



دانشکده بهداشت

گروه آموزشی: بهداشت عمومی

طرح دوره Course Plan

مشخصات فراگیران			مشخصات درس			
رشته تحصیلی: بهداشت عمومی			عنوان واحد درسی: بهداشت سالمندان			
مقطع تحصیلی: کارشناسی			نوع واحد درسی: نظری			
ترم تحصیلی:			کارآموزی:	کارآموزی:	عملی:	نظری: ۲
بخش:	سال:	کارآموز	کارآموزی:	کارآموزی:	عملی:	نظری: ۳۴
بخش:	سال:	کارورز	تاریخ تصویب جدیدترین برنامه آموزشی توسط وزارت بهداشت: ۱۳۸۹/۰۳/۰۹			پیشنیاز:
بخش:	سال:	دستیار				
سایر:			سایر:			
مشخصات مسئول درس						
رشته تحصیلی: آموزش بهداشت و روانشناسی			نام و نام خانوادگی: دکتر حسین معصومی جهندی			
رتبه علمی:			مقطع تحصیلی: دکتری تخصصی			
پست الکترونیک: hmjfh@zums.ac.ir			شماره تماس:			
آدرس محل کار: زنجان - بلوار پروین اعتصامی - دانشکده بهداشت و پیراپزشکی - گروه بهداشت عمومی						
نام و نام خانوادگی سایر مدرسان:						
بازنگری بر اساس نیاز جامعه:			تاریخ تدوین طرح درس: ۱۴۰۲/۰۶/۲۷		روش برگزاری برنامه:	
شماره جلسات بازنگری شده:	تاریخ تصویب توسط شورای EDC: ۰۰/۰۰/۰۰		تاریخ تأیید توسط شورای EDO: ۱۴۰۲/۰۶/۲۹		ترکیبی	مجازی
اهداف آموزشی						
هدف کلی:						
آشنایی با اصول بهداشت در دوران سالخوردگی و تامین سلامتی سالمندان و درک عواملی که موجب افزایش طول عمر و در نتیجه افزایش						

جمعیت سالخورده می گردد.

اهداف اختصاصی (رفتاری): در پایان برنامه آموزشی، انتظار می رود فراگیران قادر باشند:

❖ **حیطه شناختی:**

دوره سالمندی را تعریف کند سالخوردگی طبیعی، پیری و بیماری، پیری زودرس را تعریف کند

سن سالمندی در ایران و جهان را توضیح دهد.

جایگاه علم سالمندی در ایران و جهان را شرح دهد.

تعریف و تقسیم بندی سالمندان از نظر سازمان بهداشت جهانی تعریف کند

میانسالان را تعریف کند

سالمندان جوان را از نظر شرایط سنی و وضعیت جسمی، روانی، اجتماعی تعریف کند

سالمندان پیر را شناخته و مهمترین چالشهای را در این دوره سنی بیان کند

دوره کهن سالی را تعریف نموده و نحوه تعامل با سالمندان این دوره بیان کند.

گذار جمعیتی را توضیح دهد

علل سالمند شدن جمعیت را بیان نماید

تغییرات هرم سنی در ایران و جهان را توضیح دهد

تغییرات سلولی، تنظیم درجه حرارت و سیستم ایمنی را در سالمندان بررسی نموده و توضیح دهد

وضعیت دستگاه قلبی - عروقی، تنفسی گوارش و دستگاه ادراری را بخوبی شناخته و تفاوت وضعیت جسمی سالمندان با میانسالان و

جوانان را تشریح کند

عملکرد جنسی سالمندان و وضعیت اسکلتی عضلانی آنها را بیان کند

تفاوت تغییرات جسمی و شرایط رو به ضعف تواناییهای جسمی را در دورانه‌های مختلف سالمندی (سالمندان جوان، سالمند، کهنسالان)

شناخته و به خوبی تشریح نماید

تغییرات رو به ضعف عملکرد روانی سالمندان را توضیح دهد

اختلالات حواس، هوش و یادگیری را در دوران سالمندی شناخته و علل گسترش آنها را با افزایش سن شرح نماید

موارد اپیدمیولوژیک بیماریهای شایع جسمی و روانی را بیان نماید .

ارزش اجتماعی سالمندان را شناخته و برنامه های مختلف برای بازگشت سالمندان به عرصه اجتماعی را توضیح دهد

جایگاه سالمندی را در فرهنگ ایران بیان نماید

نحوه استفاده از تجرب سالمندان را توضیح دهد

ابعاد معنوی دوران سالمندی را بیان نماید

حمایت روانی از سالمندان را تشریح نموده و بیان کند که چگونه می توان از انزوای آنان پیشگیری نمود

خانه و سرای سالمندان را شناخته و شرایط ، چالشها و مشکلات و فرصتهای حضور سالمندان را در این خانه ها بیان کند

انتظارات سالمندان از خانواده، بستگان، دوستان و جامعه را شناسایی نموده، ارتباط متقابل جامعه و سالمند را بیان کند

آنچه موجب آزار سالمندان می شود را تعریف نموده راه حل ارائه نماید.

وظایف هر یک از کارکنان بهداشتی اعم از بهورز، کاردان، کارشناس بهداشتی و مسئولین شبکه را در قبال سالمندان توضیح دهد

چگونگی نظارت و پیگیری امور مربوط به سالمندان را در نظام شبکه و نحوه تکمیل پرونده و ارجاع آنان به مراکز بالاتر را بیان نماید

پیری زودرس را تعریف نموده و عوامل مهم موجود آن را بیان کند

عواملی که باعث افزایش امید به زندگی و طولانی کردن عمر می شود را شناخته، توضیح دهد

نقش عوامل ارثی و محیطی را در پیری زودرس و طولانی شدن عمر بیان نماید

نقش عوامل موثر در پیری را شناخته و اقدام نسبت به پیشگیری از آنها را توضیح دهد

سطوح سه گانه پیشگیری را تشریح نموده و نقش هر یک در جلوگیری از بیماریهای دوران سالمندی، بیان نماید.

علائم رو به گسترش دوران کودکی و نوجوانی که در دوران سالمندی به شکل بیماری بروز می کند را شناخته و شرح دهد.

نقش تغذیه صحیح و سالم را در افزایش کیفیت زندگی سالمندان شرح دهد

انواع فعالیت های فیزیکی موثر با توجه به وضعیت جسمی سالمندان را شرح دهد

تاثیر فعالیتهای فیزیکی و اجتماعی متناسب با سن سالمندان را در پیشگیری از بیماریهای جسمی و روانی خصوصاً افسردگی را بیان نماید

دوران بازنشستگی را شرح داده و نحوه استفاده صحیح سالمندان از اوقات فراغت دوران بازنشستگی شرح دهد

حیطه روانی حرکتی:

❖ حیطه عاطفی:

روش های تدریس

سخنرانی	پرسش و پاسخ	بحث گروهی	ایفای نقش
کارگاه آموزشی	نمایش عملی	PBL	پانل
گردش علمی	گزارش صبحگاهی	جورنال کلاب	گروه کوچک
Bedside teaching	Grand Round	Case Based Discussion	بیمار شبیه سازی شده

سایر روش های تدریس:

مواد و وسایل آموزشی

کتاب	جزوه	پاورپوینت	وایت برد	تصویر / عکس	کاتالوگ / بروشور	نمودار / چارت
فایل صوتی	فیلم آموزشی	نرم افزار	ماکت	اشیاء و لوازم واقعی	بیمار استاندارد شده	بیمار واقعی

سایر مواد و وسایل آموزشی: دیتا پروژکتور

مکان برگزاری آموزش

کلاس	سایت اینترنت	سالن کنفرانس	سالن آمفی تئاتر	سالن مولاژ	آزمایشگاه	Media Lab	Skill Lab	درمانگاه / بخش بالینی	عرصه بهداشت	جامعه
------	--------------	--------------	-----------------	------------	-----------	-----------	-----------	-----------------------	-------------	-------

سایر مکان های آموزشی:

تجارب یادگیری (مرتبط با استاد)

تکالیف یادگیری (مرتبط با فراگیر)

تعیین نوع تکلیف بر اساس هدفهای مورد انتظار شامل : مرور اطلاعات، بحث گروهی، درجهت هدفهای مورد انتظار آموزش واحد درس

• تکالیف گروهی: برای مشارکت دانشجویان و علایق آنان ارائه می شود از طریق تصمیم جمعی یکی از موضوعات را انتخاب و اجرا می کنند

ضوابط آموزشی و سیاست های مدرس

انتظارات: حضور به موقع در کلاس ، شرکت فعال در کلاس بصورت بحث مطالب علمی

مجازها:

محدودیتها: فعالیت با موبایل صحبت با همکلاسی

توصیه های ایمنی (دروس عملی / آزمایشگاهی / بالینی / عرصه)

فهرست منابع درسی

بهداشت سالمندان نویسنده: شیمر پورتر مترجمان: دکتر محسن ارجمند , دکتر محمد صمدانی فرد
راهنمای تغذیه سالم برای سالمندان نویسندگان: رایین میلر، ترجمه: معصومه صابر مقدم
بهداشت دوران سالمندی نویسنده خدیجه حاتمی پور، لیلا زارعی نشر بشری

روش ارزشیابی

گسترده پاسخ	کوته پاسخ	چند گزینه ای	جورکردنی	صحیح / غلط	چک لیست	مصاحبه
Key Feature	OSCE	Short Case	Long Case	Mini CEX	DOPS	Clinical Work Sampling
Log Book	360 ⁰	Portfolio	PUZZLE	PMP	SCT	CRP

سایر روش های ارزشیابی:

بارم بندی نمره (از ۲۰ نمره: نظری ۲۰ نمره، عملی: ۰)

حضور و مشارکت فعال: انمره	تکالیف کلاسی: ۲نمره	کار عملی: نمره
کوئیز: نمره	امتحان میان ترم / دوره: نمره	امتحان پایان ترم / دوره: ۱۷ نمره
سایر موارد:		

جدول ترتیب و توالی عناوین برنامه نظری

شماره جلسه	عنوان جلسه	ملاحظات
۱	آشنایی با کلیاتی در زمینه درس و تعریف سالمندی	مدت زمان 90 دقیقه
۲	آشنایی با تعاریف و اقسام سالمندی	مدت زمان 90 دقیقه
۳	آشنایی با علل سالمند شدن جمعیت و تغییرات هرم سنی در ایران و جهان	مدت زمان 90 دقیقه
۴	آشنایی با تغییرات فیزیولوژیک و آناتومیک سالمندان	مدت زمان 90 دقیقه
۵	ادامه آشنایی با تغییرات فیزیولوژیک و آناتومیک سالمندان	مدت زمان 90 دقیقه
۶	آشنایی با اپیدمیولوژی بیماریهای شایع جسمانی و روانی در سالمندان	مدت زمان 90 دقیقه
۷	آشنایی با ارزش اجتماعی و معنوی سالمندان	مدت زمان 90 دقیقه
۸	ادامه آشنایی با ارزش اجتماعی و معنوی سالمندان	مدت زمان 90 دقیقه
۹	آشنایی با مراقبت از سالمندان	مدت زمان 90 دقیقه
۱۰	ادامه آشنایی با مراقبت از سالمندان	مدت زمان 90 دقیقه
۱۱	آشنایی با جایگاه بهداشت سالمندان در نظام شبکه	مدت زمان 90 دقیقه
۱۲	آشنایی با پیری زودرس و عوامل مهم در طولانی کردن عمر	مدت زمان 90 دقیقه
۱۳	آشنایی با پیشگیری از بیماریهای دوران سالمندی از دوران کودکی و جوانی	مدت زمان 90 دقیقه
۱۴	ادامه آشنایی با پیشگیری از بیماریهای دوران سالمندی از دوران کودکی و جوانی	مدت زمان 90 دقیقه
۱۵	آشنایی با عوامل موثر بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان	مدت زمان 90 دقیقه
۱۶	ادامه آشنایی با عوامل موثر بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان	مدت زمان 90 دقیقه
۱۷	ادامه آشنایی با عوامل موثر بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان	

*توجه: تاریخ شروع و پایان، در زمان آغاز برنامه آموزشی، توسط مسؤول درس / کارشناس آموزش، به اطلاع فراگیران رسانیده خواهد شد.

جدول ترتیب و توالی عناوین برنامه عملی

شماره جلسه	عنوان جلسه	ملاحظات
۱		
۲		
۳		
۴		
۵		
۶		
۷		
۸		
۹		
۱۰		
۱۱		
۱۲		
۱۳		
۱۴		
۱۵		
۱۶		
۱۷		

*توجه: تاریخ شروع و پایان، در زمان آغاز برنامه آموزشی، توسط مسؤول درس / کارشناس آموزش، به اطلاع فراگیران رسانیده خواهد شد.

جدول ارائه برنامه کارآموزی / کارورزی

مدرس (مدرسان)	مکان ارائه	عنوان برنامه آموزشی	طول دوره *		
			ماه	روز	ساعت

*توجه: تاریخ شروع و پایان، در زمان آغاز برنامه آموزشی، توسط مسئول درس / کارشناس آموزش، به اطلاع فراگیران رسانیده خواهد شد.