



دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اسدآباد
مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی
کمیته برنامه ریزی درسی
فرم طرح درس

عنوان کامل درس: بهداشت سالمندان	رشته و مقطع تحصیلی: کارشناسی بهداشت عمومی - ترم ۶
سال تحصیلی: ۱۴۰۲-۱۴۰۳ نیمسال: دوم	پیش نیاز: ندارد
تعداد واحد: ۲	تعداد فراگیران: ۱۲ نفر
زمان برگزاری کلاس (روز-ساعت): روز سه شنبه ساعت ۱۶-۱۸	نوع درس: تئوری ■ عملی □ کارآموزی □
تاریخ شروع کلاس: ۱ اسفند ماه ۱۴۰۲	تاریخ خاتمه کلاس: ۲۹ خرداد ۱۴۰۳
نام و نام خانوادگی مدرس: دکتر زینب مکوندی	پست الکترونیک مدرس: zeinabmakvandi@gmail.com
گروه مدرسین: -	مدرس مسئول درس: دکتر زینب مکوندی

شرح 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.

گزیده ای از مقررات آموزشی در کلاس درس:

- دانشجو موظف است قبل از حضور استاد در کلاس حاضر باشد.
- خاموش کردن تلفن همراه در کلاس درس الزامی است.
- فعالیت های دانشجو در کلاس درس شامل شرکت فعال در بحث، پاسخ به سوالات و آمادگی برای یادگیری می باشد.
- در صورتی که غیبت دانشجو در کلاس بیش از ۴/۱۷ ساعات جلسات شود، درس مربوطه حذف خواهد شد.
- به استناد آیین نامه مصوب جلسه ۲۵۸ شورای عالی انقلاب فرهنگی کارنامه رفتار و پوشش حرفه ای دانشجویان طبق لیست پیوست توسط اساتید تکمیل خواهد گردید.

هدف کلی درس:

هدف کلی از آرایه این دوره آشنایی دانشجویان با تعریف سالمندی و بررسی تعیین کننده های سلامت جسمی و سلامت روان در سالمندان و درک و شناسایی پیش بینی کننده های افزایش کیفیت زندگی در سالمندان می باشد. در این راستا ضرورت آشنایی دانشجویان با مفاهیم زیر احساس می شود:

تعریف سالمندی، طبقه بندی سالمندی، عوامل تاثیر گذار بر سبک زندگی سالمندان و جمعیت شناختی و تغییرات هرم سنی در ایران و جهان، تغییرات فیزیولوژیک و آناتومیک در سالمندی، اپیدمیولوژی بیماری های شایع در سالمندی، ارزش اجتماعی و معنوی در سالمندی، مراقبت از سالمندان، جایگاه سالمندی در نظام شبکه های بهداشتی و عوامل موثر بر افزایش کیفیت زندگی در سالمندان.

جلسه اول - تاریخ: ۱۴۰۲/۱۲/۱

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
آشنایی با طرح درس و تعاریف سالمندی و اصطلاحات مرتبط با آن	دانشجو بتواند در پایان جلسه: ۱. ضرورت توجه به بهداشت سالمندان را شرح دهد. ۲. تعریفی از فرد سالمند را بیان کند. ۳. نیازهای دوران سالمندی را نام ببرد. ۴. سالمندی را به عنوان یک فرایند زیستی نه ناتوانی درک و درباره آن بحث کند. ۵. با کمک نمایش اسلاید آموزشی، به سوالات مدرس در خصوص عوامل تاثیر گذار بر سبک زندگی سالمندان بازخورد صحیح بدهد.	شناختی(دانش) شناختی(دانش) شناختی(ادراک) عاطفی (توجه)	سخنرانی، پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و ماژیک

جلسه دوم - تاریخ: ۱۴۰۲/۱۲/۸

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
عوامل تاثیر گذار در افزایش جمعیت سالمندی و مقایسه تغییرات هرم سنی در ایران و جهان	دانشجو بتواند در پایان جلسه: ۱. عوامل تاثیر گذار در افزایش جمعیت سالمندی را شرح دهد. ۲. در مورد دلایل تغییرات در جمعیت سالمندان در سال های آینده در ایران بحث کند. ۳. تفاوت هرم سنی سالمندان را با سایر هرم های سنی مقایسه کند. ۴. تحولات هرم سنی در ایران و جهان را مقایسه و تفسیر کند.	شناختی(دانش) شناختی(ادراک) شناختی(ادراک) شناختی(ادراک)	سخنرانی، پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و ماژیک

جلسه سوم - تاریخ: ۱۴۰۲/۱۲/۱۵

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
تغییرات فیزیولوژیک و اناتومیک سالمندی	دانشجو بتواند در پایان جلسه: ۱. سه مورد از تغییرات آناتومی و فیزیولوژیک دوران سالمندی را بیان دارد. ۲. سه مورد از تغییرات فیزیولوژیکی که کیفیت زندگی سالمند را تحت تاثیر قرار می دهد را نام ببرد. ۳. وضعیت اسکلتی عضلانی سالمندان را با وضعیت اسکلتی عضلانی افراد جوان مقایسه کند. ۴. تغییرات آناتومی با استفاده از اسلاید آموزشی تفسیر کند.	شناختی(دانش) شناختی(دانش) شناختی(ادراک) شناختی(ادراک)	سخنرانی، پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و ماژیک

جلسه چهارم - تاریخ: ۱۴۰۲/۱۲/۲۲

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
	دانشجو بتواند در پایان جلسه:			

اپیدمیولوژی بیماری های شایع در سالمندی	۱. دو مورد از بیماری شایع دوران سالمندی را نام ببرد. ۲. سه مورد از دلایل ایجاد بیماری های شایع در دوران سالمندی را بیان کند. ۳. بیماری های شایع در دوران سالمندی را طبقه بندی کند.	شناختی(دانش) شناختی(دانش) شناختی(دانش)	سخنرانی پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و مژیک
--	--	--	---------------------	--

جلسه پنجم - تاریخ: ۱۴۰۳/۰۱/۱۴

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری دانشجو بتواند در پایان جلسه:	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
پیشگیری از بیماریهای غیر واگیر شایع (سرطان، بیماری گوارشی)	۱. عوامل موثر مرتبط با بیماریهای دستگاه گوارش را بیان کند. ۲. اقدامات موثر در کاهش بیماری های دستگاه گوارش را تشریح نماید. ۳. نحوه ی انجام تست فیت (سرطان روده بزرگ) را برای سایر دانشجویان توضیح دهد.	شناختی(دانش) شناختی(دانش) شناختی (ادراک)	سخنرانی پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و مژیک

جلسه ششم - تاریخ ۱۴۰۳/۰۱/۲۱

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری دانشجو بتواند در پایان جلسه:	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
پیشگیری از بیماریهای غیر واگیر شایع (پوکی استخوان، بیماری های قلبی عروقی)	۱. عوامل موثر بر افزایش پوکی استخوان را بیان کند. ۲. سه مورد از راهکارهای کاهش بیماری قلبی عروقی را توضیح دهد. ۳. سه مورد از عوامل موثر در پیشگیری از پوکی استخوان را نام ببرد.	شناختی(دانش) شناختی(ادراک) شناختی(دانش)	سخنرانی پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و مژیک

جلسه هفتم - تاریخ ۱۴۰۳/۰۱/۲۸

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری دانشجو بتواند در پایان جلسه:	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
پیشگیری بیماریهای عضلانی اسکلتی و بهداشت فردی مرتبط با آن	۱. انواع بیماری های اسکلتی عضلانی را نام ببرد. ۲. عوامل مرتبط با پیشگیری بیماری اسکلتی عضلانی را بیان کند. ۳. اهمیت بهداشت فردی را در سالمندان توضیح دهد.	شناختی(دانش) شناختی(دانش) شناختی(ادراک)	سخنرانی پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و مژیک

جلسه هشتم - تاریخ: ۱۴۰۳/۰۲/۰۴

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری دانشجو بتواند در پایان جلسه:	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
-------------	--	------	-----------	--------------

جایگاه سالمندی در نظام شبکه های بهداشتی	۱. چارت سالمندان در نظام شبکه بهداشتی را بشناسد. ۲. وظایف هر یک از کارکنان بهداشتی را در قبال سالمندان توضیح دهد. ۳. نحوه اندازه گیری نمایه توده بدنی و درجه حرارت را در سالمندان نمایش دهد. ۴. چگونگی نظارت و پیگیری امور مربوط به سالمندان را توضیح دهد. ۵. نحوه تشکیل پرونده و ارجاع به مراکز بالاتر را بیان نماید.	شناختی(دانش) شناختی(ادراک) شناختی(کاربرد) شناختی(ادراک) شناختی(دانش)	سخنرانی پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و مژیک
---	--	--	------------------------	--

جلسه نهم - تاریخ: ۱۴۰۳/۰۲/۱۱

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری دانشجو بتواند در پایان جلسه:	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
مراقبت از سالمندان	۱. دو مورد از انتظارات سالمندان از خانواده ها، دوستان و جامعه را بشناسد. ۲. ارتباط متقابل جامعه و سالمند را بیان کند. ۳. چالش ها، مشکلات و فرصتهای حضور سالمندان در سرای سالمندان را مقایسه کند. ۴. دو مورد از بیماری ها با شیوع بالا را در سرای سالمندان نام ببرد.	شناختی(دانش) شناختی(دانش) شناختی(تحلیل) شناختی(دانش)	سخنرانی پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و مژیک

جلسه دهم - تاریخ: ۱۴۰۳/۰۲/۱۸

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری دانشجو بتواند در پایان جلسه:	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
پیشگیری از بیماری های دوران سالمندی	۱. سطوح ۴ گانه پیشگیری و نقش آنها را در جلوگیری از بیماری های دوران سالمندی توضیح دهد. ۲. نقش عوامل موثر در پیری را شناخته و نسبت به پیشگیری از آن اقدام نماید. ۳. علائم رو به گسترش دوران کودکی و نوجوانی که در دوران سالمندی به شکل بیماری بروز می کند را شرح دهد.	شناختی(ادراک) شناختی(دانش) شناختی(ادراک)	سخنرانی پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و مژیک

جلسه یازدهم - تاریخ: ۱۴۰۳/۰۲/۲۵

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری دانشجو بتواند در پایان جلسه:	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
-------------	--	------	-----------	--------------

ارزش اجتماعی و معنوی در سالمندی	۱. ابعاد معنوی دوران سالمندی را بیان داشته و حمایت روانی از آنها را شرح دهد. ۲. جایگاه سالمندی را در فرهنگ ایران تعریف نموده و نحوه استفاده از تجربیات آنها را بیان دارد. ۳. دو مورد از نقش سالمندان در اجتماع را نام ببرد. ۴. دانشجو به اسلایدهای آموزشی نمایش داده شده توسط مدرس توجه کنند.	شناختی(ادراک) شناختی(دانش) شناختی(دانش) عاطفی (توجه)	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث گروهی	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و ماژیک
---------------------------------	--	---	-------------------------------------	--

جلسه دوازدهم - تاریخ ۱۴۰۳/۰۳/۰۱

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری دانشجو بتواند در پایان جلسه:	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
ارتقای کیفیت زندگی	۱. عوامل موثر بر کیفیت زندگی سالمندان را تشریح نماید. ۲. اقدامات فردی واجتماعی ارتقای دهنده کیفیت زندگی سالمندی را تشریح نماید. ۳. عوامل موثر بر سلامت اجتماعی سالمندان را بیان کند.	شناختی(ادراک) شناختی(ادراک) شناختی(دانش)	سخنرانی پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و ماژیک

جلسه سیزدهم - تاریخ: ۱۴۰۳/۰۳/۰۸

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری دانشجو بتواند در پایان جلسه:	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
برنامه سالمندان در سامانه سیب	۱. دو مورد از برنامه مرتبط با سالمندان در سامانه سیب را توضیح دهد. ۲. زمان مراجعات و مراقبت های مربوط به سالمندان را توضیح دهد. ۳. سلامت سالمندان در بهداشت عمومی را مهم تلقی کند. ۴. دانشجو به اسلایدهای آموزشی نمایش داده شده توسط مدرس توجه کنند.	شناختی(ادراک) شناختی(ادراک) عاطفی (پاسخ) عاطفی (توجه)	سخنرانی پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و ماژیک

جلسه چهاردهم - تاریخ: ۱۴۰۳/۰۳/۱۵ (تعطیل رسمی - جبرانی در تاریخ هماهنگ شده)

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری دانشجو بتواند در پایان جلسه:	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
برنامه بهبود شیوه زندگی سالم در دوران سالمندی	۱. دو مورد از اهدافی که در دوران سالمندی به بهبود سبک زندگی کمک می کند را نام ببرد. ۲. دو مورد تعیین کننده های سبک زندگی سالم را بیان کند. ۳. تعریفی کلی از سبک زندگی سالم بیان کند.	شناختی(دانش) شناختی(دانش) شناختی(دانش)	سخنرانی پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و ماژیک

جلسه پانزدهم - تاریخ: ۱۴۰۳/۰۳/۲۲

عنوان مبحث:	اهداف رفتاری دانشجو بتواند در پایان جلسه:	حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
-------------	--	------	--------------	--------------

آزمایشات و غربالگری های روتین برنامه سالمندان		۱. آزمایشات مرتبط با دوران سالمندی را نام ببرد. ۲. اهمیت آزمایشات مرتبط با دوران سالمندی را درک کند و شرح دهد. ۳. نحوه ی انجام یکی از غربالگری های روتین دوران سالمندی را نمایش دهد.		شناختی(دانش) شناختی(ادراک) شناختی(کاربرد)	سخنرانی پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و ماژیک
جلسه شانزدهم- تاریخ: ۱۴۰۳/۰۳/۲۹						
عنوان مبحث:		اهداف رفتاری دانشجو بتواند در پایان جلسه:		حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
اهمیت تاثیر فعالیت فیزیکی و ورزش بر سلامت سالمندان		۱. دو مورد از اثرات فعالیت بدنی را بر سلامت سالمند نام ببرد. ۲. آزمون تست par Q را برای سایر دانشجویان شرح دهد. ۳. دو مورد انواع فعالیت بدنی متوسط را نام ببرد. ۴. میزان فعالیت بدنی متوسط را از نگاه WHO بیان کند.		شناختی(دانش) شناختی(ادراک) شناختی(دانش) شناختی(دانش)	سخنرانی پرسش و پاسخ	کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید آموزشی، وایت برد و ماژیک
جلسه هفدهم - تاریخ:						
عنوان مبحث:		اهداف رفتاری		حیطه	روش تدریس	وسایل آموزشی
برگزاری آزمون کتبی		دانشجو بتواند در پایان جلسه، به سئوالات آزمون پاسخ صحیح دهد.		شناختی		

ارزشیابی:

ارزشیابی: تکوینی ■ پایانی ■

نمره کل: ۲۰

حضور فعال: کوئیز: ۲ نمره تکلیف: ۱۰ نمره آزمون میان ترم: آزمون پایان ترم: ۱۷ نمره

نوع آزمون میان ترم: شفاهی □ تشریحی □ چند گزینه ای □ صحیح و غلط □ جور کردنی □

نوع آزمون پایان ترم: شفاهی □ تشریحی ■ چند گزینه ای ■ صحیح و غلط □ جور کردنی □

منابع:

۱- حاتمی حسین ، رضوی منصور، کتاب جامع بهداشت عمومی، فصل ۱۱، گفتار ۲۱

۲- تاجور مریم، بهداشت سالمندان ، انتشارات نسل فردا ؛ آخرین چاپ

۳- بوکلت مراقبت های ادغام یافته سالمندان ۱۴۰۰