرآن کریم به‌عنوان راهنمای سعادت انسان‌ها در این دنیا و آخرت با مدل‌های انسان‌ساخته‌ای که برای ارتقای سلامت افراد است، همسانی دارد و می‌توان گفت به همه آیتم‌ها و عوامل مؤثر بر سعادت فردی و اجتماعی انسان‌ها اشاره داشته است.

کلیدواژه‌ها: مدل اعتقاد بهداشتی، کتاب قرآن، سلامت، پیشگیری، مطالعه مروری

۱. دکترای تخصصی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، مرکز آموزش مدام، دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد، یزد، ایران
۲. دانشجوی دکترای تخصصی سالمندشناسی، گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد و گروه سالمندشناسی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران
۳. نویسنده مسئول. استادیار، دکترای تخصصی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، گروه بهداشت عمومی، دانشکده علوم پزشکی خوی، خوی، ایران z.morad@yahoo.com

مقدمه

قرآن، به‌عنوان کتاب مقدس اسلام، نه‌تنها یک راهنما و هدایت‌گر در امور عبادی و اخلاقی است بلکه به‌صورت گسترده‌تر نیز به موضوعات دیگری از جمله سلامتی و بهداشت توجه می‌کند. در حقیقت، قرآن کتابی است که شامل اصول و راهکارهای دقیقی درباره سلامتی جسمی و روحی انسان می‌باشد (۱، ۲). قرآن به شیوه‌های مختلف مانند ارائه سنت‌های سالم اسلامی، مشاوره‌های بهداشتی، توصیه‌های سلامت روحی و حتی نصیحت‌ها درباره تغذیه صحیح و تمرینات بدنی اشاره می‌کند. این کتاب مقدس بر اهمیت حفظ سلامتی برای دستیابی به زندگی بهتر و خدمت به مردم تأکید دارد (۳) و اشاره‌های متعددی درباره سلامتی و رفتارهای ارتقادهنده سلامت در این کتاب آسمانی وجود دارد (۴). باورهای دینی در سلامت جسمی و روانی انسان تأثیر دارد و با توجه به تأثیر ایمان و اعتقاد بر سلامت و بیماری، واکنش‌های درونی و فرایندها می‌تواند فرد را در مقابل بیماری‌ها توانمند سازد. کلیه مواردی که خداوند و رفتار حضرت محمد (ص) درباره پاکیزگی و حفظ سلامتی صادر شده است، در پیشگیری از بیماری‌ها نقش مؤثری دارند (۴، ۵). اسلام بر اساس کلام خداوند و رفتار پیامبر (ص) به‌عنوان الگوهای واقعی انسانیت با توجه به ارزش وجودی انسان و ضرورت حیات و سلامت و کرامت او، رهنمودهایی برای زندگی و کار سالم ارائه کرده و بر پیشگیری و اصلاح شیوه زندگی و دوری از گناه تأکید کرده است تا فرد با به‌کار بستن آنها بتواند مسیر تکاملی خود را بهتر ببیند. پاداش و جزا را نیز به‌عنوان پشتوانه آن در نظر گرفته است (۶، ۷). قرآن کریم به‌عنوان معجزه جاوید که بُعد علمی بودن را نیز دربردارد؛ یکی از مصادیق مهم تعالیم دینی است که آموزه‌هایش به نوعی یک مجموعه راهکارها و درمان‌های صحیح، قطعی و یقینی در حیطه‌های مختلف سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی دارد که انسان را از هر نوع آسیب‌های جسمی، روحی

و روانی مصون می‌دارد (۶). به‌طور کلی، سلامت جسمی و روحی در قرآن به‌عنوان نعمتی از سوی خداوند مورد تأکید قرار می‌گیرد و تشویق می‌شود (۸، ۹) تا از جسممان مراقبت کنیم و به راه‌هایی همچون تغذیه سالم، ورزش، حسن نیت، احساس قربت به خداوند و ترغیب به کارهای شایسته متوجه شویم (۱۰). علاوه بر این، در قرآن کریم آیات بسیاری درباره زندگی سالم، روان‌شناسی، روحانیت و ارتباط با خداوند وجود دارد که می‌توانند به بهبود سلامت جسمی و روحی مان کمک کنند (۱۱). قرآن در موارد مختلف بهداشتی نیز توصیه‌ها و آموزه‌های ارزشمندی ارائه می‌دهد. برای مثال، قرآن تأکید دارد که تمیزی بدن و محیط زندگی از اهمیت بالایی برخوردار است. رعایت بهداشت شخصی، شستشوی دست‌ها پیش از غذا خوردن، پوشش مناسب برای حفظ سلامتی و ... از جمله مواردی هستند که در قرآن به آن‌ها اشاره شده است (۱۲). از آنجایی که بهداشت جزء اهمیت‌های بنیادین انسان است، پیروی از این توصیه‌ها می‌تواند به بهبود کیفیت زندگی کمک کند (۱۳).

پیشگیری از بیماری‌ها و حفظ سلامتی انسان از جمله موضوعاتی است که در قرآن و تفسیر آن به‌طور مکرر مورد توجه قرار گرفته است (۱۴). از سوی دیگر، مدل اعتقاد بهداشتی به‌عنوان یک فرایند روان‌شناختی و اجتماعی نیز در مطالعات بهداشتی مطرح شده است. مدل اعتقاد بهداشتی از سازه‌های درک خطر، منافع و موانع درک‌شده و خودکارآمدی تشکیل شده است (۱۵). بر اساس این مدل افراد چنانچه نسبت به یک موضوعی احساس خطر کنند رفتار پرخطر را ترک می‌کنند. همچنین رفتار پرخطر به عوامل دیگری همانند منافع و موانع درک‌شده نیز بستگی دارد. چنانچه منافع درک‌شده از انجام نشدن رفتار پرخطر بیشتر از موانع ترک رفتار پرخطر باشد فرد براساس موازنه تصمیم‌گیری خود رفتار پرخطر را انجام نخواهد داد (۱۶). همچنین انجام شدن یا نشدن رفتار



۱۴۰۲ انجام گرفت.

یافته‌ها

آیات متعددی به بحث نگرش مثبت به سلامتی و پیشگیری اظهار داشته است. در آیه ۱۹۵ سوره بقره «وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ» خداوند توصیه می‌کند که به دست خودتان در راه هلاک نیفتید و تعادل و میانه‌روی را توصیه می‌کند. اگرچه در این آیه به موضوع انفاق اشاره دارد اما به بحث میانه‌روی نیز اشاره شده است و میانه‌روی را در همه امور توصیه می‌کند. همچنین این موضوع به آمادگی در نبرد اشاره دارد و به آماده‌شدن برای جنگ توصیه می‌کند و به نوعی پیشگیری در خطر افتادن با به‌کارگیری تجهیزات را توصیه می‌کند. بنابراین این آیات به اهمیت سلامت اشاره دارد که با سازه نگرش مثبت به سلامتی و اهمیت پیشگیری در خطر افتادن را تأکید دارد. همچنین در آیه ۳۱ سوره اعراف و سوره مائده آیه ۹۰ خداوند متعال به موضوع پیروی از سبک زندگی سالم و نهی از مصرف مشروبات الکلی و مواد مخدر داده است. همچنین آیه ۳۱ سوره نساء به اهمیت توجه به خود و جلوگیری از آسیب به خود اشاره دارد: «وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بَكْمَ رَحِيمًا» به نوعی اشاره توجه به خود اشاره دارد. همچنین آیه «قُلْ مَنْ يَرْزُقْكُمْ مِنَ السَّمَاءِ وَ الْأَرْضِ أَمْ مَنْ يَمْلِكُ السَّمْعَ وَ الْأَبْصَارَ وَ مَنْ يُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَمِيتِ وَ يَخْرِجُ الْمَمِيتَ مِنَ الْحَيِّ وَ مَنْ يُدَبِّرُ الْأَمْرَ فَسَيَقُولُونَ اللَّهُ فَقُلْ أَفَلَا تَتَّقُونَ» به موضوع مالکیت اعضای انسان در دست خداست و انسان امانت‌دار است اشاره دارد و به نوعی به اهمیت توجه به بدن و حفظ و پاسداشت آن یکی از وظایف انسان می‌داند. بنابراین به اهمیت توجه به سلامت اشاره دارد که با ایجاد این نگرش که سالم‌بودن و توجه به سلامتی باید یکی از باورهای افراد باشند تأکید می‌کند. بنابراین این توصیه‌های قرآنی با سازه نگرش مدل اعتقاد بهداشتی همخوانی دارد. سازه نگرش

بستگی به میزان خودکارآمدی فرد از نداشتن رفتار پرخطر یا رفتار ارتقادهنده سلامت است. خودکارآمدی به میزان درک فرد از توانایی انجام رفتار تعریف می‌گردد (۱۷). کتاب مذهبی قرآن که به‌عنوان آخرین کتاب فرستاده‌شده از سوی خداوند برای راهنمایی انسان می‌باشد توصیه‌های مکرری نسبت به انجام رفتارهای انسان‌دوستانه یا بشردوستانه کرده است. مطالعات انجام‌شده نشان داده است که مدل اعتقاد بهداشتی یکی از مدل‌های مؤثر در پیشگیری از رفتارهای پرخطر می‌باشد. بنابراین با توجه به اهمیت این مدل این مقاله سعی دارد تا میزان مطابقت سوره‌های قرآنی با مفاهیم و اصول مدل اعتقاد بهداشتی را بررسی کند و نقاط مشترک و تطابق‌های میان این دورا مورد بررسی قرار دهد.

روش بررسی

برای بررسی میزان تطابق آیات قرآنی با مدل اعتقاد بهداشتی، از روش تحلیل محتوی استفاده گردید. این پژوهش بر مبنای روش تحلیل محتوی کیفی به شیوه تحلیل و تفسیر مفهومی از متن قرآن و تفاسیر در راستای رسیدن به الگویی کاربردی از به‌کارگیری سازه‌های مدل اعتقاد بهداشتی در قرآن انجام گرفته است (تحلیل متن). در این بخش، جامعه آماری، مجموعه آیات قرآن کریم بود که به شیوه نمونه‌گیری هدفمند به‌عنوان روش رایج در تحلیل محتوی کیفی به استخراج واحدهای معنایی پرداخته شد که به توصیف ساختار مدل اعتقاد بهداشتی در بحث پیشگیری می‌پرداخت. در این روش آیات قرآنی با مفاهیم و تعاریف سازه‌های مدل اعتقاد بهداشتی مورد بررسی قرار گرفت و بر اساس آن و تفاسیر موجود بیشتر بررسی بیشتر شد و با چند تن از علما مشورت شد. محققان با توجه به تسلط به مدل اعتقاد بهداشتی آیات قرآنی مرتبط با پیشگیری اعم از پیشگیری جسمانی، روحی- روانی و اجتماعی بررسی کردند. این مطالعه در خرداد ماه ۱۴۰۲ الی شهریور ماه

مطابقت سازه‌های مدل اعتقاد بهداشتی...

از دو سازه حساسیت درک‌شده و شدت درک‌شده تشکیل شده است. همان‌گونه که در آیات قبلی نیز اشاره شده است ایجاد حساسیت به اهمیت سلامت و همچنین ایجاد خطرات ناشی از نداشتن رفتار صحیح نیز در قرآن اشاره شده است. همانند آیه ۱۷۳ سوره بقره «إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالْدَّمَ وَالْحِمَّ الْخَنِزِيرَ وَمَا أُهْلِيَ بِهِ لِغَيْرِ اللَّهِ» که در این آیه به موضوع حرام‌بودن گوشت مردار و گوشت خوک اشاره شده است. در این آیه اهمیت ممانعت مصرف مواد و غذاهای ناپسند و مضر اشاره دارد. بنابراین قرآن به نوعی خطرات ناشی از مصرف و آشامیدنی‌های مضر اشاره دارد و تأکید می‌کند که با توجه به خطرانی که ناشی از استفاده از این گونه غذاها و مواد خوراکی وجود دارد نباید مصرف شود. بنابراین با توجه به اهمیت سلامت جسم و روان قرآن کریم در بسیاری از موارد نهی از رفتارهایی همانند مصرف شراب، گوشت مردار و موارد دیگر بیان کرده است که اهمیت سلامت جسمی و روانی را از منظر قرآن نشان می‌دهد که با سازه‌های حساسیت درک‌شده، شدت درک‌شده، مزایای درک‌شده مدل اعتقاد بهداشتی مطابقت دارد. یکی دیگر از سازه‌های مدل اعتقاد بهداشتی، بحث خودکارآمدی است. خودکارآمدی که به معنی درک فرد از توانایی انجام کار است می‌تواند افراد را به انجام رفتارهای صحیح بهداشتی ترغیب کند و در عین حال از انجام رفتارهای نادرست بازدارد. از این‌رو این موضوع از اهمیت بالایی در انجام رفتارهای صحیح مرتبط با سلامت یا نداشتن انجام رفتارهای نادرست مرتبط با سلامت دارد. آیات قرآنی تلویحاً به این موضوع اشاره داشتند. قرآن به انسان توصیه می‌کند که به‌عنوان خلیفه خداوند بر روی زمین، مسئولیت اجتماعی و شخصی خود را به‌خوبی بپذیرد و از توانایی‌ها و منابع خود به بهترین نحو استفاده کند. این توانایی‌ها شامل همه جوانب زندگی از جمله سلامت روحی و جسمی، رفتارهای تغذیه‌ای صحیح، فعالیت بدنی منظم و داشتن روابط اجتماعی مثبت می‌شود. بنابراین، خودکارآمدی از دیدگاه قرآن، نه‌تنها

به‌عنوان یک مجموعه از مهارت‌ها و توانایی‌ها، بلکه به‌عنوان یک ارزش اخلاقی نیز مورد تأکید و تشویق قرار می‌گیرد که به ارتقای سلامت انسان در تمامی ابعاد زندگی کمک می‌کند. آیه ۶۹ سوره عنکبوت می‌فرماید: «وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لِنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْإِمْحَانِ» و کسانی که در راه ما (تلاش و) جهاد کردند، راه‌های (قرب به) خود را به آنان نشان خواهیم داد و همانا خداوند با نیکوکاران است. راه رسیدن به هدایت ویژه الهی، تلاش لازم است و باید گام اول را خود انسان بردارد. بنابراین بدون اعتماد به خود و خدای خود این امر امکان‌پذیر نیست. همچنین در آیه ۹۷ سوره نحل «مَنْ عَمِلْ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ» ایمان را شرط موفقیت می‌داند. ایمان به معنی اتکا به افکار خود که از دستورات الهی نشأت گرفته است که مایه آرامش و سعادت دنیوی و اخروی می‌گردد. کسانی که به اعمال خود ایمان ندارند و تحت تأثیر امیال و توصیه‌های دیگر افراد می‌گردند، نمی‌توانند رفتار شایسته را شروع یا به پایان برسانند. لذا با توجه به اهمیت خودکارآمدی در مدل اعتقاد بهداشتی به‌عنوان یکی از سازه‌های مهم در پیشگیری از رفتار پرخطر قرآن کریم نیز بر اهمیت توجه به رفتار و پایبندی به اصول الهی در سعادت دنیا و آخرت با موضوع خودکارآمدی این سازه همسانی دارد. یکی از سازه‌های دیگر مدل اعتقاد بهداشتی به موضوع راهنمای عمل اشاره دارد. در قرآن کریم نیز پیروی از دستورات الهی، پیروی از توصیه‌های انسان‌های نیک را تنها راه هدایت انسان‌ها به راه مستقیم و سعادت از ارسال پیامبران هدایت انسان‌ها به راه مستقیم و سعادت اخروی است. همچنین آیات قرآنی به اهمیت توجه به اخبار موثق و پیروی نکردن از هر گونه خبر اشاره می‌کند. سوره مبارکه حجرات آیه ۶ «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَن تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُصِحِّبُوا عَلَىٰ مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ» به این موضوع اشاره دارد. ای کسانی که ایمان آورده‌اید اگر فاسقی

برای شما خبری آورد، تحقیق کنید تا مبادا ندانسته به گروهی بی‌گناه حمله کنید و بعد که اطلاع پیدا کردید از کار خود پشیمان شوید. سوره نساء آیه ۵۹: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِي الْأَمْرِ مِنْكُمْ فَإِن تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ وَالرَّسُولِ إِن كُنتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ذَلِكَ خَيْرٌ وَأَجْسَنُ تَأْوِيلًا» ای اهل ایمان، فرمان خدا و رسول و فرمانداران (از طرف خدا و رسول) که از خود شما هستند اطاعت کنید، پس اگر در چیزی کار به نزاع کشد آن را به حکم خدا و رسول بازگردانید اگر به خدا و روز قیامت ایمان دارید. این کار برای شما بهتر و خوش‌عاقبت‌تر خواهد بود. همچنین آیه ۲۸۵ سوره بقره می‌فرماید: «مَنْ الرُّسُولِ بَمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلِّ آمَنَ بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَ كِتَابِهِ وَ تُبَلِّغُهُ لَّا يُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِنْ رُسُلِهِ وَ قَالُوا سَمِعْنَا وَ أَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَ إِلَيْكَ الْمَصِيرُ» پیامبر به آنچه از سوی پروردگارش بر او نازل شده ایمان دارد و همه مؤمنان (نیز) به خدا و فرشتگان و کتاب‌ها (ی آسمانی) و فرستادگانش ایمان دارند (و می‌گویند): ما میان هیچ‌یک از پیامبران او فرق نمی‌گذاریم (و به همگی ایمان داریم) و گفتند: ما (ندای حق را) شنیدیم و اطاعت کردیم، پروردگارا! آموزش تو را (خواه‌انیم) و بازگشت (ما) به سوی توست. بنابراین در این آیه نیز تمسک به آیات قرآنی و فرستادگانش را راه سعادت دنیا و آخرت می‌داند. لذا با توجه به موارد بیان‌شده پیشگیری از رفتارهای پرخطر و توصیه به رفتارهای ارتقادهنده سلامت نیز در قرآن نیز تأکید شده است که در سازه‌های مدل اعتقاد بهداشتی نیز همسانی دارد.

وَ لَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَ لَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَ لَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمِعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْإِِبَاعِمْ بِالْهُمِ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ (سوره الأعراف، آیه ۱۷۹) یقیناً، گروه بسیاری از جن و انس را برای دوزخ آفریدیم، آنها دل‌ها (عقل‌ها)یی دارند که با آن (اندیشه نمی‌کنند و) نمی‌فهمند و چشمانی که با آن نمی‌بینند و گوش‌هایی که با

آن نمی‌شنوند؛ آنها مانند چهارپایانند بلکه گمراه‌تر! اینان همان غافلانند (زیرا با داشتن همه‌گونه امکانات هدایت، باز هم گمراهند). قرآن کریم در آیه فوق یکی از عوامل مهم بدبختی بسیاری از انسان‌ها را فراموشی و غفلت می‌داند زیرا غافلان، چشمه آب حیات، کنار دستشان است ولی از تشنگی فریاد می‌کشند، درهای سعادت به رویشان باز است اما حتی به آن نگاه نمی‌کنند، آنها با دست خود وسایل بدبختی خویش را فراهم می‌سازند و نعمت‌های گرانبهای عقل و چشم و گوش را به هدر می‌دهند. این آیه به موانع درک‌شده مدل اعتقاد بهداشتی اشاره دارد. یکی از مهم‌ترین دلایلی که مردم رفتارهای سلامتی خود را تغییر نمی‌دهند این است که فکر می‌کنند انجام این کار سخت خواهد بود. تغییر رفتارهای سلامتی نیاز به صرف تلاش، درد و ناراحتی، هزینه و وقت دارد که اینها از موانع درک‌شده می‌باشد. در این آیه هم با اینکه فرد توانایی انجام را دارد اما توجه بیش از حد به امور ناپایدار زندگی، وسایل زندگی را هدف تلقی کردن، از جمله عواملی هستند که موجبات غفلت انسان را فراهم می‌آورند. کسی که به امور کم‌ارزش بسیار بها دهد و به امور بسیار باارزش بهای کم بدهد، ناگزیر از رشد و کمال باز خواهد ماند. هوا و هوس‌ها، زیور و زینت‌های دنیوی، فخرفروشی‌ها و خلاصه اسارت در بند نفس اماره از عوامل غفلت‌زا و بازدارنده انسان از رشد و کمال و سعادت می‌باشد.

بحث

قرآن آخرین کتاب آسمانی است که برای هدایت انسان‌ها از سوی خداوند کریم و به‌وسیله پیامبر اکرم (ص) ترویج پیدا کرده است. در علوم بهداشتی و روان‌شناسی رفتارهای انسان‌ها بر اساس تئوری‌ها که بر اساس پژوهش‌های متعدد انجام شده و مورد تأیید قرار گرفته است. یکی از مدل‌ها، مدل اعتقاد بهداشتی است که بر اساس چند تئوری به‌وجود آمده است. هدف از این پژوهش، مطابقت مدل اعتقاد بهداشتی با

مطابقت سازه‌های مدل اعتقاد بهداشتی...

کتاب قرآن بود. بر اساس نتایج به دست آمده سازه حساسیت درک شده با توصیه‌ها و مطالب قرآن، همسانی دارد. حساسیت درک شده که به اهمیت توجه به جسم و روان در ارتقای سلامت می‌باشد در قرآن نیز به آن اشاره شده است و حساسیت نسبت به سلامت اعم از جسمی و روانی اشاره دارد. بنابراین قرآن کریم به توجه به خویشتن، جلوگیری از از بین بردن خود و همچنین مهم شمردن نعمت سلامتی تأکید دارد. بر اساس این سازه، افرادی که نسبت به یک موقعیت آگاهی دارند و آن را مهم بشمارند قطعاً رفتار متناسب با آن انجام می‌دهند که با آیات قرآنی همسانی دارد. همچنین در آیات قرآنی نسبت به خطرات انجام برخی از رفتارها همانند مصرف مشروبات یا گوشت خوک گوشزد کرده است که سلامت جسم و روان را به خطر می‌اندازد. پندارها و اخطارهای انجام شده از سوی آیات قرآنی با سازه شدت درک شده همسانی دارد. بر اساس مدل اعتقاد بهداشتی، چنانچه افراد از شدت خطرهای ناشی از انجام شدن یا نشدن رفتار پرخطر با آن روبه‌رو می‌گردند از احتمال انجام رفتار پرخطر کاسته می‌گردد که در بیشتر آیات قرآنی به آن اشاره شده است. بنابراین می‌توان گفت قرآن کریم نیز به این موضوع روان‌شناسانه نیز توجه داشته است. یکی دیگر از سازه‌های مؤثر مدل اعتقاد بهداشتی منافع درک شده است. قرآن کریم در بسیاری از موارد رسیدن به سعادت، بهشت برین را نتیجه رفتار صحیح برمی‌شمارد. همچنین توصیه به میانه‌روی می‌کند که اساس مصلحت افراد است. بنابراین به این سازه نیز در آیات قرآنی اشاره شده است و مزایای رفتار صحیح اعم از توجه به جسم و روان را برمی‌شمارد. خودکارآمدی به عنوان یکی از سازه‌های مهم در مدل اعتقاد بهداشتی به اهمیت باور فرد از انجام دادن رفتار مد نظر تأکید دارد. خداوند کریم در آیات قرآنی این افراد را ایمان‌آوردگان می‌نامد و بیان دارد افرادی که به خدای خود و پیامبر ایمان دارند و رفتارهای متناسب با آن انجام

می‌دهند از رستگاران هستند. بنابراین پافشاری به انجام رفتار ارتقادهنده فردی و اجتماعی و انجام ندادن رفتار پرخطر، نشان از ایمان فرد به توانایی خود است که با موضوع خودکارآمدی، همسانی دارد. همچنین آیات بسیاری در قرآن کریم به موضوع عمل به توصیه پیشروان دینی و قرآن و تحقیق در مورد دیگر اخبار است که می‌تواند منجر به سعادت‌مندی افراد شود که با سازه راهنمای عمل مدل اعتقاد بهداشتی، همسانی دارد. یکی از مهم‌ترین دلایلی که مردم رفتارهای سلامتی خود را تغییر نمی‌دهند فکر می‌کنند انجام این کار سخت خواهد بود و نیاز به صرف تلاش، درد و ناراحتی، هزینه و وقت دارد. در قرآن کریم هم به این نکته اشاره شده است که با اینکه فرد توانایی انجام کاری را دارد اما توجه بیش از حد به امور ناپایدار زندگی، وسایل زندگی را هدف تلقی کردن، از جمله عواملی هستند که موجبات غفلت انسان را فراهم می‌آورند که از این موارد می‌توان به سازه موانع درک شده مدل اعتقاد بهداشتی اشاره کرد.

نتیجه‌گیری

قرآن کریم به عنوان راهنمای سعادت انسان‌ها در این دنیا و آخرت، به همه عوامل فردی و اجتماعی که منجر به سعادت می‌گردد توجه ویژه‌ای داشته است و مدل‌های انسان ساخته‌ای که برای ارتقای سلامت افراد است نیز همسانی دارد و می‌توان گفت به همه آیتم‌ها و عوامل مؤثر بر سعادت فردی و اجتماعی انسان‌ها اشاره داشته است.

تشکر و قدردانی

نویسنده مسئول از همکاری صمیمانه همکاران در نوشتن مقاله تقدیر و تشکر می‌کند.

References

1. Ebrahimi E. Spiritual Health and psychosis in the light of Quran. *Journal of Arak University of Medical Sciences*. 2011;13(5):1-9.
2. Bajirova MJEG. Hygiene and health in Quran and Science. 2017;1:44-55.
3. Mohammadinia L, Yaghoobi M, Kolahdouzan A. Anxiety management by relaxation approach: Quranic verses. *Health Information Management*. 2011;8(8):1213-25.
4. Yadollahpor MH, Seyedi-Andi J, Rezaee R, Borhani M, Bakhtiari A. Reviewing the verses of the Holy Qur'an in the context of three major dimensions of health (physical, mental and social). *Islam And Health Journal*. 2015;2(3):48-56.
5. Organization WH. Health promotion through Islamic lifestyles: the Amman Declaration 1996.
6. Sadrabadi M, Jaddadi M, Rafikhah M, Naghizadeh Z. Investigating the effectiveness of thought on the improvement of mental health in the Quran. *Quran Karim Scientific Research Specialist*. 2016;7(1):51-64.
7. Levin JS. How religion influences morbidity and health: Reflections on natural history, salutogenesis and host resistance. *Social science & medicine*. 2015;43(5):849-64.
8. Aboul-Enein BHJJor, health. Health-promoting verses as mentioned in the Holy Quran. 2016;55:821-9.
9. Vahidi Mehrjerdi SJT. The link between hygiene and worships in Quran and tradition. 2016;15(2):1-12.
10. Aini SJA-K. The Effect Of Reading The Quran On Health. 2023;4(2):76-86.
11. Jafari H, Bagheri-Nesami M, Abdoli-Nejad MRJCE. The effect of quran recitation and religious music on mental and physical health: a review article. 2016;4(2):1-14.
12. Dehghani A, Saieni M, Moradi Zanjani H, Edrisi FJSM. Examining the Components of Health and Physical Hygiene from the Perspective of the Qur'an and Hadiths. 2022;13(44):221-48.
13. Hashemi SA. Mutual Influence of Mental and Physical Health in Islamic Teachings and the Six Principles of Iranian Medicine. *Journal of Religion and Health*. 2023;11(1):0.-
14. Hashemi SA, shakeri t. Mutual Influence of Mental and Physical Health in Islamic Teachings and the Six Principles of Iranian Medicine. *Religion and Health*. 2023;11(1):0-0.
15. Sharifirad G, Entezari MH, Kamran A, Azadbakht L. The effectiveness of nutritional education on the knowledge of diabetic patients using the health belief model. *Journal of research in medical sciences: the official journal of Isfahan University of Medical Sciences*. 2009;14(1):1.
16. Movahed E, Shojaeizadeh D, Zareipour M, Arefi Z, Shaahmadi F, M A. The Effect of Health Belief Model-Based Training (HBM) on Self-Medication among the Male High School Students. *Iranian Journal of Health Education and Health Promotion*. 2014;2(1):65-72.
17. Shams M, Soleman Ekhtiari Y, Abbas P. Basic skills to modify behavior in the field of health. Tehran: Mehr Matin; 2013.

Correspondence of Health Belief Model (HBM) Constructs with Quran Book on Health and Prevention: A Review Study

Mojtaba Fattahi Ardakani¹, Vali Bahrevar², MoradAli zareipour^{3*}

Abstract

Background and objective: The Qur'an is not only a guide and a guide in religious and moral matters, but it also pays attention to other issues such as health and hygiene in a wider way. This study was conducted with the aim of reviewing the importance of health and prevention in the Quran based on the health belief model.

Methods and Materials: This research was conducted based on the qualitative content analysis method in the way of conceptual analysis and interpretation of the text of the Quran and interpretations in order to reach a practical model of using the structures of the health belief model in the Quran.

Results: Based on the results obtained, all the constructs of the health belief model are mentioned in the Holy Quran: perceived sensitivity and severity, perceived barriers and benefits, self-efficacy and action guidelines. So that the importance of paying attention to the body and mind in promoting health is understood sensitively, the ideas and warnings given by the Quranic verses are strongly understood, the benefits of reaching happiness and heaven are understood, the low value tasks are highly valued for the obstacles. , the ability of people as believers in perceived self-efficacy, and finally acting on the advice of religious leaders and the Qur'an are similar to the action guide of the health belief model.

Conclusion: As a guide to human happiness in this world and the hereafter, the Holy Quran is similar to man-made models that are meant to improve people's health, and it can be said that it refers to all the items and factors that affect the individual and social happiness of humans.

Keywords: Health belief model, Quran book, Health, Prevention, Review study

1. PhD in health education and health promotion, Continuous education center, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran
2. PhD student of gerontology, Department of Health Education & Health Promotion, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd and Department of Gerontology, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran
- 3*. Corresponding author, Assistant professor, PhD in health education and health promotion, Department of Public Health, Khoy University of Medical Sciences, Khoy, Iran
z.morad@yahoo.com