|  |
| --- |
| بسمی تعالی  دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان  دانشکده بهداشت  گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت  طرح درس ترمی |
| **عنوان درس : بهداشت سالمندان رشته و مقطع تحصیلی : کارشناسی بهداشت عمومی  سال تحصیلی : 1402-1403 ترم تحصیلی : ترم بهمن 1402 پیشنیاز:ندارد تعدادواحد:2   روز و ساعت درس: یک شنبه 12-10 مدرس مسئول: دکتر مهدی عبدالکریمی**  **پست الکترونیکی:** Mahdi\_13581@yahoo.com |
| **مقدمه**:  دانشجویان رشته بهداشت عمومی،بعد از فارغ التحصیل شدن ممکن است در بخشهای مختلف نظام سلامت مشغول به کار شوند.یکی از گروههای هدف مراقبتی سالمندان می باشند.با توجه به افزایش جمعیت سالمندان و افزایش نیاز به ارایه مراقبتهای سلامتی در این گروه، هدف از این درس آشنایی با تغییرات ایجاد شده در دوره سالمندی و مراقبتهای مورد نیاز در این گروه می باشد.امید است با یادگیری نکات اساسی برای مراقبت از سالمندان بتوانید در آینده مراقبتهای موثری برای ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماری ها ذر این گروه ارایه نمایید.  **اهداف کلی درس:** آشنایی فراگیر با تعریف سالمندي و اقسام سالمندي از دیدگاههاي مختلف، نظریه هاي جامعه شناسی سالمندي، تغییرات  فیزیولوژیک و آناتومیک سالمندي، اپیدمیولوژي بیماري هاي شایع جسمانی و روانی سالمندي، مراقبت از سالمندان و بهبود کیفیت زندگی سالمندان.  **اهداف اختصاصی:**   * آشنایی با مفهوم سالمندی و تعاریف مرتبط * آشناای با تئوری های مرتبط با سالمندی * آشنایی با هرم و ویزگی های جمعیت شناختی سالمندی * آشنایی با تغییرات در سیست قلب و عروق سالمندی * آشنایی با مراقبتهای ضروری مرتبط با تغییرات سیستم قلب و عروق در سالمندان * آشنایی با تغییرات در سیستم گوارش سالمندی * آشنایی با مراقبتهای ضروری مرتبط با تغییرات گوارش در سالمندان * آشناایی با اصول تغذیه صحیح در سالمندان * آشنایی با تغییرات در سیستم ادراری سالمندی * آشنایی با مراقبتهای ضروری مرتبط با تغییرات سیستم ادراری در سالمندان * آشنایی با تغییرات در سیستم بینایی و شنوایی سالمندان در سالمندی * آشنایی با مراقبتهای ضروری مرتبط با تغییرات سیستم بینایی و شنوایی سالمندان * آشناایی با مفهوم سقوط و راههای اجتناب از آن در سالمندان * آشنایی با اختلات ذهنی در سالمندان (دمانس و آلزایمر) * آشناایی با افسردگی و خودکشی در سالمندان * آشناایی با اختلالات سیستم عضلانی و اسکلتی در سالمندان   **منابع اصلی درس :**  کتاب جامع بهداشت عمومی، دکتر حسين حاتمی و همکاران،انتشارات ارجمند، جلد 1و2و3 مباحث مربوطه ( آخرین چاپ)  پرستاری سالمندی،دکتر احمد علی اسدی نوقابی،نشر جامعه نگر  جامعه شناسی و مبانی بهداشت سالمندی،تالیف علی صدارالهی،چاپ اول  سالمندی و ارتقای سلامت، شهلا اسیری،انتشارات دهسرا  **نحوه ارزشیابی واحد درسی:**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **ردیف** | **شرح فعالیت** | **درصد** | **نمره** | | **1** | **حضور منظم و شرکت فعال در مباحث درسی** | **5%** | **1** | | **2** | **آزمون های کلاسی و بین ترم** | **25%** | **5** | | **3** | **ارایه و انجام تکالیف ارایه شده** | **%10** | **2** | | 4 | **آزمون پایانی** | **%**50 | 10 | | 5 | **جمع** | **100%** | **20** |   سوالات آزمون پایان ترم به صورت سوالات تشریحی و چهار گزینه ای خواهد بود.  مقررات و نحوه برخورد با غیبت و تاخیر دانشجو :مطابق قوانین آموزشی دانشکده اعمال خواهد شد |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| جدول زمان بندی ارائه برنامه درس | | | | |
| حیطه یادگیری | روش تدریس | فعالیت فراگیران | در پایان هر جلسه از دانشجو انتظار م یرود: | جلسه |
| شناختی، عاطفی | سخنرانی با استفاده از اسلاید و پروژکتور و پرسش و پاسخ | توجه و نوشتن یادداشت و جوا ب دادن به پرسش های کلاسی،شرکت فعال در بحث | سالمندي را تعریف کند  سالمندي را از دیدگاه زیست شناختی، اجتماعی و روانشناختی تبیین نماید.  نظریه هاي زیست شناختی سالمندي را توضیح دهد | **اول** |
| شناختی، عاطفی | سخنرانی با استفاده از اسلاید و پروژکتور و پرسش و پاسخ | " | روند سالمندي در ایران و جهان را توضیح دهد  هرم جمعیت شناسی و تغییرات هرم سنی در ایران و جهان را بشناسد | **دوم** |
| شناختی، عاطفی | سخنرانی با استفاده از اسلاید و پروژکتور و پرسش و پاسخ | " | تغییرات ایجاد شده در اثر سالمندی در سیتم قلب و عروق را شرح دهد.  مراقبتهای ضروری جهت پیشگیری از اختلالات و عوارض در سیستم قلب و عروق را بشناسد. | **سوم** |
| شناختی، عاطفی | سخنرانی با استفاده از اسلاید و پروژکتور و پرسش و پاسخ | " | تغییرات ایجاد شده در اثر سالمندی در سیستم گوارشی سالمندان را شرح دهد..  مراقبتهای ضروری جهت پیشگیری از اختلالات و عوارض در سیستم گوارشی سالمندان را بشناسد. | **چهارم** |
| شناختی، عاطفی | سخنرانی با استفاده از اسلاید و پروژکتور و پرسش و پاسخ | " | تغییرات ایجاد شده در اثر سالمندی در سیتم تناسلی و ادراری را بشناسد.  اختلالات ایجاد شده در اثر سالمندی در سیستم ادراری را بشناسد.  مراقبتها و آموزشهای لازم جهت پیشگیری از اختلالات دستگاه ادراری سالمندان را بیان کند. | **پنجم** |
| شناختی، عاطفی | ارایه درس به صورت کلاس معکوس و بحث و تبادل نظر در کلاس | " | تغییرات ایجاد شده در سیستم بینایی و شنوایی سالمندان را بشناسد.  با مهمترین اختلالات سیستم بینایی و شنوایی سالمندان آشنا گردد. | **ششم** |
| شناختی، عاطفی | ارایه و بحث گروهی توسط دانشجویان | آمادگی و مشارکت همه اعضای گروه و شرکت در بحث | اهمیت تغذیه صحیح در سالمندی را درک کند.  با مشکلات تغذیه ای در دوران سالمندی آشنا گردد.  هرم تغذیه ای در سالمندان را شرح دهد | **هفتم** |
| شناختی، عاطفی | سخنرانی با استفاده از اسلاید و پروژکتور و پرسش و پاسخ | " توجه و نوشتن یادداشت و جوا ب دادن به پرسش های کلاسی،شرکت فعال در بحث | نقش و اهمیت ورزش در دوره سالمندی را بشناسد.  با انواع فعالیت ورزشی توصیه شده در دوران سالمندی آشنا گردد  با اصول توصیه به ورزش کردن در سالمندان آشنا گردد.. | **هشتم** |
| " | امتحان میان ترم | **امتحان میان ترم** | امتحان میان ترم | **نهم** |
| شناختی، عاطفی | سخنرانی با استفاده از اسلاید و پروژکتور و پرسش و پاسخ | " توجه و نوشتن یادداشت و جوا ب دادن به پرسش های کلاسی،شرکت فعال در بحث | همه گیر شناسی اختلال افسردگی در سالمندان را بیان کند.  اتیولوژی ودلایل افسردگی در سالمندان را ذکر کند.  معیارهای تشخیص افسردگی در سالمندی را بیان کند.  عوامل خطر خودکشی در سالمندی را شرح دهد. | **دهم** |
| شناختی، عاطفی | سخنرانی با استفاده از اسلاید و پروژکتور و پرسش و پاسخ | " | علل بروز حوادث و سوانح در سالمندان را ذکر کند  حوادث شایع دوران سالمندی را نام ببرد  علل سقوط و راهکارهای پیشگیری از حوادث و سقوط در سالمندان را بیان کند. | **یازدهم** |
| شناختی، عاطفی | سخنرانی با استفاده از اسلاید و پروژکتور و پرسش و پاسخ | " | الزايمر و زوال عقلي را توضيح دهد.  عوامل مؤثر در ابتلای به الزايمر را شرح دهد.  مشكلات زوال عقل و چگونگي مراقبت از آنها را تشريح نمايد. | **دوازدهم** |
| شناختی، عاطفی | سخنرانی با استفاده از اسلاید و پروژکتور و پرسش و پاسخ ر | " | با برنامه مراقبت ادغام یافته سالمندان آشنا گردد.  نحوه و برنامه های مراقبت از سالمندان در مراکز بهداشتی ودرمانی را شرح دهد  سازمانهای ارایه کننده خدمات سلامت به سالمندان را بشناسد. | **سیزدهم** |
| شناختی، عاطفی | سخنرانی با استفاده از اسلاید و پروژکتور و پرسش و پاسخ | " | تغییرات جامعه شناسی سالمندان راتوضیح دهد  کارکرد نظریه هاي جامعه شناسی درحوزه ي سالمندي را تبیین نماید  مشکلات اجتماعی سالمندان را بشناسد .. | **چهاردهم** |
| شناختی، عاطفی | ارایه و بحث گروهی توسط دانشجویان | آمادگی و مشارکت همه اعضای گروه و شرکت در بحث | آشنایی با اختلات اسکلتی و عضلانی شامل آرتروز و پوکی استخوان و راههای پیشگیری و کنترل آن در سالمندان | **پانزدهم** |
| شناختی، عاطفی |  | " | جمع بندی و پاسخ به سوالات | **شانزدهم** |