

دانشکده بهداشت - دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه
طرح درس ترمی- بهداشت سالمندان

عنوان درس : بهداشت سالمندان
مخاطبان: دانشجویان ترم 6 دوره کارشناسی بهداشت عمومی
تعداد واحد: (یا سهم استاد از واحد) : 2 واحد
ساعت پاسخگویی به سوالات فراگیر: 10 دقیقه آخر هر جلسه
زمان ارائه درس: (روزهای چهارشنبه، ساعت 2-4 - نیمسال تحصیلی اول 1394-1395)
مدرس: دکتر ثریا سیابانی
درس و پیش نیاز: کلیات آناتومی، فیزیولوژی

هدف کلی درس: آشنا نمودن دانشجویان با اهمیت مراقبتهای دوران سالمندی (با توجه با تغییرات هرم جمعیتی به نفع جمعیت سالمند در ایران)، بیماریهای شایع دوره سالمندی و اصول مراقبت از سالمندان و همچنین موانع مشکلات موجود در این زمینه

اهداف کلی جلسات : (جهت هر جلسه یک هدف)

1. جمعیت شناسی و تغییرات جمعیت سالمندان در جامعه
2. سالمندی و تقسیم بندی مربوطه
3. لزوم و اهمیت مراقبتهای دوران سالمندی
4. تغییرات ناشی از سالمندی در بخش های عمده بدن مانند استخوانها ، نسوج چربی و ...
5. بیماری های شایع دوره سالمندی و توصیه های لازم در ارتباط با پیشگیری ، کنترل و درمان بیماریهای شایع سالمندی
6. بیماریهای قلبی عروقی سالمندان (از جمله اختلالات پرفشاری خون ، بیماری های ایسکمیک قلبی و حوادث عروق مغزی)
7. اختلالات اسکلتال و علل رخداد آن را در سالمندی بیان نموده ، راههای درمان و کنترل آنها
8. اختلالات خلقی سالمندان
9. از موم میان ترم اینجا انجام می شود
10. حوادث و سوانح مختلف را در سالمندان
11. بیماریهای غددی مختلف شایع مخصوصا دیابت در سالمندی
12. ایمنسازی در دوره سالمندی + بیماریهای پوستی
13. حقوق اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی سالمندان
14. عوامل موثر بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان
14. آزمون پایانی

اهداف ویژه به تفکیک اهداف کلی هر جلسه:

هدف کلی جلسه اول: جمعیت شناسی و تغییرات جمعیت سالمندان در جامعه
اهداف ویژه جلسه اول:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-1- تعریف و معیارهای جمعیتی را بداند
 - 1-2- تغییرات جمعیت سالمندان در جامعه را شرح دهد
 - 1-3- تغییرات جمعیتی در ایران طی صده اخیر را ترسیم کند
- هدف کلی جلسه دوم: سالمندی و تقسیم بندی مربوطه**

اهداف ویژه جلسه دوم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-2- سالمندی را تعریف کند
- 2-2- تقسیم بندی سالمندی را با ذکر کند
- 2-3- ویژگیهای مربوط به سالمندی را توضیح دهد
- 2-4- لزوم و اهمیت مراقبتهای دوران سالمندی بیان کند

هدف کلی جلسه سوم: لزوم و اهمیت مراقبتهای دوران سالمندی

اهداف ویژه جلسه سوم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-3- تغییرات ناشی از سالمندی در بخش های عمده بدن مانند استخوانها ، نسوج چربی و ... را بیان نماید
- 2-3- بیماری های شایع دوره سالمندی را لیست نماید
- 3-3- توصیه های لازم در ارتباط با پیشگیری ، کنترل و درمان بیماریهای شایع سالمندی را بیان کند
- 4-3- وضعیت سیستم ایمنی در سالمندی را شرح دهد

هدف کلی جلسه چهارم: تغییرات ناشی از سالمندی در بخش های عمده بدن مانند استخوانها ، نسوج چربی و ...

اهداف ویژه جلسه چهارم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-4- بیماریهای قلبی عروقی سالمندان را بشناسد
- 2-4- علایم اختلالات پرفشاری خون ، بیماری های ایسکمیک قلبی و حوادث عروق مغزی را بشناسد

هدف کلی جلسه پنجم: بیماری های شایع دوره سالمندی و توصیه های لازم در ارتباط با پیشگیری ، کنترل و درمان

بیماریهای شایع سالمندی

اهداف ویژه جلسه پنجم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-5- سطوح پیشگیری از بیماریهای شایع سالمندی را بداند و لیست نماید
- 2-5- تغذیه سالم در سالمندی را بشناسد
- 3-5- مزایای فعالیتهای بدنی و فعالیت بدنی مناسب سالمندان را تشریح کند

هدف کلی جلسه ششم: بیماریهای قلبی عروقی سالمندان (از جمله اختلالات پرفشاری خون ، بیماری های

ایسکمیک قلبی و حوادث عروق مغزی)

اهداف ویژه جلسه ششم:

در پایان دانشجو قادر باشد

هدف کلی جلسه هفتم: اختلالات اسکلتال و علل رخداد آن را در سالمندی بیان نموده ، راههای درمان و

کنترل آنها

اهداف ویژه جلسه هفتم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-7- اختلالات اسکلتال و علل رخداد آن را در سالمندی بیان نماید
- 2-7- راههای درمان و کنترل اختلالات اسکلتال را ذکر نماید
- 3-7- پوکی استخوان، علل آن و راههای کاهش را شرح دهد
- 4-7- عوارض استوارتروز را لیست کند
- 5-7- راههای پیشگیری از شکستگی استخوانی را بشناسد

هدف کلی جلسه هشتم: اختلالات خلقی سالمندان

اهداف ویژه جلسه هشتم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-8- اختلالات خلقی را تعریف کند
- 2-8- علل بروز افسردگی ، اضطراب، مشکلات خواب و سایر اختلالات روانی شایع را در سالمندان بیان نماید
- 3-8- راههای پیشگیری از بیماریهای فوق را توضیح دهد

هدف کلی جلسه نهم: حوادث و سوانح مختلف را در سالمندان

اهداف ویژه جلسه نهم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-9- علل بروز حوادث و سوانح مختلف را در سالمندان بیان نماید
- 2-9- راهکارهای پیشگیری از سوانح و کاهش صدمات را ذکر کند

هدف کلی جلسه دهم: بیماریهای غددی مختلف شایع مخصوصاً دیابت در سالمندی
اهداف ویژه جلسه دهم:

در پایان دانشجو قادر باشد

1-10- بیماری های شایع غددی را لیست کند

2-10- بیماری دیابت را تعریف کند

3-10- راهکارهای پیشگیری از دیابت را در سالمندی را بیان نماید

4-10- راهکارهای پیشگیری از بروز عوارض مختلف دیابت را در سالمندی را بیان نماید

هدف کلی جلسه یازدهم: ایمنسازی در دوره سالمندی

اهداف ویژه جلسه یازدهم:

در پایان دانشجو قادر باشد

1-11- بیماریهای واجد شرایط ایمنسازی در دوره سالمندی را نام ببرد

2-11- واکنشهای لازم را نام ببرد و راهای تجویز آنها را بداند

3-11- بیماریهای پوستی در سالمندی را لیست کند

4-11- راهای پیشگیری از بیماریهای پوستی و در سالمندان را توضیح دهد

هدف کلی جلسه دوازدهم: حقوق اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی سالمندان

اهداف ویژه جلسه دوازدهم:

در پایان دانشجو قادر باشد

1-12- حقوق اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی سالمندان را به اختصار بیان کند

2-12- سرای سالمندان و مشکلات آن را بشناسد

3-12- مزایای زندگی سالمندان با نسل دوم و سوم را بر شمارد

هدف کلی جلسه سیزدهم: عوامل موثر بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان

اهداف ویژه جلسه سیزدهم:

در پایان دانشجو قادر باشد

1-13- کیفیت زندگی را تعریف کند

2-13- عوامل موثر بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان را ذکر کند

3-13- آزمون میان ترم در این جلسه برگزار خواهد شد

منابع:

1. کتاب جامع بهداشت عمومی دکتر حسین حاتمی و همکاران
2. راهنمای آموزشی مراقبتهای ادغام یافته و جامع سالمندی دکتر سهیلا خوشبین- بازنگری سال 88
3. مطالب ارائه شده در کلاس و کنفرانسهای دانشجویان
4. کتاب طب داخلی هاریسون

روش تدریس: سخنرانی، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، خود آموزی- تهیه متن کنفرانس

وسایل آموزشی: اسلاید- رایانه، وایت بورد و مژیک

سنجش و ارزشیابی

آزمون	روش	سهم از نمره کل (بر حسب درصد)	تاریخ	ساعت
کونیز	یک تا دو سوال تشریحی در هر جلسه برای 4 جلسه	10%	////////////////////	////////////////////
آزمون میان ترم	تستی تشریحی	35%	اوایل اذر ماه	
آزمون پایان ترم	تستی	40%	20 دی ماه	
حضور فعال در کلاس	شرکت در پرسش و پاسخ + ارائه کنفرانس	15%	طول کلاس	

مقررات کلاس و انتظارات از دانشجو:

دانشجو بایستی: 1- حد اقل 75% کلاسها را شرکت نماید. 2- شان کلاس درس را حفظ کند و به مقرراتی که ابتدای دوره ذکر می شود احترام بگذارد (به عنوان مثال مبایل خود را در طول حضور در کلاس خاموش نگه دارد)

جدول زمانبندی درس بهداشت مدارس

روز و ساعت جلسه: روزهای چهارشنبه 14-16

جلسه	تاریخ	موضوع هر جلسه	مدرس
1.		جمعیت شناسی و تغییرات جمعیت سالمندان در جامعه	دکتر سیابانی
2.		سالمندی و تقسیم بندی مربوطه	دکتر سیابانی
3.		لزوم و اهمیت مراقبتهای دوران سالمندی	دکتر سیابانی
4.		تغییرات ناشی از سالمندی در بخش های عمده بدن مانند استخوانها ، نسوج چربی و ...	دکتر سیابانی
5.		بیماری های شایع دوره سالمندی و توصیه های لازم در ارتباط با پیشگیری ،کنترل و درمان بیماریهای شایع سالمندی	دکتر سیابانی
6.		بیماریهای قلبی عروقی سالمندان (از جمله اختلالات پرفشاری خون ، بیماری های ایسکمیک قلبی و حوادث عروق مغزی)	دکتر سیابانی
7.		اختلالات اسکلتال و علل رخداد آن را در سالمندی بیان نموده ، راههای درمان و کنترل آنها	دکتر سیابانی
8.		اختلالات خلقی سالمندان	دکتر سیابانی
9.		آزمون میان ترم	
10.		آزمون میان ترم اینجا انجام می شود	دکتر سیابانی
11.		حوادث و سوانح مختلف را در سالمندان	دکتر سیابانی
12.		بیماریهای غددی مختلف شایع مخصوصا دیابت در سالمندی	دکتر سیابانی
13.		ایمنسازی در دوره سالمندی + بیماریهای پوستی	دکتر سیابانی
14.		حقوق اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی سالمندان	دکتر سیابانی
15.		عوامل موثر بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان	دکتر سیابانی
16.		آزمون پایان ترم	

نام و امضای مسئول EDO دانشکده:
تاریخ ارسال :

نام و امضای مدیر گروه:
تاریخ ارسال:

نام و امضای مدرس:
تاریخ تحویل:

