

برنامه سلامت میانسالان

گروه سنی ۵۹-۳۰ سال حدود نیمی از جمعیت را در بر می گیرد. ارائه خدمات سلامتی به این گروه سنی بدلیل کثرت جمعیت ، مولد بودن و ... اهمیت ویژه ای داشته و توجه به سلامت این گروه از بعد اقتصادی و تولیدی اهمیت ویژه ای دارد و نحوه ی سلامت این گروه سنی تاثیر گذار بر سلامت گروه سنی کودکان ، نوجوانان و سالمندان می باشد. لذا با اصلاح شیوه زندگی و برنامه ریزی مناسب در این گروه سنی، می توان نقش موثری در جهت بهبود سلامت جامعه گام برداشت .

رسالت برنامه میانسالان: ارتقا سطح سلامت میانسالان از طریق کنترل عوامل خطر و کاهش بار بیماریهای اولویت دار دوران بزرگسالی.

اهداف برنامه سلامت میانسالان:

هدف نهایی : کاهش مرگ زود هنگام، افزایش امید به زندگی و ارتقاء سطح سلامت میانسالان است که در چارچوب دستیابی به اهداف واسطه ای زیر دنبال می شود:

- ❖ کاهش موارد مرگ میانسالان در چارچوب تعهدات بین المللی و ملی برای کاهش مرگ زود هنگام کاهش بار بیماری ها و مشکلات شایع دوران میانسالی (بیماری های قلبی و عروقی، بیماری های سرطانی، ، بیماری های عضلانی اسکلتی، بیماری های تغذیه ای، بیماری های ریوی ، حوادث، بیماری های ادراری تناسلی و اختلالات روانی)
- ❖ کاهش عوامل خطر و کنترل عوامل خطر بیماری ها
- ❖ توانمند سازی میانسالان در راستای افزایش سواد سلامت و سازماندهی خودمراقبتی آنان

فهرست مراقبت های مراقب ماما و مراقب و بهورز (۵ خدمت اصلی برنامه)

- ❖ تن سنجی و ارزیابی الگوی تغذیه
- ❖ ارزیابی فعالیت بدنی
- ❖ پیشگیری از سکنه های قلبی و مغزی از طریق خطر سنجی و مراقبت مراقبت ادغام یافته دیابت ، فشارخون بالا و اختلالات چربی های خون
- ❖ غربالگری اولیه در گیری با مصرف دخانیات مواد الککل
- ❖ ارزیابی سلامت روان میانسالان

فهرست مراقبت های ماما

- ❖ بررسی تاریخچه باروری و یائسگی زنان میانسال
- ❖ ارزیابی علائم و عوارض یائسگی زنان (زنان ۴۵ تا ۵۹ سال)
- ❖ خونریزی غیر طبیعی واژینال
- ❖ ارزیابی وضعیت عفونت آمیزشی و ایدز
- ❖ ارزیابی اختلال عملکرد جنسی
- ❖ تشخیص زود هنگام و غربالگری سرطان پستان
- ❖ تشخیص زود هنگام و غربالگری سرطان سرویکس
- ❖ درخواست پاپ اسمیر و سونوگرافی یا ماموگرافی با توجه به شرایط افراد با آموزش خود مراقبتی و ارجاع به پزشک مرکز در صورت نیاز

وظایف اجرایی/ عملیاتی

۱. تدوین برنامه عملیاتی میانسالان
۲. بررسی شاخصهای بهداشتی مربوط به برنامه میانسالان (مراقب سلامت و مامایی) و تجزیه و تحلیل آن ها
۳. تهیه و تنظیم گزارش از نحوه عملکرد و پیشرفت برنامه های سلامت میانسالان و ارائه آن به مسئولین ذیربط
۴. تدوین و چاپ مواد آموزشی لازم برای آموزش همگانی در زمینه سلامت میانسالان
۵. تلاش و پیگیری در جلب مشارکت و هماهنگی متقابل درون بخشی و برون بخشی لازم
۶. برگزاری کارگاه آموزشی در خصوص برنامه میانسالان به گروه هدف
۷. هماهنگی درخصوص تهیه، چاپ و تکثیر و توزیع جزوات، کتابچه و پمفلت های آموزشی سلامت میانسالان
۸. همکاری و مشارکت با دانشکده های پزشکی و پیرا پزشکی در خصوص آموزش دانشجویان

وظایف سرپرستی (برنامه ریزی / سازماندهی / نظارت / هماهنگی /...)

۱. برنامه ریزی و پیگیری جهت هزینه کرد مطلوب اعتبارات برنامه میانسالان
۲. شرکت در جلسات و کمیته های فنی مربوطه به منظور برنامه ریزی و پیشبرد اهداف برنامه
۳. بررسی و بر آورد نیاز واحد های ارائه خدمات جهت تدارک و تجهیز مناسب آنها
۴. پایش و ارزشیابی برنامه میانسالان
۵. تلاش در خصوص گرفتن مجوز دوره ها با کد پودمان های آموزشی
۶. هماهنگی درخصوص برگزاری هفته ملی سلامت زنان
۷. هماهنگی درخصوص برگزاری هفته ملی سلامت مردان
۸. هماهنگی مراقبت کارکنان شاغل در ادارات دولتی، خصوصی، کارخانجات و مدارس مروج سلامت

وظایف مربوط به آموزش / پژوهش نوآوری / بهبود کیفیت

۱. برنامه سلامت مانجام مطالعات لازم جهت دستیابی به آخرین اطلاعات و مهارت های شغلی در زمینه های مربوطه و تلاش در گسترش آنها
۲. تهیه پروتکل های آموزشی برنامه های مربوطه
۳. مشارکت در اجرای طرحهای مطالعاتی و تحقیقاتی بدست آمده از تجزیه و تحلیل مشکلات برنامه ها در منطقه
۴. مشارکت در نظارت و اجرای طرح های پژوهشی ارائه شده از سوی وزارت متبوعه
۵. آموزش و باز آموزی به ارائه دهندگان خدمت در رده های مختلف
۶. اجرای برنامه های آموزش همگانی جهت جلب مشارکت آنان
۷. طراحی و تهیه مفاد و ابزار کمک آموزشی از قبیل پوستر، چارت، پمفلت، تراکت و ...
۸. انجام مطالعات لازم جهت دستیابی به آخرین اطلاعات و مهارت های شغلی در زمینه های مربوطه و تلاش در گسترش آنها

برنامه سلامت سالمندان

افزایش طول عمر انسان ها و اضافه شدن جمعیت سالمندان یکی از اثرات بهبود وضعیت سلامت هر کشور است که موجب افزایش امید به زندگی شده است. سالمندی علی رغم باور های غلط دوران کسالت و خمودگی نیست و همراهی مشکلات و بیماری ها با دوران سالمندی ناشی از عدم رعایت اصول شیوه زندگی صحیح و عدم مراقبت های لازم در طول زندگی است. برای حفظ و ارتقاء سلامت سالمندان، برنامه آموزش شیوه زندگی سالم، برنامه مراقبت های ادغام یافته سالمند، برنامه مراقبت شناسائی و خطرپذیری، سالمندان و برنامه عملیاتی نمودن سند سالمندان اجرا می شود.

برنامه مراقبت های ادغام یافته سالمند:

این برنامه با هدف شناسائی زودرس و درمان و پیشگیری از عوارض بیماریها در سالمندان طراحی و اجرا شده است. سالمندان می توانند با حضور در مراکز جامع سلامت و تشکیل پرونده بهداشتی مراقبت های لازم را دریافت نمایند. از علل ناتوانی و مرگ در این دوران بیماری های غیرواگیری هستند که در صورت تشخیص زودرس و درمان می توان آن ها را کنترل نمود. برنامه مراقبت های ادغام یافته سالمند سالمندان توسط غیرپزشک (مراقبین سلامت و بهورزان) و پزشک و کارشناسان تغذیه و روان اجرا می شود. در صورت نیاز سالمند به سطح تخصصی ارجاع می شود.

مراقبت های برنامه مراقبت های ادغام یافته سالمند شامل:

- ❖ پیشگیری از سکت های قلبی و مغزی از طریق خطرسنجی و مراقبت های ادغام یافته دیابت، فشارخون بالا و اختلالات چربی خون
- ❖ اختلالات تغذیه ای
- ❖ سقوط و عدم تعادل
- ❖ افسردگی
- ❖ تشخیص زودرس و غربالگری سرطان پستان
- ❖ تشخیص زودرس و غربالگری سرطان کولورکتال

برنامه شیوه زندگی سالم در دوره سالمندی

در این برنامه به سالمندان آموزش داده که با اطلاع از اصول شیوه زندگی سالم و خودمراقبتی سلامت خود را تامین نمایند. اغلب بیماری ها ریشه در شیوه زندگی افراد دارد با کنترل و آموزش شیوه زندگی این بیماری ها قابل پیشگیری و کنترل است. همچنین پیشگیری و کنترل این بیماری ها جز از طریق توانمندسازی افراد برای تغییر رفتارشان محقق نخواهد شد. این برنامه به صورت برگزاری کلاس های آموزشی گروهی در مراکز جامع سلامت، پایگاه ها و خانه های بهداشت برگزار می گردد. آموزش خانواده های دارای سالمند در این برنامه مورد توجه قرار دارد. با توجه به اینکه تغییر در شیوه زندگی سالمندان نیازمند آموزش خانواده ی سالمند است.

برنامه شناسائی و خطرپذیری سالمندان

مراقبت شناسائی و خطرپذیری، سالمندان برای کلیه سالمندان به صورت خدمت حضوری و غیرحضوری انجام می شود. پیرو این مراقبت سالمندان به گروه های مختلف خطر (حداقل خطر، کم خطر، خطر متوسط و پرخطر و بسیار پرخطر) تقسیم می شوند. سالمندان بسیارپرخطر مورد ارزیابی تکمیلی قرار می گیرند و نیازهای افراد در حیطه های بهداشتی، درمانی، اجتماعی، معیشتی - اقتصادی و توانبخشی مشخص می شود. با همکاری سازمان ها، ادارات، خیرین و سازمان های مردم نهاد نیازهای سالمندان بسیارپرخطر نیازمند مرتفع می شود.

برنامه عملیاتی نمودن سند ملی سالمندان

در برنامه سلامت سالمندان جهت عملیاتی کردن سند ملی سالمندان و اجرایی نمودن وظائف حوزه بهداشت به منظور حفظ، ارتقاء سلامت این گروه سنی تلاش می شود. این برنامه با همکاری دیگر دانشگاه های استان و ادارات و سازمان های همکار اجرا می شود.

وظایف اجرایی/ عملیاتی

۱. تدوین برنامه عملیاتی بر اساس تحلیل نیازها، طبقه بندی اولویتها و مشکلات برنامه و فعالیتهای برنامه
۲. بررسی شاخصهای بهداشتی مربوط به برنامه سالمندان و تجزیه و تحلیل آن ها
۳. هماهنگی و همکاریهای درون سازمانی و برون سازمانی به منظور ارتقاء سطح سلامت سالمندان
۴. تهیه و تنظیم گزارش از نحوه عملکرد و پیشرفت برنامه های سلامت سالمندان و ارائه آن به مسئولین ذیربط
۵. تلاش و پیگیری برای تامین و تدارک منابع مورد نیاز برنامه
۶. هماهنگی درخصوص برگزاری هفته سالمند
۷. تدوین برنامه عملیاتی در راستای اجرای سند ملی سالمندان و مراقبت سالمندان پرخطر و بسیار پرخطر
۸. برگزاری کارگاه های سلامت سالمندان

وظایف سرپرستی (برنامه ریزی / سازماندهی / نظارت / هماهنگی /...)

۱. پیگیری ، هماهنگی و اجرای برنامه های آموزشی مرتبط با برنامه سلامت سالمندان و شیوه زندگی سالم
۲. هماهنگی شناسایی و طبقه بندی سالمندان پرخطر و هماهنگی جهت انجام مداخلات بهداشتی درمانی، مراقبتهای ویژه و تخصصی پزشکی حمایتی، معیشتی، خدمات عمومی و خدمات توانبخشی
۳. هماهنگی برگزاری کارگروه سلامت سالمندان در شهرستان ها با همکاری اداره بهزیستی و ادارات ذیربط آن شهرستان به صورت فصلی
۴. پایش برنامه مراقبت های ادغام یافته سلامت سالمندان در سطح استان
۵. اجرای دوره آموزشی مخصوص کارکنان محیطی
۶. اجرای دوره آموزشی مخصوص پرسنل مراکز نگهداری سالمندان
۷. انجام امورات مربوطه طبق دستور مقام مافوق
۸. همکاری و مشارکت با دانشکده های پزشکی و پیرا پزشکی در خصوص آموزش دانشجویان
۹. هماهنگی و همکاری با سایر واحدهای درون بخشی (واحد بیماریهای غیر واگیر و آموزش سلامت، واحد سلامت روان، تغذیه و...) و سازمانها و ادارات برون بخشی (بهزیستی، کمیته امداد، هلال احمر، شهرداری و...) در جهت پیشبرد اهداف سند ملی سالمندان و آموزش شیوه زندگی سالم در دوران سالمندی
۱۰. همکاری در آموزش ضمن خدمت کارکنان رده های مختلف
۱۱. برنامه ریزی و اجرای برنامه های آموزشی مورد نیاز
۱۲. شرکت در جلسات و کمیته های فنی مربوطه به منظور برنامه ریزی و پیشبرد اهداف برنامه

وظایف مربوط به آموزش / پژوهش نوآوری / بهبود کیفیت

۱. انجام مطالعات لازم جهت دستیابی به آخرین اطلاعات و مهارت های شغلی در زمینه های مربوطه و تلاش در گسترش آنها
۲. تهیه پروتکل های آموزشی برنامه های مربوطه
۳. مشارکت در اجرای طرحهای مطالعاتی و تحقیقاتی بدست آمده از تجزیه و تحلیل مشکلات برنامه ها در منطقه
۴. مشارکت در نظارت و اجرای طرح های پژوهشی ارائه شده از سوی وزارت متبوعه
۵. آموزش و باز آموزی به ارائه دهندگان خدمت در رده های مختلف
۶. اجرای برنامه های آموزش همگانی جهت جلب مشارکت آنان
۷. طراحی و تهیه مفاد و ابزار کمک آموزشی از قبیل پوستر، چارت، پمفلت، تراکت و ...
۸. انجام مطالعات لازم جهت دستیابی به آخرین اطلاعات و مهارت های شغلی در زمینه های مربوطه و تلاش در گسترش آنها