

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گناباد

مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی دانشگاه

واحد برنامه ریزی درسی و آموزشی

طرح دوره (COURSE PLAN)

| | | |
|---------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------|
| دانشکده: بهداشت | گروه آموزشی: بهداشت عمومی | مقطع و رشته تحصیلی: کارشناسی-رشته |
| بهداشت عمومی | | |
| نام درس: بهداشت عمومی | | تعداد واحد: ۱ واحد نظری |
| گروه هدف: دانشجویان بهداشت عمومی | | تعداد جلسات: ۸ |
| پیش نیاز: | | مکان برگزاری: دانشکده بهداشت |
| مدرس/مدرسين: دکتر دوگونچی، خانم خوشخو | | |
| تهیه و تنظیم: | | |
| تاریخ تدوین/ بازنگری: | | |

معرفی درس:

با توجه به افزایش روز افزون جمعیت سالمندان و اهمیت بهبود کیفیت زندگی آن ها، نیاز سالمندان به خدمات بهداشتی پیش از پیش احساس می شود و می بایست افراد دانش و مهارت خود را در رابطه با عوامل موثر بر پدیده سالمندی و همچنین تغییرات همه جانبه ای که در سالمندان اتفاق می افتد افزایش داده و با اصول مراقبت از سالمندان و بهداشت سالمندی آشنا شوند.

عناوین کلی (سرفصل ها) این درس شامل موارد زیر می باشد:

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:

- معارفه و مروری بر تاریخچه، تعاریف و مفاهیم متداول سالمندشناسی
- جمعیت شناسی و تغییرات هرم سنی در ایران و جهان
- عوامل موثر بر تغییرات جمعیت سالمندان در ایران
- تغییرات آناتومیک و فیزیولوژیک در سالمندان
- بررسی نیازهای تغذیه‌ای و تغذیه سالم در سالمندان
- مروری بر مهمترین مشکلات شایع سالمندی و پیشگیری از آنان
- بسته خدمات سالمندان بر حسب شیوع_سندرم های شایع سالمندان) فشارخون، اختلالات تغذیه ای، چربی خون، پوکی استخوان، سقوط و عدم تعادل
- خواب در سالمندان و انواع اختلالات آن و روشهای بهبود آن
- بررسی اختلالات روانی شایع در دوران سالمندی و نحوه ارتقا سلامت
- مروری بر بیماری های شناختی شایع در سالمندان(دلیریوم و دمانس)
- شناخت درد در سالمندی و نحوه ارزیابی آن
- روش های ایمن سازی محیط برای سالمندان
- بیماری های مزمن در سالمندی و عوامل موثر بر دوره مراقبت بیماری مزمن
- نحوه مصرف ایمن داروها با توجه به افزایش سن در سالمندی
- مروری بر مراقبت های توانبخشی و ترمیمی در دوران سالمندی
- نقش مراقبت های طولانی مدت و مراقبین خانوادگی در دوران سالمندی
- آشنایی با تعاریف مراقبت های پایان عمر و حمایت از خانواده

تکالیف و پروژه‌های دانشجویان

▪ تکالیف طول ترم

| شماره | عنوان تکلیف | شرح تکلیف | مهلت پاسخ دادن دانشجویان | مهلت فیدبک دادن مدرس | هدف از ارائه تکلیف |
|-------|-------------|---|--------------------------|----------------------|--------------------|
| | | * تکالیف بارگزاری شده در سامانه نوید * ارائه کنفرانس | | | |

▪ پروژه درسی

۱. آیا برای درس خود پروژه پایان ترم /میان ترم در نظر گرفته‌اید؟ بلی خیر

❖ سایر فعالیت های یادگیری

آزمون های خود ارزیابی

۱. آیا برای درس خود آزمون در نظر گرفته‌اید؟ بلی خیر

رسانه و وسایل آموزشی:

ویدئو پروژکتور ، وایت برد و کامپیوتر با استفاده از نرم افزارهایی شامل سامانه نوید

روش تدریس:

سخنرانی، پرسش و پاسخ، دانشجو محور، آموزش مجازی

ارزشیابی دانشجویان

| نمره | شیوه ارزشیابی دانشجو | نوع ارزشیابی |
|------|--|---------------------------------|
| | | ارزشیابی تکوینی (میان دوره) |
| | آزمون کتبی | |
| | آزمون کتبی تستی تشریحی | ارزشیابی پایانی (پایان دوره) |
| | تکالیف در کلاس و بارگزاری در سامانه نوید و ارائه کنفرانس | انجام تکالیف |
| | حضور کامل و فعال | حضور در کلاس |
| ۲۰ | | جمع کل |

❖ مقررات

مقررات

- حداقل نمره قبولی ۱۰
- تعداد دفعات مجاز غیبت موجه در کلاس حد اکثر ۲ جلسه

منابع درسی:

- مجموعه چهار جلدی راهنمای شیوه زندگی سالم در سالمندی و راهنمای مراقبت‌های ادغام یافته سالمند وزارت بهداشت
- کتاب جامع بهداشت عمومی-فصل یازدهم-دکتر حسین حاتمی و دکتر سید منصور رضوی انتشارات ارجمند چاپ ۱۳۹۲
- کتاب بهداشت سالمندان و مروری بر جنبه‌های مختلف زندگی آنان. مریم تاجور و فرشته فرزبان پور . انتشارات نسل فردا
- کتاب راهنمای سلامتی برای سالمندان: مراقبتهای بهداشتی و تغذیه ای در سالمندان. نجم الدین موسوی ، سیما قاسمی. انتشارات کتابخانه صدر

نیمسال اول ۱۴۰۴-۱۴۰۳

جدول زمانبندی درس بهداشت سالمندان

| شماره جلسه | رئوس مطالب | اهداف اختصاصی (حیطه شناختی، عاطفی و مهارتی) | روز و تاریخ | ساعت | استاد |
|------------|---|---|-------------|-------|---------|
| ۱ | معارفه و مروری بر تاریخچه، تعاریف و مفاهیم متداول سالمندشناسی | دانشجو بتواند مفاهیم متداول سالمندشناسی را بیان کند (شناختی) | چهارشنبه | ۸ صبح | دوگونچی |
| ۲ | جمعیت‌شناسی و تغییرات هرم سنی در ایران و جهان | دانشجو بتواند تغییرات هرم سنی در ایران و جهان را توضیح دهد (شناختی) | | | دوگونچی |
| ۳ | عوامل موثر بر تغییرات جمعیت سالمندان در ایران | دانشجو بتواند عوامل موثر بر تغییرات جمعیت سالمندان در ایران را بیان کند. (شناختی) | | | دوگونچی |
| ۴ | تغییرات آناتومیک و فیزیولوژیک در سالمندان | دانشجو بتواند تغییرات آناتومیک و فیزیولوژیک در سالمندان را بیان کند (شناختی) | | | دوگونچی |
| ۵ | بررسی نیازهای تغذیه‌ای و تغذیه سالم در سالمندان | دانشجو بتواند نیازهای تغذیه‌ای و تغذیه سالم در سالمندان را توضیح دهد (شناختی) | | | دوگونچی |
| ۶ | مهمترین مشکلات شایع سالمندی راههای پیشگیری از آنان | دانشجو بتواند با اشاره به مهمترین مشکلات شایع سالمندی راههای | | | دوگونچی |

| | | | | | |
|----------|-------|--------|---|---|----|
| | | | پیشگیری از آنان را شرح دهد (شناختی) | | |
| دوگونیچی | | | دانشجو بتواند بسته خدمات سالمندان بر حسب شیوع_سندرم های شایع سالمندان) توضیح دهد (شناختی) | بسته خدمات سالمندان بر حسب شیوع_سندرم های شایع سالمندان | ۷ |
| دوگونیچی | | | دانشجو بتواند انواع اختلالات خواب در سالمندان و روشهای بهبود خواب را بیان کند (شناختی) | انواع اختلالات خواب در سالمندان و روشهای بهبود خواب | ۸ |
| خوشخو | ۱۶-۱۴ | دوشنبه | دانشجو بتواند انواع اختلالات روانی در سالمندی و روش های ارتقا سلامت روان در سالمندان را شرح دهد. (شناختی) | اختلالات روانی در سالمندی | ۹ |
| خوشخو | | | دانشجو بتواند انواع اختلالات شناختی در سالمندی و نحوه مراقبت از بیمار مبتلا به دمانس را بیان کند. (شناختی) | اختلالات شناختی در سالمندی | ۱۰ |
| خوشخو | | | دانشجو بتواند درد در سالمندی را توضیح داده و به خوبی آن را ارزیابی کند. دانشجو بتواند نحوه ایمن سازی محیط را برای سالمندان شرح دهد. | درد - ایمنی | ۱۱ |
| خوشخو | | | دانشجو بتواند بیماری های مزمن سالمندی و عوامل موثر بر دوری مراقبت مزمن سالمندان را توضیح دهد. | زندگی همراه با بیماری های مزمن | ۱۲ |

| | | | | | |
|-------|--|--|--|--|----|
| خوشخو | | | دانشجو بتواند نحوه مصرف ایمن داروها در سالمندی را بیان کند. | مصرف ایمن داروها در سالمندی | ۱۳ |
| خوشخو | | | دانشجو بتواند انواع مراقبت های توان بخشی و ترمیمی در سالمندی را شرح دهد. | مراقبت های توان بخشی و ترمیمی | ۱۴ |
| خوشخو | | | دانشجو بتواند انواع مراقبت های طولانی مدت و نقش خانواده ها در مراقبت از سالمندان را توضیح دهد. | مراقبت های طولانی مدت و مراقبین خانوادگی | ۱۵ |
| خوشخو | | | دانشجو بتواند مراقبت های پایان عمر را به طور کامل شرح دهد. | مراقبت های پایان عمر | ۱۶ |