

سلامت سالمندان

هدف کلی برنامه تأمین، حفظ و ارتقاء سلامت جسمی، روانی و اجتماعی سالمندان (گروه سنی بالای ۶۰ سال) به منظور بهره‌مندی آنان از کیفیت زندگی بهتر از جنبه‌های مختلف در دوران سالمندی از طریق طراحی برنامه‌های بهداشتی می‌باشد. این برنامه دارای ۲ جزء می‌باشد: "بهبود شیوه زندگی سالم در دوران سالمندی" و "مراقبت‌های ادغام‌یافته سالمندان".

برنامه بهبود شیوه زندگی سالم در دوره سالمندی یک برنامه آموزشی استاندارد می‌باشد که به منظور آموزش سلامت و بهبود شیوه زندگی سالم به سالمندان با هدف ارتقاء سطح آگاهی و نگرش و تغییر رفتار سالمندان از سال ۱۳۸۴ در مناطق تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی تهران اجرا می‌شود. از سال ۱۳۸۸ مبحث تغذیه بر اساس جداول کتاب‌های آموزشی "راهنمای بهبود شیوه زندگی در دوره سالمندی" به سالمندان آموزش داده می‌شود. برنامه مراقبت‌های ادغام‌یافته سالمندان به منظور کاهش بار بیماری‌ها در سالمندان که از حداقل عوامل خطر و نشانه‌های بالینی کلیدی برای شناسایی زودرس بیماری، درمان مناسب و ارجاع به موقع استفاده شده است. این برنامه در اواخر سال ۱۳۸۶ از شهرستان ری آغاز شد که در سال ۱۳۸۸ به شهرستان اسلام‌شهر و در اواخر سال ۱۳۹۲ به منطقه تحت پوشش مرکز بهداشت جنوب نیز گسترش یافت.

جدول ۳۱-۵- آموزش‌های ارائه شده در خصوص برنامه سلامت سالمندان طی سال ۱۳۹۲

نوع	عنوان (مباحث)	گروه هدف	تعداد فراگیران
کلاس آموزشی	پوکی استخوان، دیابت سالمندان	سالمندان	۲۶۱۹
	بهبود شیوه زندگی سالم، مراقبت‌های ادغام‌یافته سالمندی، تغذیه سالمندان و غیره	پرستل	۶۲۵
	مباحث سالمندی (دیابت، آلزایمر، ورزش، تغذیه، بهداشت دهان، مراقبت از سالمند و یوست و غیره)	رابطین بهداشتی	۳۵۵۴
		مراجعه مراکز بهداشتی درمانی	۵۶۶۴
		برون‌بخشی [کارکنان شهرداری، خانه‌های سلامت، اعضاء بسیج و کمیته امداد امام(ره)]	۴۳۹۲
کارگاه آموزشی	مراقبت‌های ادغام‌یافته سالمندی	پرستل	۲۴۰
	مجموع		۱۷۰۹۴

اهم اقدامات دانشگاه به مناسبت روز جهانی سالمندان (۹ مهر ماه سال ۱۳۹۲) به شرح زیر می‌باشد:

- ویزیت رایگان و آموزش حداقل ۱۰۹۶ سالمند در مراکز بهداشتی درمانی، پارک‌ها و مساجد
- ارزیابی فشار خون و ارائه مشاوره به حداقل ۴۲۰ سالمند در پارک‌ها و مراکز بهداشتی درمانی
- انجام غربالگری دیابت برای حداقل ۵۲۶ سالمند در مراکز بهداشتی درمانی
- معاینه دهان و دندان ۱۳۶ نفر از سالمندان در مراکز بهداشتی درمانی
- اندازه‌گیری قد و وزن و تعیین شاخص توده بدنی (BMI) ۸۴۸ سالمند در مراکز بهداشتی درمانی
- توزیع بیش از ۱۸۰۰ تراکت و پمفلت با موضوع مباحث سالمندی و نصب پلاکارد، بنر و بیلپورد
- نصب ۳۷ پوستر روز جهانی سالمند در مراکز بهداشتی درمانی
- برگزاری جشن روز جهانی سالمند در مراکز و پایگاه‌های بهداشتی
- برگزاری اردوی تفریحی زیارتی ورزشی و آموزشی
- عیادت از سالمندان، برگزاری ورزش همگانی سالمندان، برگزاری کلاس‌های آموزشی درون بخشی و برون بخشی، برگزاری مسابقه واهداء جوایز، تقدیر از سالمندان خانواده شهدا و سخنرانی امامان جماعت در خصوص سالمندان، عیادت از سالمندان خانه کهریزک



جدول ۳۲-۵- شاخص های آموزش تغذیه برنامه شیوه زندگی سالم در دوران سالمندی طی سال ۱۳۹۲

گروه هدف	نوع مراکز	نیازمند آموزش		سالمند آموزش دیده		سالمند با اطلاعات ماندگار	
		تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد
سالمندان ۶۰ ساله و بالاتر	شهری	۱۴۲۰۱۳	۷ درصد	۹۰۸۳	۹۰/۷ درصد		
	روستایی	۵۸۸۰	۳۳/۷ درصد	۱۲۶۸	۶۳/۹ درصد		
	مجموع	۱۴۷۸۹۳	۸/۱ درصد	۱۰۳۵۱	۸۶/۲ درصد		

جدول ۳۳-۵- شاخص های عملکرد برنامه مراقبت های ادغام یافته سالمندان طی سال ۱۳۹۲

گروه هدف	نوع مراکز	مجری مراقبت ها	پوشش مراقبت های جدید	پوشش مراقبت های دوره ای
سالمندان ۶۰ ساله و بالاتر	شهری	پزشک	۵۰/۶ درصد	۶۷/۱ درصد
		غیرپزشک	۴/۴ درصد	۲۷/۴ درصد
	روستایی	پزشک	۵۶/۷ درصد	۵۹/۵ درصد
		غیرپزشک	۱۰/۱ درصد	۳۳/۱ درصد
	مجموع	پزشک	۵۱/۹ درصد	۶۴ درصد
		غیرپزشک	۵ درصد	۲۹/۵ درصد

سلامت روانی، اجتماعی و پیشگیری از اعتیاد

سلامت روانی و اجتماعی:

جدول ۳۴-۵- فعالیت های آموزشی، نظارتی برنامه ادغام سلامت روان در نظام مراقبت های بهداشتی اولیه طی سال ۱۳۹۲

محل تشکیل جلسه	جلسات آموزشی		جلسات نظارتی
	تعداد	فراگیران	
شبکه بهداشت اسلام شهر	۸	۱۶۶	۹۱
مرکز بهداشت جنوب تهران	۱۹	۴۱۳	۹۶
شبکه بهداشت ری	۴	۱۲۱	۸۹
معاونت بهداشت دانشگاه	۲	۱۰	۲۵
مجموع	۳۲	۷۱۰	۳۰۱

جدول ۳۵-۵- فعالیت ها در خصوص کاهش انگ اختلالات روانپزشکی طی سال ۱۳۹۲

عنوان فعالیت	تعداد
برگزاری همایش	۲ مورد- ۳۳۰ شرکت کننده
برگزاری جلسات آموزش بهداشت روان	۱۱۷ مورد- ۸۵۰ شرکت کننده
مصاحبه با رسانه های صوتی- تصویری [شبکه تهران، شبکه خبر و واحد مرکزی خبر رادیو] و انتشار مقاله در جراید کثیرالانتشار به مناسبت هفته سلامت روان	۵ مورد