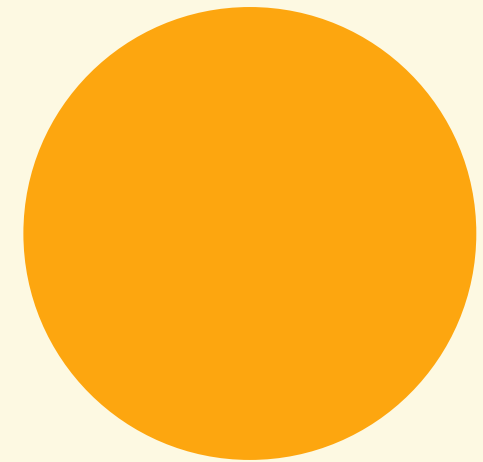
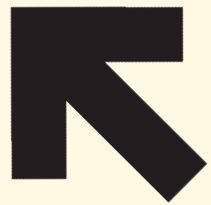




ارتقا سلامت Health Promotion

مینامعافی کارشناسی ارشد سلامت جامعه



طرح درس

1 مفهوم و پیشینه ارتقا سلامت

2 ابعاد ارتقا سلامت

3 آموزش بهداشت و سطوح پیشگیری

4 ارتقا سلامت در نظام درمان

5 جمع بندی

منشور اتاوا در مورد ارتقای سلامت – نخستین کنفرانس بین‌المللی ارتقای سلامت، اتاوا، کانادا، 17-21 و امبر 1986

سلامت مفهومی مثبت است که بر منابع اجتماعی و فردی همانند
ظرفیت‌های فیزیکی تاکید می‌ورزد. لذا ارتقای سلامت فقط مسئولیت
بخش سلامتی نیست و به فراتر از شیوه زندگی سالم یعنی به سمت سلامت
سوق پیدا می‌کند.



1- ایجاد سیاست های

حامی سلامت

2- ایجاد محیط های

حامی سلامت

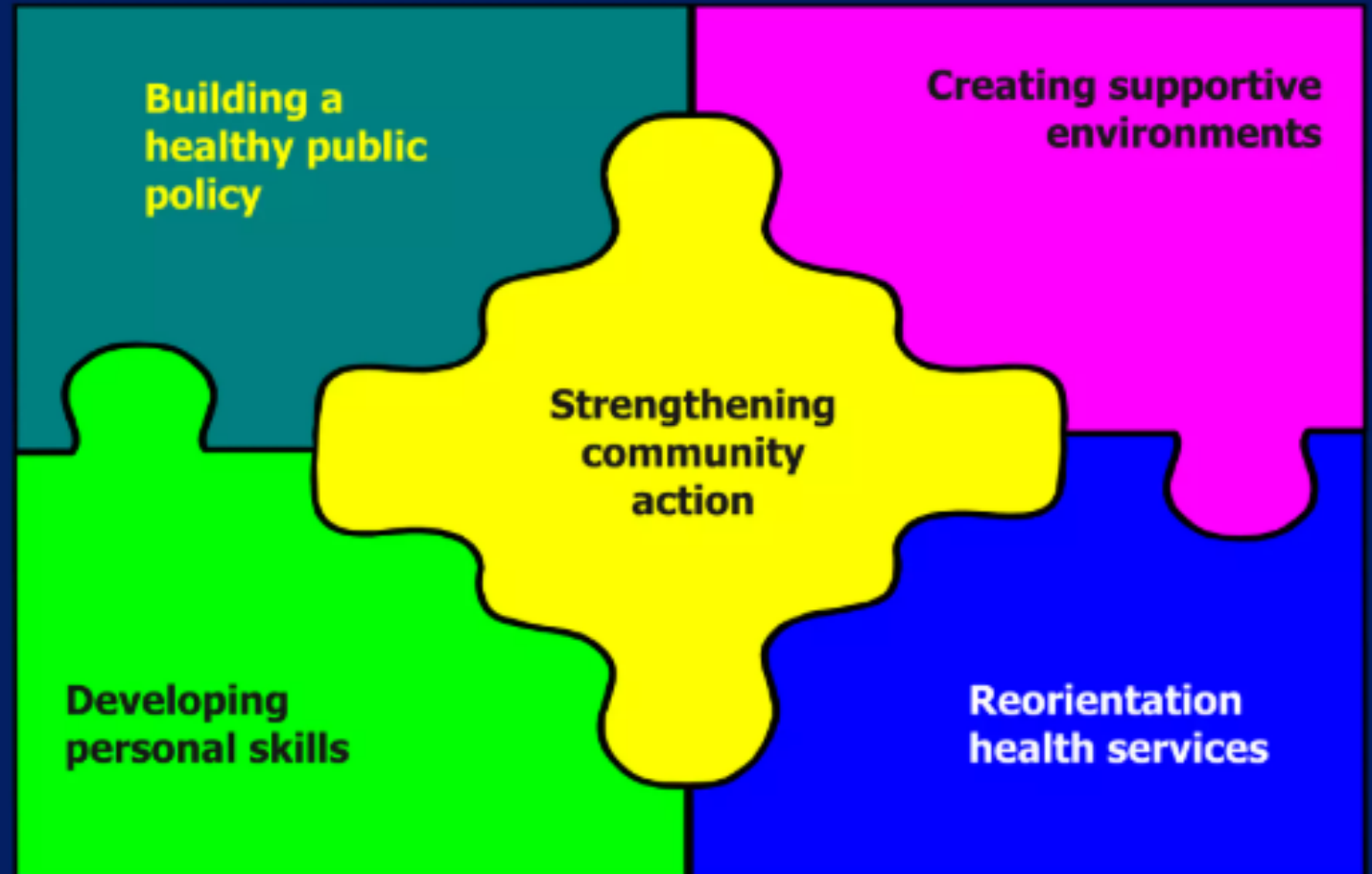
3- تقویت فعالیت جامعه

4- توانمند سازی افراد

5- باز آرایي خدمات

سلامت

5 principles of HP in Ottawa



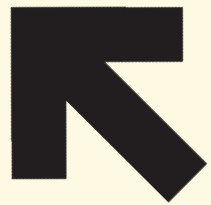


1

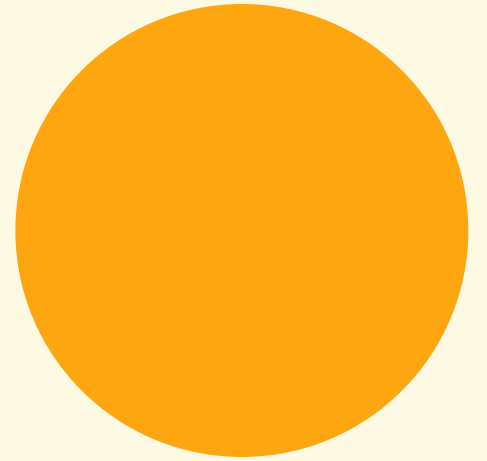
ارتقا سلامت (Health promotion)

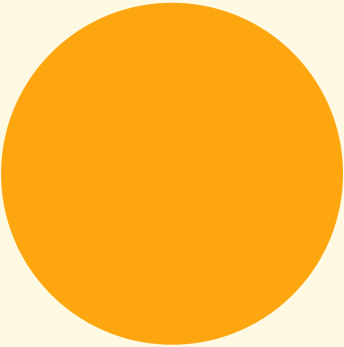
- توانمند سازی مردم در شناخت عوامل تاثیر گذار و سلامت فردی و اجتماعی و تصمیم گیری صحیح در انتخاب رفتارهای بهداشتی و در نتیجه ارتقای کیفیت زندگی

- پیش از این سلامت نقطه مقابل بیماری تلقی میشد اما مفهوم ارتقا سلامت به تمامی ابعاد سلامتی (طبق نظر WHO) میپردازد.



Health promotion is the process of enabling people to increase control over, and to improve, their health. It moves beyond a focus on individual behavior towards a wide range of social and environmental interventions.





و نهایتاً؛ ارتقای سلامت یک تعهد است در
ارتباط با کاهش نابرابری ها، اهمیت دادن و
تمرکز بر پیشگیری، کمک به مردم برای
تطابق و سازگاری با شرایط و موقعیت ها ،
خلق محیط های حمایتی برای سلامت که مردم
بهتر بتوانند از خودشان مراقبت کنند.







2

ارتقا سلامت شامل:

1. پیشگیری

2. آموزش بهداشت

3. محافظت از سلامتی

هر کدام نقش مهم و حیاتی در دستیابی به سلامتی افراد و جوامع دارند و مستقل از یکدیگر نمی باشند.



Disease Prevention

A magnifying glass with a dark blue handle and frame is positioned over a white circular area. Inside this circle, there are various colorful illustrations of microorganisms, including a large green virus with spikes, a black star-shaped virus, a blue virus, a purple bacterium, a yellow rod-shaped bacterium, an orange rod-shaped bacterium, a green rod-shaped bacterium with cilia, and a small green virus. The background of the slide is a light gray gradient.



3

پیشگیری

- پیشگیری ابتدایی (**Primordial prevention**)
- پیشگیری سطح اول (**Primary prevention**)
- پیشگیری سطح دوم (**Secondary prevention**)
- پیشگیری سطح سوم (**Tertiary prevention**)



تمام سطوح پیشگیری مهم و مکمل یکدیگرند اما پیشگیری
ابتدایی و سطح اول بیشتر در رفاه کل جامعه سهیم می
باشند.



3

سطوح پیشگیری

پیشگیری ابتدایی

شامل سیاست و برنامه های ملی در سطح کلان



پیشگیری اول

پیشگیری بر روی علل خاص و گروه هدف (واکسیناسیون)



پیشگیری ثانویه

بر روی افراد با عامل خطر بالا (غربالگری)



پیشگیری ثالثیه

سطح بازتوانی





4

آموزش بهداشت

به عبارتی...

- فرایند یادگیری که توسط آن فرد یا گروه یاد میگیرند که چگونه سلامتی خود را ارتقا داده و در حفظ و ابقاء آن بکوشند.

به کار بردن روش های آموزشی برای
تغییر الگوهای رفتاری در اجتماع





3

تعریف WHO

تشویق و ترغیب مردم جهت قبول و حفظ رفتارها و اعمالی که
برای ادامه زندگی سالم ضروری است و به کار بردن عقل و
منطق برای استفاده از خدمات بهداشتی در دسترس

در آموزش بهداشت تاکید بر تغییر رفتار است.



اهداف آموزش بهداشت

- 1- بالا بردن اهمیت بهداشت در اجتماع
- 2- راهنمایی مردم در کسب معلومات و دانش بهداشتی
- 3- توسعه خدمات بهداشتی
- 4- برخورداری همه افراد جامعه از یک زندگی سالم و مولد





3

اصول آموزش بهداشت

- سنجش نیاز های آموزی و اولویت نیاز ها
- بحث آزادانه راجع به مسائل بهداشتی و طریقه رفع آن ، بیان نکات منفی و مثبت مشکل و پیشنهاد راه حل مناسب بر پایه مشارکت
- تسلط کامل آموزش دهنده در مورد مباحث بهداشتی
- آشنایی با اطلاعات دمو گرافیک گروه آموزش گیرنده
- آشنایی با فرهنگ ، عقاید و مذهب گروه آموزش گیرنده
- شناسایی افراد شاخص جامعه
- منطبق بودن محتوای آموزشی با دانش و فهم آموزش گیرندگان



3

مراحل آموزش بهداشت

تجزیه و تحلیل

بررسی آگاهی ها ، علاقه مندی ها ، اعتقادات و کردارهای مردم

تعیین نیاز های آموزشی بر اساس اطلاعات جمع آوری شده

آگاهی از اطلاعات دمو گرافیک

حساسیت

تبلیغات و انگیزه





3

نحوه آموزش بهداشت

الف) آموزش مستقیم

آموزش انفرادی : موثرترین روش آموزشی است.
آموزش گروهی

ب) آموزش غیر مستقیم

آموزش از طریق رسانه های گروهی ، کتب ، رادیو ، تلویزیون ، پوستر
و غیره
فواید آن : دارای زمان کوتاه و هزینه کم و پوشش زیادی از جمعیت





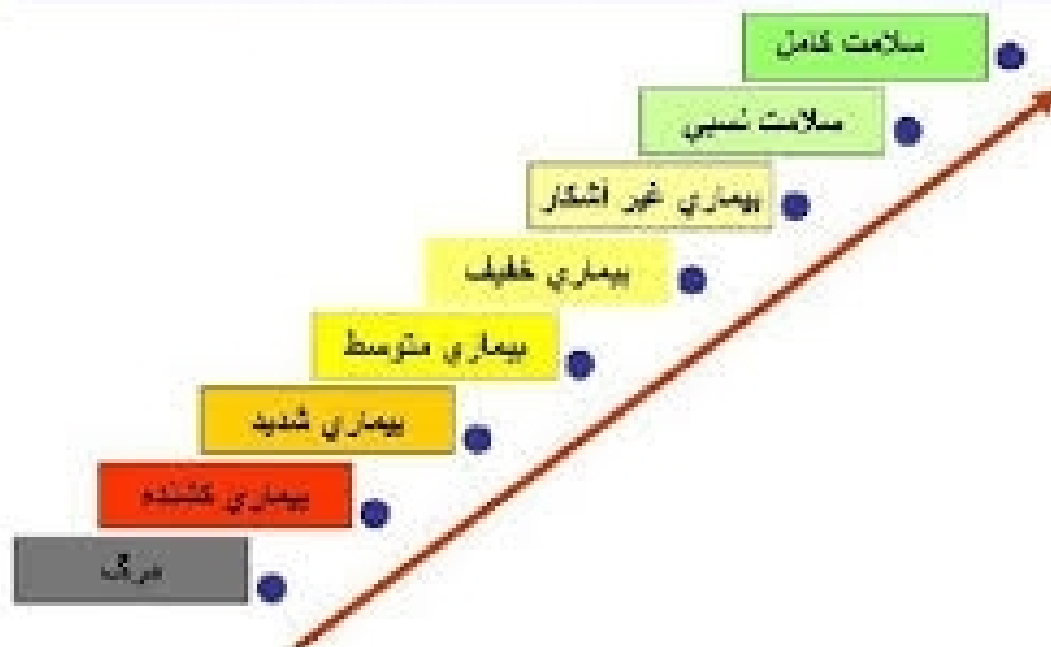
3

مدل هاي آموزش بهداشت

- مدل اعتقاد بهداشتي
- مدل قصد رفتاري
- مدل پارسيد
- مدل بزنف



طیف سلامت و بیماری



محافظت از سلامتی



4

ارتقا سلامت در نظام درمان

- وجود واحد ارتقاء سلامت بیمارستان ها در جهت اصلی تبدیل بیمارستان از محل تشخیصی و درمانی صرف، به مکانی برای پیشگیری از بیماری ها و ارتقاء دهنده سلامت برای بیماران، کارکنان، مراجعین و کلیه آحاد جامعه می باشد.





4

ارتقا سلامت در بیمارستان

پرستار پیگیری

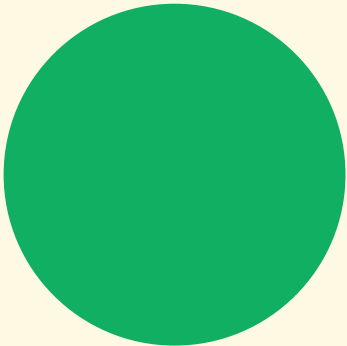
آموزش بیماران

کلینیک ارتقا سلامت





پرستار سلامت جامعه



Thank you

Mina.moafi.nurse@.com

نکات کاربردی

اصول ارتقا سلامت در اصول اتاوا شامل :

***سیاست های بهداشتی *تقویت فعالیت های جامعه *ایجاد محیط های سلامتی**

در منشور اتاوا که شامل :

—توسعه مهارت های فردی *—سیاست گذاری های حامی سلامت *—ایجاد محیط های حمایتی

در منشور اتاوا، منظور از "تقویت جامعه جلب مشارکت اجتماعی در سلامت است.

هدف اصلی ارتقا سلامت : توانمندسازی مردم در انتخاب رفتارهای بهداشتی

تعهد ارتقا سلامت : کاهش نابرابری

تمرکز بر سطوح پیشگیری خلق محیط حمایتی

ابعاد اقدامات ارتقا سلامت : آموزش بهداشت / پیشگیری / محافظت از سلامت

هدف اصلی آموزش بهداشت : تغییر الگو رفتار

موثرترین روش در آموزش بهداشت:: انفرادی است

پیشگیری ابتدایی یعنی ایجاد عادات غذایی صحیح برای رشد و نمو

پیشگیری نوع اول شامل: در مرحله قبل از بروز بیماری ها و با هدف ارتقا سلامت صورت میگیرد

جزو راهبردهای ارتقاء سلامت :

توانمندسازی مردم

تقویت سیاست های سلامت محور

ایجاد محیط های حامی سلامت

اصول لازم جهت آموزش بهداشت شامل "

—نیازسنجی آموزشی

—آشنایی با فرهنگ و اعتقاد مخاطبین

—آگاهی از سطح سواد مخاطبین

هدف از وجود واحد ارتقا سلامت در بیمارستان ها : کمک به آموزشات همگانی و اصلاح سبک زندگی

پیشگیری نوع سوم غربالگری بدو تولد