

بررسی سطح آگاهی مردم از بیماریهای چشمی در یک نمونه یکهزار نفری از جمعیت شهری زنجان در سن بالای ۱۵ سال

دکتر آرمان فکری *، هاله اخوت **

خلاصه:

این پژوهش یک مطالعه توصیفی **Descriptive study** است. جمعیت مورد مطالعه عبارتند از یکهزار نفر از مردم زنجان با سن بالای ۱۵ سال که در موقع تکمیل پرسشنامه (سال ۱۳۷۷) در شهر زنجان اقامت داشته‌اند. هدف این پژوهش، مطالعه میزان آگاهی و نگرش افراد روی مسائل و عوامل ظاهراً مؤثر بر بینائی می‌باشد. ابزار گردآوری داده‌ها عبارت از پرسشنامه‌ای است با ۱۱ سؤال به صورت پاسخ صحیح و غلط که باستناد به آخرین دستاوردهای علمی مندرج در کتب مرجع چشم پزشکی می‌باشد (۶ - ۳ - ۲ - ۱) و بصورت کتبی انجام شد. هویت افراد با توجه به سن، جنس، میزان تحصیلات یادداشت گردید و سطح آگاهی افراد با تعداد سؤالاتی که به آنها پاسخ صحیح داده شده است مشخص گردید و به ۴ گروه ناآگاه، کم آگاه، آگاهی متوسط، آگاه، طبقه بندی گردید.

از جمعیت مورد مطالعه ۴۶/۳٪ زن و ۵۳/۷٪ مرد بودند. اکثر جمعیت در فاصله سنی ۱۹ - ۱۵ قرار داشتند. مقطع تحصیلی بیشتر افراد در حد دیپلم و بالاتر بود.

واژه‌های کلیدی: ایران، زنجان، دانشگاه علوم پزشکی، میزان آگاهی، بیماریهای چشمی

مقدمه:

چشمان ما دریچه‌ای است که از ورای آن می‌توان زیباییهای مختلف را درک کرد. شاید تصوری که روزی نتوانیم از پس این پنجره کوچک اعجاب آور، جهان اطراف را نظاره گر باشیم برای هر یک از ما طاقت فرسا باشد و به همین علت است که عضو زیبا، بی‌همتا و اسرارآمیز از دیر باز مورد توجه قرار داشته و از اهمیت خاص برخوردار بوده است و بدین لحاظ عقاید زیادی

در جهت نگهداری از این گنجینه باارزش الهی و شناسایی عوامل مضر و مفید بر آن در میان عامه مردم وجود دارد که متأسفانه برخی از آنها تا حد خرافه پیش رفته‌اند. این افکار گاه حتی در میان قشر تحصیل کرده و دارای تحصیلات دانشگاهی نیز رسوخ کرده است. و این در حالی است که این عده نقش عمده‌ای را در اشاعه فرهنگ صحیح در جامعه دارند. در این رهرو شاید

* متخصص چشم، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان زنجان

** پزشک عمومی

بسیاری از عواملی که واقعاً موجب آسیب رساندن به چشم‌ها می‌شوند نادیده گرفته شده به عواملی که هیچ اثری در ایجاد عارضه در چشم‌ها ندارد بیش از حد بها داده شده است به خصوص این مسأله در مورد عیب انکساری که از شایع‌ترین بیماریهای چشمی هستند نمود بیشتری دارد. بسیاری از مردم تصور می‌کنند که برخی عوامل نظیر مطالعه در نور کم، نزدیکی بیش از حد به تلویزیون موقع تماشا کردن آن، استفاده از عینکهای نامتناسب با چشم و... در ایجاد عیوب انکساری نقش مثبت دارند و یا باعث آسیب به چشم می‌شوند و این درحالی است که هیچیک از عوامل فوق برای چشم‌ها مضر نیستند (۳ - ۲) در مورد تأثیر برخی مواد غذایی در ممانعت از ایجاد عیوب انکساری نظر کاملاً متفاوتی وجود دارد و عامه مردم براین باورند که مصرف برخی مواد غذایی از دوربینی یا نزدیک بینی جلوگیری می‌کند که صحت این ادعا هیچگاه ثابت نشده است (۴ و ۳ و ۲). تحقیقات نشان داده‌اند که بسیاری از بیماریهای چشمی نظیر برخی کونژنکتیوئیت‌های عفونی و کاتاراکت‌های ضربه‌ای و ثانوی ارتباط مستقیمی با سطح سواد، فرهنگ و سطح اقتصادی و اجتماعی افراد دارند و این مسئله لزوم توجه به سطح آگاهی بیشتر افراد جامعه را مشخص می‌کند.

مواد و روش‌ها:

نوع مطالعه به روش بررسی توصیفی (Descriptive) می‌باشد. جمعیت مورد مطالعه یک نمونه ۱۰۰۰ نفری از جمعیت با سن بیش از ۱۵ سال در شهر زنجان است که در هنگام تکمیل فرم پرسشنامه در این شهر اقامت داشته‌اند (سال ۱۳۷۷). این افراد بطور تصادفی با استفاده از شماره خانوار آنها و جداول توزیع تصادفی اعداد؛

انتخاب شدند و برای هر یک، پرسشنامه (ضمیمه شماره ۱) پر شده است که شامل موارد زیر است:

- کد

- جنس

- سن

- سطح سواد در ۶ مقطع بیسواد، کم سواد (سواد در حد خواندن و نوشتن)، ابتدائی، راهنمایی، دیپلم و بالاتر.

- یازده سؤال که با پاسخ صحیح و غلط طراحی شده‌اند. سؤالات بسته به سطح سواد فرد، تفهیم و رفع اشکال شده است.

پس از تکمیل پرسشنامه‌ها، آمار و اطلاعات مربوط به کلیه افراد جمع آوری و بوسیله رایانه محاسبات آماری بر روی آنها صورت گرفت و نهایتاً جداول توزیع فراوانی استخراج شد. لازم به ذکر است که جهت دسته بندی ساده‌تر سنین بین ۱۵ تا ۵۵ سال و پس از آن در گروههای ۵ تایی طبقه بندی شده‌اند.

میزان آگاهی افراد با توجه به تعداد پاسخ صحیح به سؤالات بصورت زیر سنجیده شد:

کمتر یا مساوی ۲ سؤال، ناآگاه (بی اطلاع)

۳ تا ۵ سؤال: کم آگاه

۶ تا ۸ سؤال: آگاهی متوسط

بیشتر یا مساوی ۹ سؤال: آگاهی خوب (آگاه)

در این مطالعه سعی شده است جمعیتی که حدوداً سن نوجوانی را پشت سرگذاشته و دارای فوه ممیزه باشند انتخاب شوند و بدین لحاظ افراد بالاتر از ۱۵ سال انتخاب شده‌اند.

نتایج، بحث و نتیجه‌گیری:

مطالعه بر روی ۱۰۰۰ نفر بیش از ۱۵ ساله صورت

جدول شماره (۱): توزیع فراوانی سطح سواد در گروه مطالعه شده

سطح سواد	فراوانی	درصد
بی سواد	۵۹	۵/۹
کم سواد	۳۵	۳/۵
ابتدایی	۷۹	۷/۹
راهنمایی	۱۰۹	۱۰/۹
دبیرستان	۳۴۶	۳۴/۶
دیپلم و بالاتر	۳۷۲	۳۷/۲
جمع	۱۰۰۰	۱۰۰

جدول شماره (۲): توزیع فراوانی میزان آگاهی در گروه مطالعه شده

سطح آگاهی	فراوانی	درصد
بی اطلاع	۱۵۰	۱۵/۰
کم آگاه	۵۸۵	۵۸/۵
آگاهی متوسط	۲۱۵	۲۱/۵
آگاه	۵۰	۵
جمع	۱۰۰۰	۱۰۰

گرفت که ۴۶۳ نفر زن (۴۶/۳٪) و ۵۳۷ نفر مرد (۵۳/۷٪) بودند.

افراد فوق بیش از همه در مقطع تحصیلی دیپلم و بالاتر از آن قرار دارند که این دسته ۳۲۷ نفر (۳۲/۷٪) را به خود اختصاص داده است. کمترین میزان مربوط به گروه کم سواد می‌باشد که ۲۵ نفر در این گروه قرار دارند (جدول شماره ۱).

از نظر توزیع سنی، بطور کلی اکثریت افراد در سنین ۱۵-۱۹ سال قرار دارند. ۷۹ تن از این افراد که کمترین میزان آن می‌باشد بین سنین ۵۴-۵۰ ساله می‌باشند.

(جدول شماره ۳).

جدول شماره (۳): توزیع فراوانی سنی در گروه مطالعه شده

سن	فراوانی	درصد
۱۵-۱۹	۲۳۴	۲۳/۴
۲۰-۲۴	۱۵۰	۱۵/۰
۲۵-۲۹	۱۹۴	۱۹/۴
۳۰-۳۴	۱۴۹	۱۴/۹
۳۵-۳۹	۸۱	۸/۱
۴۰-۴۴	۳۲	۳/۲
۴۵-۴۹	۵۸	۵/۸
۵۰-۵۴	۲۳	۲/۳
۵۵	۷۹	۷/۹
جمع	۱۰۰۰	۱۰۰

با توجه به سن فراوانی، زنان ۱۹-۱۵ ساله از همه بیشتر، (۱۶۴ نفر)، نفر در مردان فراوانی سنی ۳۴-۳۰ سال از همه بیشتر بودند که این رقم در مردان مساوی ۱۱۳ نفر می‌باشد. کمترین گروه سنی در زنان ۴۴-۴۰ ساله و در مردان ۵۴-۵۰ ساله می‌باشد (جدول شماره ۵).

از نظر سطح آگاهی بیشتر افراد (۵۸۵ نفر ۵۸/۵٪) در حد کم آگاه قرار دارند، این رقم در مورد افراد آگاه به ۵۰ نفر (۵/۰٪) تنزل یافته است و این رقم نشان دهنده تعداد قلیل افراد آگاه در مطالعه فوق می‌باشد (جدول شماره ۲).

سوالی که بیشترین پاسخ صحیح به آن داده شده است سوال «چشم‌های سالم به طور طبیعی احتیاج به قطره‌های استریل چشمی به منظور پاکیزگی ندارند» می‌باشد که ۶۲٪ افراد به این سوال پاسخ صحیح

سایر سئوالات بیشتر بوده است (جدول شماره ۶).
بیشترین میزان پاسخ صحیح به سؤال یک (۱۹ نفر) بوده است که برابر ۵/۱٪ افرادی است که دارای تحصیلات دیپلم و بالاتر از آن بوده‌اند.

در مجموع این گروه (تحصیلات دیپلم و بالاتر از آن) بیشترین میزان پاسخ صحیح به سئوالات را در کلیه موارد دادند. با توجه به سطح سواد، همچنان سؤال ۵ دارای بالاترین درصد پاسخ صحیح می‌باشد و این رقم در افراد دارای دیپلم و بالاتر به ۲۸۶ نفر (۷۶/۸٪) می‌رسد (جدول شماره ۷).

کمترین میزان پاسخ، به سؤال ۱، در گروه سنی ۵۴-۵۰ ساله مربوط می‌باشد که برابر صفر درصد بوده است. بیشترین درصد این افراد برابر ۶/۷٪ در گروه ۲۹-۲۵ سال می‌باشد. این گروه همچنین بیشترین میزان پاسخ به سؤال ۵ را داشته‌اند (۷۹/۸٪) که در کل بیشترین درصد در کل سئوالات را نیز به خود اختصاص داده است. (جدول شماره ۹).

در مجموع ۳ گروه سنی ۲۴-۲۰ ساله، ۲۹-۲۵ ساله و ۳۴-۳۰ ساله بهترین پاسخ را به سئوالات داده‌اند (جدول شماره ۹).

بیشترین میزان افراد ناآگاه در گروه کم سواد ۴۲/۸٪ قرار داشته‌اند.

بیشترین میزان افراد کم آگاه در گروه بی سواد قرار دارند.

در کلیه مقاطع تحصیلی، گروه کم آگاه بیشترین میزان را به خود اختصاص داده‌اند و بیشتر افراد در این گروه قرار دارند.

بیشتر افراد آگاه مربوط به افراد دیپلم و بالاتر می‌باشند که ۵۰ نفر برابر ۱۰/۷٪ این گروه را تشکیل می‌دهند. در گروه آگاه متوسط و آگاه هیچیک از مقاطع

داده‌اند. این در حالی است که تنها ۴/۵٪ افراد به سؤال شماره (۱) «مطالعه در نور کم به چشم‌ها آسیب می‌رساند» پاسخ صحیح داده‌اند. لازم به ذکر است که آمار کسانی که به سؤال ۳ «نزدیک شدن بیش از حد به تلویزیون موجب ضرر رساندن به چشم‌ها می‌شود» پاسخ صحیح داده‌اند نیز به طور قابل توجهی پائین است (جدول شماره ۴).

جدول شماره (۴): توزیع فراوانی پاسخ صحیح به

هر سوال در گروه مطالعه شده

شماره سوال	فراوانی	درصد
۱	۴۵	۴/۵
۲	۲۳۳	۲۳/۳
۳	۷۱	۷/۱
۴	۳۲۲	۳۲/۲
۵	۶۲۰	۶۲/۰
۶	۶۱۱	۶۱/۱
۷	۵۵۷۵	۵۷/۵
۸	۴۱۴	۴۱/۴
۹	۴۴۶	۴۴/۹
۱۰	۴۶۹	۴۶/۹
۱۱	۵۶۰	۵۴/۰

به سؤال یک، ۲۸ نفر زن (۰/۶) و ۱۷ نفر مرد (۳/۱٪) پاسخ صحیح داده‌اند که هر دو کمترین میزان را داشته‌اند. (جدول شماره ۶).

۳۲۹ نفر زن به سؤال ۵، پاسخ صحیح داده‌اند که برابر ۷۱٪ کل زنان می‌باشند (جدول شماره ۶) ۳۷۵ نفر از مردان به سؤال ۶ «اکثر سردردها منشأ چشمی دارند» پاسخ صحیح داده‌اند که برابر ۶۹٪ کل مردان می‌باشد و تعداد مردانی که به این سؤال پاسخ صحیح داده‌اند از

جدول شماره (۵): توزیع فراوانی سنی بر حسب جنس در گروه مطالعه شده

سن	جنس	زن		مرد	
		فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
۱۵-۱۹		۱۶۴	۱۶/۴	۷۰	۷/۰
۲۰-۲۴		۷۸	۷/۸	۷۲	۲/۲
۲۵-۲۹		۹۰	۹/۰	۱۰۴	۱۰/۴
۳۰-۳۴		۳۶	۳/۶	۱۱۳	۱۱/۳
۳۵-۳۹		۲۳	۲/۳	۵۸	۵/۸
۴۰-۴۴		۶	۰/۶	۲۶	۲/۶
۴۵-۴۹		۲۵	۲/۵	۳۳	۳/۳
۵۰-۵۴		۷	۰/۷	۱۶	۱/۶
۵۵		۳۴	۳/۴	۴۵	۴/۵
جمع		۴۶۳	۴۶/۳	۵۳۷	۵۳/۷

جدول شماره (۶): توزیع فراوانی پاسخ صحیح به هر سوال بر حسب جنس

شماره سوال	جنس	زن		مرد	
		فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
۱		۲۸	۶/۰	۱۷	۳/۱
۲		۱۰۲	۲۲/۰	۱۳۱	۲۴/۳
۳		۴۱	۸/۸	۳۰	۵/۵
۴		۱۵۹	۳۴/۳	۱۶۳	۳۰/۳
۵		۳۲۹	۷۱/۰	۲۹۱	۵۴/۱
۶		۲۳۶	۵۰/۹	۳۷۵	۶۹/۸
۷		۲۷۱	۵۸/۵	۳۰۴	۵۶/۶
۸		۱۹۰	۴۱/۰	۲۲۴	۴۱/۷
۹		۱۸۷	۴۰/۳	۲۶۲	۴۸/۷
۱۰		۱۹۳	۴۱/۶	۲۷۶	۵۱/۳
۱۱		۲۷۴	۵۸/۷	۲۸۶	۵۳/۲

جدول شماره (۷) : توزیع فراوانی پاسخ صحیح به هر سوال بر اساس سطح سواد در گروه مطالعه شده

شماره سوال	سطح سواد		بی سواد		کم سواد		سواد		ابتدایی		راهنمایی		دیرستان		دیپلم و بالاتر	
	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی
۱	۱/۶	۱	۱۳/۵	۸	۰	۵	۰	۳	۳/۷	۵	۴/۵	۱۷	۴/۹	۱۹	۵/۱	
۲					۵	۵	۱۴/۳	۱۲	۱۵/۱	۱۷	۱۵/۵	۶۰	۱۷/۳	۱۳۱	۳۵/۲	
۳	۰	۰	۰	۱	۱	۱	۲/۸	۴	۵/۰	۷	۶/۴	۲۷	۷/۸	۳۲	۸/۶	
۴	۱۰		۱۶/۹		۷	۷	۲۰/۰	۱۸	۲۲/۷	۳۰	۲۷/۵	۱۱۷	۳۳/۸	۱۴۰	۳۷/۶	
۵	۲۴		۴۰/۶		۱۲	۱۲	۳۴/۳	۳۵	۴۴/۳	۵۸	۵۳/۲	۲۰۵	۵۹/۲	۲۸۶	۷۶/۸	
۶	۲۰		۳۳/۸		۱۵	۱۵	۴۲/۸	۳۳	۴۱/۷	۵۲	۴۷/۷	۲۱۶	۶۲/۴	۲۷۵	۷۳/۹	
۷	۱۸		۳۰/۵		۱۱	۱۱	۳۱/۴	۳۱	۳۹/۲	۵۱	۴۶/۷	۲۰۸	۶۰/۱	۲۵۶	۶۸/۸	
۸	۸		۱۳/۵		۸	۸	۲۲/۸	۲۳	۲۹/۱	۳۶	۳۳/۰	۱۵۶	۴۵/۰	۱۸۳	۴۹/۱	
۹	۱۶		۲۷/۱		۱۲	۱۲	۳۴/۳	۲۵	۳۱/۶	۴۶	۴۲/۳	۱۶۳	۴۶/۸	۱۸۸	۵۰/۵	
۱۰	۱۷		۲۸/۸		۱۰	۱۰	۲۸/۵	۲۸	۳۵/۴	۵۰	۴۵/۸	۱۷۳	۵۰/۵	۱۹۱	۵۱/۳	
۱۱	۱۵		۲۵/۴		۱۳	۱۳	۳۷/۱	۲۶	۳۲/۹	۵۷	۵۲/۲	۲۰۳	۵۸/۶	۲۴۶	۶۶/۱	

جدول شماره (۸): جدول توزیع فراوانی پاسخ صحیح به هر سوال بر حسب سن

شماره سوال	۱		۲		۳		۴		۵		۶		۷		۸		۹		۱۰		۱۱	
	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
۱۵ - ۱۹	۶	۲/۵	۳۰	۴۸	۵۲	۲۲/۲	۱۱	۱۲/۳	۱۲۲	۱۷/۱	۱۳۱	۶/۵۵	۷۵	۳۷/۳۸	۳۰	۱۰۳/۰۳۳	۱۰۰	۸۷/۸۳	۱۱۹	۷۰/۰	۶۱	۴۲/۱
۲۰ - ۲۴	۹	۶/۰	۴۸	۴۹/۳	۵۹	۲۹/۳	۱۱۷	۷۸/۰	۸۰	۷۲	۳۰۴	۳۶/۶۰	۵۶	۴۳/۳	۸۰	۵۳/۳۰	۷۷	۴۱/۳	۹۰	۵۱/۳	۹۰	۵۰/۰
۲۵ - ۲۹	۱۳	۳/۵	۷۱	۴۲/۷	۸۳	۸/۳	۱۰۷	۷۶/۸	۱۵۴	۱۷/۳	۱۳۰	۱۶/۰	۱۰۳	۵۲/۵	۱۰۱	۱۰۰/۰	۱۰۲	۵۵/۵	۱۲۱	۵۵/۵	۱۲۱	۵۵/۵
۳۰ - ۳۴	۷	۴/۱	۳۹	۴۰/۹	۶۱	۸/۰	۹۴	۶۳/۰	۱۱۲	۱۷/۵	۸۶	۱۰/۷	۷۵	۳۰/۳	۷۱	۱۶/۳	۷۳	۳۰/۳	۴۶	۱۰/۰	۴۶	۳۰/۳
۳۵ - ۳۹	۳	۵/۹	۱۸	۲۲/۲	۴۱	۴/۳	۷۴	۱۰/۲	۵۲	۱۷/۳	۶۳	۸/۵	۳۵	۴۵/۳	۳۸	۶/۱۳	۵۱	۴۵/۳	۷۳	۴۵/۳	۷۳	۴۵/۳
۴۰ - ۴۴	۱	۳/۱	۷	۲۱/۸	۸	۳/۱	۱۸	۱۰/۲	۲۰	۵/۲	۱۷	۱/۳۵	۳۱	۸/۳۳	۳۱	۱۰/۳	۵۱	۷/۶۳	۶۱	۷/۶۳	۶۱	۷/۶۳
۴۵ - ۴۹	۲	۳/۴	۱۴	۲۴/۱	۱۷	۳/۴	۳۳	۷/۸	۲۹	۵/۰	۲۶	۸/۴۳	۲۰	۳/۴	۲۲	۱۰/۳	۲۶	۷/۴۳	۳۱	۷/۴۳	۳۱	۷/۴۳
۵۰ - ۵۴	۰	۰	۵	۲۱/۷	۵	۰	۱۱	۸/۳	۹	۱/۳۹	۱۰	۳/۴۳	۶	۲/۷۰	۹	۱/۳۹	۱۰	۳/۴۳	۱۲	۳/۴۳	۱۲	۳/۴۳
۵۵	۴	۸/۷	۳	۵/۵	۶	۱/۲	۳۴	۱۰/۳	۱۵	۶/۸۹	۲۵	۳/۱۱	۷	۸/۷	۱۵	۶/۸۹	۲۴	۸/۷	۵۱	۱۶/۶	۵۱	۱۶/۶

جدول شماره (۹): توزیع فراوانی میزان آگاهی براساس سطح سواد در گروه مطالعه شده

آگاه		آگاهی متوسط		کم آگاهی		ناآگاه		آگاهی
درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	سطح سواد
۰	۰	۰	۰	۶۴/۴	۳۸	۳۵/۵	۲۱	بی سواد
۰	۰	۰	۰	۵۷/۱	۲۰	۴۲/۸	۱۵	کم سواد
۰	۰	۰	۰	۹۱/۱	۷۲	۸/۸	۷	ابتدائی
۰/۹	۱	۱۸/۷	۱۵	۶۸/۸	۷۵	۱۶/۵	۱۸	راهنمایی
۲/۶	۹	۱۵/۸	۵۵	۶۰/۹	۲۱۱	۲۰/۵	۷۱	دبیرستان
۱۰/۷	۵۰	۵۸/۹	۱۴۵	۴۵/۴	۱۶۹	۴/۸	۱۸	دیپلم و بالاتر
	۵۰		۲۱۵		۵۸۵		۱۵۰	جمع

کتابنامه:

1 - Alexander , L , Kcuin , Primary eye care , J.B Lippincoh , Philadelphia Section : II . PP : 68 - 69 . 1994 .

2 - Basic & clinical science course American Academy of ophthalmology , sanfrancisco . PP: 586-590 , 1995.

3 - Newell , W.F, Ophthalmology prynciples Concepts, Mosby - Year Book , St . Louis , Section : 4 : History & interpretatino PP: 131 - 133 . 1992 .

4 - Tasman W, Duac's Clinical Ophtalmology , J.B . Lippincott, philadelphia . Section : 3 : Physiology & biochemistry of the eye . 1995.

تحصیلی بی سواد، کم سواد و ابتدائی قرار ندارند .

پیشنهادهات:

با توجه به نتایج بدست آمده، ملاحظه می شود که اکثریت افراد درحد آگاهی کم و متوسط می باشند و کمترین میزان، به گروه آگاه تعلق دارد. با توجه به تعداد زیادی که در گروه دیپلم و بالاتر از آن قرار دارند. این میزان آگاهی بسیار پائین می باشد که جهت ارتقاء آن ارائه برنامه آموزش در رسانه های گروهی به خصوص تلویزیون، ایجاد کلاسهای آموزشی جهت ارتقاء سطح آگاهی در مدارس و دانشگاهها، برپائی سمینارهای آموزشی و برنامه های علمی رادیویی و تلویزیونی و مطبوعاتی و ارائه این اطلاعات به جامعه پزشکی به عنوان کسانی که نقش مهمی در ارتقاء سطح آگاهی مردم دارند می توانند مثر مثر باشد .