

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ارتقای سلامت

(تاریخچه - مبانی - رویکردها - راه کارها)

معاونت بهداشتی
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
قم

اداره ارتباطات و آموزش سلامت
معاونت سلامت
وزارت بهداشت ، درمان و آموزش پزشکی

(- - -) :

-) :

- - - - -

(- - - - -

:

- :

- :

-

() :

[illegible]

⋮

⋮

⋮ ()

⋮

,

,

,

,

,

,

,

,

⋮

⋮

,

,

,

,

,

,

,

,

,

,

,

,

,

,

,

,

,

,

,

,

,

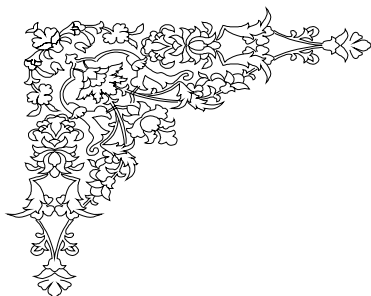
⋮

⋮

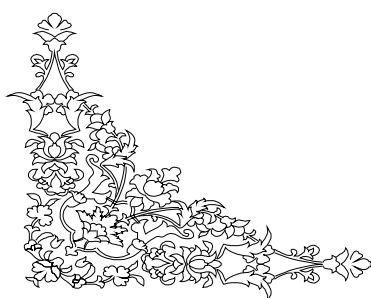
,

بخش اول

اهداف و متون آموزشی



از سلامت برای همه تا ارتقای سلامت



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- (۱) سه اصل سلامت برای همه تا سال ۲۰۰۰ را نام برده و هر یک از آنها را به اختصار توضیح دهد.
- (۲) دو مورد از نکته های مورد تأکید در مراقبت های بهداشتی اولیه را شرح دهد.
- (۳) تعریف ارتقای سلامت در منشور اوتاوا (۱۹۸۶) را در یک عبارت بیان نماید.
- (۴) حداقل ۴ مورد از شرایط و منابع اصلی سلامت در منشور اوتاوا را نام ببرد.
- (۵) اقدام های ارتقای سلامت را لیست نماید (پنج اقدام).
- (۶) تاریخچه ای از روند شکل گیری مفاهیم و سیاست های ارتقای سلامت را شرح دهد
(کنفرانس های جهانی).
- (۷) فعالیت های کنترل سوانح ترافیکی را طبق منشور اوتاوا بر شمارد (حداقل پنج مورد).
- (۸) فعالیت های کنترل دخانیات را طبق منشور اوتاوا بر شمارد (حداقل پنج مورد).

از سلامت برای همه تا ارتقای سلامت

()

•
•
•

•
•

•
•
•
•

•
•

(-)

•

•

.

.

...

(-)

•

•

•

•

(-)

•

•

.

.

-

•

•

•

•

.

-

•

-

•

•

•

.

:

(-)

.

:

-

-

-

•

•

•

“

”

.

(- -)

:

•

-

—
•

—
•

—
•

—
•

—
•

—
•

—
•

—
•

—
•

—
•

—
•

—
•

—
•

—
•

—
•

—
•

—
•

:

•

—

—

خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

(۱) اصول سلامت برای همه تا سال ۲۰۰۰ را شرح دهید ؟

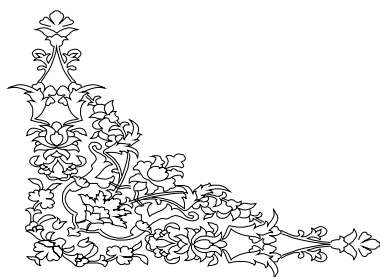
(۲) تعریف ارتقای سلامت چیست ؟

(۳) شرایط و منابع اصلی سلامت کدامند ؟

(۴) اقدامهای ارتقای سلامت کدامند ؟



مقدمه ای بر ارتقای سلامت در منطقه مدیترانه شرقی



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

(۱) بطور خلاصه شرایط منطقه مدیترانه شرقی را از نظر سلامت در وضعیت فعلی شرح دهد.

(۲) دلایل اینکه ارتقای سلامت راه کار مناسبی برای حل معضلات سلامت در EMRO است را بیان نماید (حداقل ۴ دلیل).

(۳) معنای ارتقای سلامت را بر اساس متن حاضر تشریح کند .

(۴) ارتقای سلامت را در یک فرمول ساده بنویسد .

مقدمه ای بر ارتقای سلامت در منطقه مدیترانه شرقی

()

EMRO

، HIV

-

-

-

-

(HFA)

—

—

:



. (WHO-)

:





:



)

(

+

+

=

خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

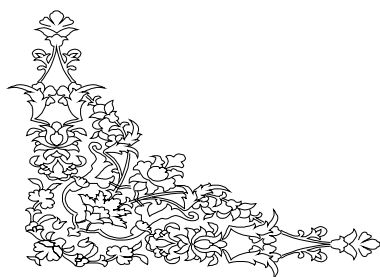
(۱) معنای ارتقای سلامت چیست ؟

(۲) چرا ارتقای سلامت می تواند یک راه کار مناسب برای حل مشکلات سلامت

باشد؟



مروری بر مفاهیم منشور اوتانوا برای ارتقای سلامت



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

(۱) شش رویکرد که در منشور اوتاوا برای ارتقای سلامت مطرح شده است را نام

ببرد.

(۲) رویکرد توانمندسازی در آموزش سلامت را به اختصار توضیح دهد .

(۳) مبانی و هدف رویکرد موقعیت ها را در ارتقای سلامت بطور خلاصه بیان نماید .

(۴) رویکرد درگیری و مشارکت جامعه را در ارتقای سلامت شرح دهد .

(۵) رویکرد اقدام متکی بر شواهد را بطور خلاصه شرح دهد .

(۶) رویکرد ایجاد مشارکت ها و اتحادها را در ارتقای سلامت با بیان مصادیق آن

شرح دهد .

(۷) عوامل مؤثر بر تشکیل و دوام اتحادهای بهداشتی را لیست نماید (۸ عامل) .

(۸) یک مدل برنامه ریزی ارتقای سلامت را بر اساس منشور اوتاوا ارائه دهد .



(WHO –)



.

.



)

(

)



(

:

/



/



.

.

(powerless)



)

(

“

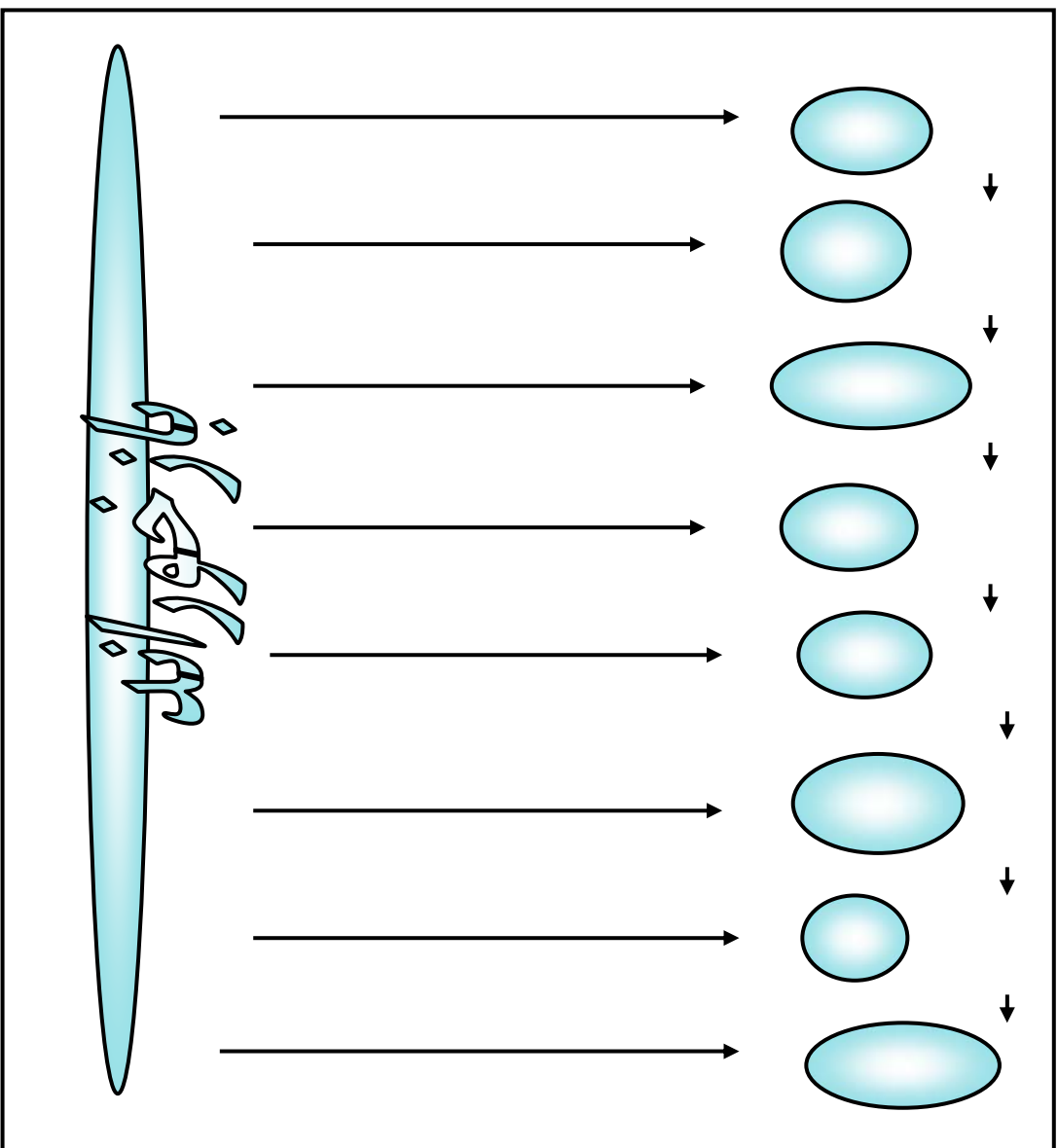
“

(Bragr & Specht-)







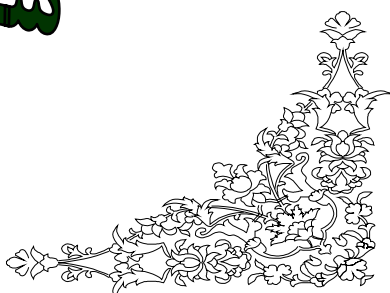


خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) رویکردهای منشور اوتاوا برای ارتقای سلامت چیست ؟
- (۲) مفهوم رویکرد توانمندسازی در آموزش سلامت چیست ؟
- (۳) مفهوم رویکرد موقعیت ها در ارتقای سلامت چیست ؟
- (۴) مفهوم رویکرد درگیری و مشارکت جامعه در ارتقای سلامت چیست ؟
- (۵) عوامل مؤثر بر تشکیل و دوام اتحادهای بهداشتی کدامند ؟

سرمایه گذاری بیشتر برای
ارتقای سلامت

(تلاش چند بخشی - پر کردن
شکاف عدالت)



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- ۱) سلامت را تعریف نموده و عوامل تأثیرگذار بر آن را نام ببرد .
- ۲) سرمایه گذاری برای سلامت را بر طبق اعلامیه جا کارتا در ارتقای سلامت شرح دهد .
- ۳) روند شکل گیری این تفکر را که کنترل و ریشه کنی بیماریها اغلب نیازمند مداخلاتی اجتماعی و اقتصادی یا محیطی هستند تا بهداشتی را شرح دهد .
- ۴) رابطه بین عملکرد اقتصادی ، توزیع در آمد و وضعیت بهداشتی در سطح ملی را به اختصار توضیح دهد .
- ۵) نقش افزایش نابرابری ها را در کاهش تندرستی کل جامعه تشریح نماید و مثالی ارایه دهد .
- ۶) جوامع همبسته را از نظر اجتماعی تعریف نماید .
- ۷) عوامل مؤثر بر سلامت مردم را لیست نموده و نقش بخش سلامت در تأمین ، حفظ و ارتقای آن را تجزیه و تحلیل نماید .
- ۸) منطق رویکرد سرمایه گذاری برای سلامت را شرح دهد .
- ۹) اقدامات پیشنهادی رویکرد سرمایه گذاری برای سلامت بمنظور پیشگیری از آثار مضر سیاست های غلط همگانی دولت و جوامع را لیست نماید .
- ۱۰) قابلیت های سه گانه روش ها ، ابزارهای سیاستگذاری و فرآیندهای لازم برای اجرای رویکرد سرمایه گذاری برای سلامت را لیست نماید .

(-)

“ ”

.

:

-

-

-

.

.

.

“

”

.

“

”

.

.

“

”

.

.

.

“ .

”

(

)

“

”

)

/

(

(

)“

“

(

)“

“

(

)

“

“

.

.

“

”

.

.

“

”

“

”

.

.

.

()

.

.

“

”

.

—

—

.

.

.

.

.

”

“

.

—

.

—

.

.

.

.

.

.

.

.

.

:

—

—

—

—

:

—

—

—

.

—

:

:

.

.

.

(

)

.

.

-

-

)

(

(

)

.

.

.

:

-

-

-

:

-

(

)

-

(

)

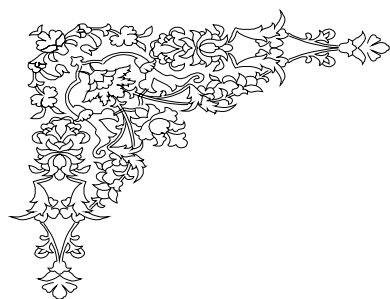
-

.

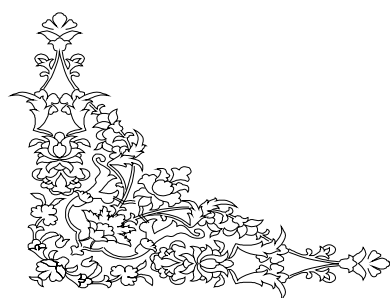
.

خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) مفهوم سلامت چیست و عوامل تأثیر گذار بر آن کدامند ؟
- (۲) تعریف جوامع همبسته از نظر اجتماعی چیست ؟
- (۳) رویکرد سرمایه گذاری برای سلامت چیست ؟
- (۴) نقش بخش سلامت در تأمین ، حفظ و ارتقای سلامت چیست ؟



تقویت ظرفیت جامعه برای ارتقای سلامت



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- (۱) ظرفیت جامعه را تعریف نموده و ده بعد آن را توضیح دهد .
- (۲) اصول اساسی در مکانیسم های تقویت ظرفیت جوامع را شرح دهد .
- (۳) چهار رویکرد تقویت ظرفیت جوامع را نام ببرد .
- (۴) رویکرد جلب مشارکت جامعه در تعیین نیازها و تصمیم گیری ها را شرح دهد .
- (۵) انواع تکنیک های جلب مشارکت جامعه را نام ببرد .
- (۶) رویکرد امکانات جامعه را در تقویت ظرفیت جامعه برای ارتقای سلامت شرح دهد .
- (۷) رویکرد اپیدمیولوژی جامعه را در تقویت ظرفیت جامعه برای ارتقای سلامت شرح دهد .
- (۸) رویکرد توسعه همکاری های اجتماعی و اتحاد در زمینه سلامت را شرح دهد .
- (۹) شرح وظایف کارکنان بهداشتی در تقویت ظرفیت جامعه را لیست نماید .
- (۱۰) هشت مشخصه ضروری برای ایجاد یک ائتلاف موفق را لیست نماید .
- (۱۱) عوامل ضروری فرآیند افزایش تقویت ظرفیت جامعه در بخش سلامت را لیست نماید .
- (۱۲) چهار مسأله مورد تأکید در حمایت از جوامع برای افزایش ظرفیت آن را نام ببرد .

(Consensus Development)

(Logic Framework)

:

.

:

.

:

-

-

-

-

-

.

:

(De roux)

"

"

.

.

.

.

.

"

"

.

.

:

-

-

-

-

-

-

-

-

.

.

.

.

)

(

.

.

.

.

.

.

"

"

(Beltran)

)

(

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

()

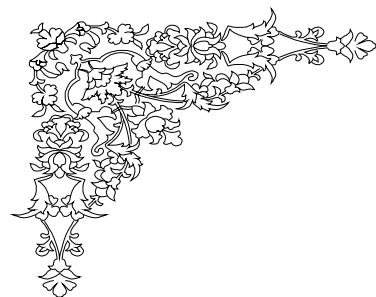
.

.

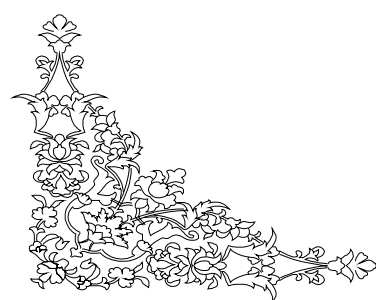
.

خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) رویکرد های تقویت ظرفیت جوامع کدامند ، توضیح دهید ؟
- (۲) مشخصات ضروری برای ایجاد یک ائتلاف در جامعه کدامند ؟
- (۳) انواع تکنیک های جلب مشارکت جامعه کدامند ؟
- (۴) رویکرد جلب مشارکت جامعه در تعیین نیازها و تصمیم گیری ها چیست ؟
- (۵) رویکرد امکانات جامعه در تقویت ظرفیت جامعه برای ارتقای سلامت چیست ؟
- (۶) رویکرد اپیدمیولوژی جامعه در تقویت ظرفیت جامعه برای ارتقای سلامت چیست ؟
- (۷) رویکرد توسعه همکاری اجتماعی و اتحاد در زمینه سلامت چیست ؟



**توانمندسازی مردم و جوامع
برای ارتقای سلامت
(بایدها و نبایدها)**



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- (۱) تعریف جامعه را بر اساس واژه نامه ارتقای سلامت سازمان جهانی بهداشت بنویسد.
- (۲) مشخصه هایی که برای کار کردن با و برای جوامع باید بطور دقیق شناسایی شوند را لیست نماید (۳ مشخصه) .
- (۳) ظرفیت جامعه را تعریف نموده و ده بعد آن را نام ببرد .
- (۴) راههای دستیابی به ظرفیت جامعه را نام ببرد (۴ راه) .
- (۵) مفهوم نابرابری در سلامت را در یک پاراگراف توضیح دهد (از دیدگاه ران دراپر) .
- (۶) شکاف عدالت در سلامت را از دیدگاه ران دراپر بطور خلاصه توضیح دهد .
- (۷) عدالت را تعریف کند و بی عدالتی را شرح دهد .
- (۸) فرق بین نابرابری و بی عدالتی را شرح دهد .
- (۹) عوامل لازم برای رفع بی عدالتی در سلامت را لیست نماید .
- (۱۰) چند مورد از الگوهای نوین بخش سلامت را برای ارتقای سلامت نام برده و توضیح دهد .

()

·
·

·

·

·

·

·

·

·

·

·

“ ”

·

()

·

“

”

·

·

·

： ()

.

.

.

—

.

"

：

"

()

.

-

.

.

.

.

.

.

.

.

)

(

"

"

)

(

(

)

(

)

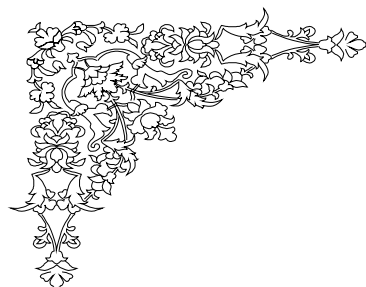
خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

(۱) تعریف موارد زیر چیست ؟

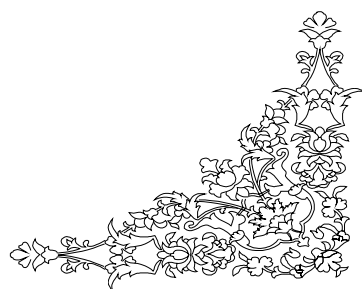
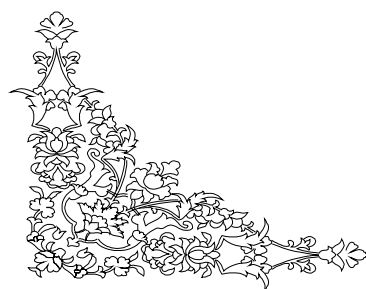
- جامعه
- ظرفیت جامعه
- نابرابری
- شکاف عدالت

(۲) فرق بین نابرابری و بی عدالتی چیست ؟

(۳) عوامل لازم برای رفع بی عدالتی کدامند ؟



روابط ارتقای سلامت با سرمایه اجتماعی، قدرت و سیاست و توانمندسازی



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- (۱) رویکرد تحول اجتماعی را توضیح دهد و ضرورت آن را برای ارتقای سلامت برشمارد .
- (۲) تعریف پوتنام از سرمایه اجتماعی را بیان نماید .
- (۳) سرمایه اجتماعی را از نظر فوکویاما ، والرشتاین و سمپسون شرح دهد .
- (۴) نظریه کاواچی را در زمینه متغیرهای سرمایه اجتماعی توضیح دهد .
- (۵) مفهوم قدرت و انواع آن را در ارتقای سلامت شرح دهد .
- (۶) تفاوت قدرت " تساوی خواه " در برابر " قدرت زورگویانه " را برشمارد.
- (۷) رابطه بین قدرت و سیاست با توانمندسازی را شرح دهد .
- (۸) توانمندسازی فردی و توانمندسازی جوامع را شرح دهد .

.

.

:

:

.

.

.

)

(

.

.

.

.

.

.

,

.

.

:

:

.

.

.

.

,

.

.

,

.



.

.

.

.

.

.

.

.

"

"

"

"

.

.

.

)"

"

"

"

(

.

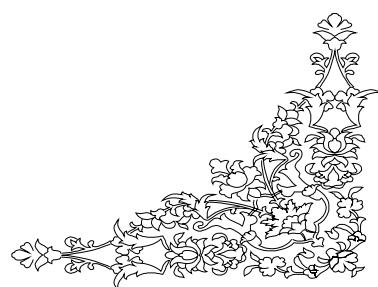
WHO

خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) تعریف سرمایه اجتماعی از دیدگاه پوتنام چیست ؟
- (۲) رویکرد تحول اجتماعی در ارتقای سلامت چیست ؟ ضرورت آن برای چیست ؟
- (۳) مفهوم قدرت و انواع آن در ارتقای سلامت کدامند ؟
- (۴) تفاوت قدرت " تساوی خواه " در برابر " قدرت زورگویانه " چیست ؟



**ارزشیابی ظرفیت جامعه و
توانمندسازی جوامع برای
ارتقای سلامت**



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- (۱) شاخص های ماتو در زمینه مشارکت منتهی به افزایش ظرفیت جامعه را نام برده و به اختصار توضیح دهد (۵ شاخص) .
- (۲) معیارهای جدید ارزشیابی توانمندسازی جامعه را نام ببرد (۵ مورد) .
- (۳) بیان نماید که تمامی افرادی که در زمینه ارتقای سلامت جامعه فعالیت می کنند باید چه درکی داشته باشند و اهمیت آن درک چیست ؟

.

.

.

.

.

.

"

"

"

"

.

.

.

.

:

:

-

:

-

:

-

:

-

:

-

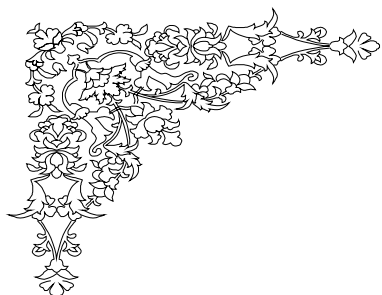
,

.

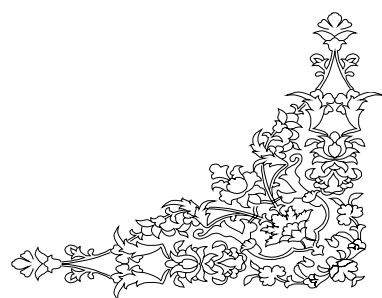
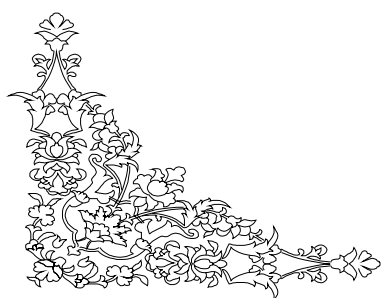
خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

(۱) شاخص های ماتو برای مشارکت منتهی به افزایش ظرفیت جامعه کدامند ؟

(۲) معیارهای جدید ارزشیابی توانمندسازی جامعه کدامند ؟



توانمندسازي جوامع



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- ۱) یکی از پیش شرط های اساسی شکل گیری روند توسعه پایدار را در رابطه با ارتقای سلامت نام برده و توضیح دهد .
- ۲) شروط لازم برای توانمندسازی را نام ببرد .
- ۳) پنج مورد از عواملی که در توانمندسازی جوامع نقش دارند را نام ببرد .
- ۴) اولین راهبرد عمده در تدوین و طراحی برنامه های توانمندسازی را تعریف نموده و شرح دهد .
- ۵) سه مورد از فنون و مهارت های لازم برای شکل گیری توانمندسازی را نام ببرد .
- ۶) هدف نهایی توانمندسازی جامعه را در یک سطر توضیح دهد .
- ۷) عالیترین مرحله توانمندسازی در جامعه را نام ببرد .
- ۸) انواع نقش هایی که توانمندسازی می تواند به صورت آن ظاهر شود را نام ببرد (۴ نوع) و هر کدام را به اختصار توضیح دهد .
- ۹) سه سطح توانمندسازی را نام ببرد .
- ۱۰) انواع رویکردهای توانمندسازی جامعه را نام برده و هر یک را توضیح دهد (۳ رویکرد) .
- ۱۱) تفاوت های رویکرد مشارکتی توانمندسازی را با رویکرد سنتی آن بیان نماید .
- ۱۲) چهار عنصر مهم در رویکرد بینابینی یا محافظه کارانه توانمندسازی را نام برده و آن را توضیح دهد .
- ۱۳) انواع پنج گانه توانمندسازی را نام ببرد .
- ۱۴) راهکارهای توانمندسازی آموزشی را لیست نماید (۴ مورد) .
- ۱۵) شاخص های توانمندسازی آموزشی را بر شمارد (۶ مورد) .
- ۱۶) راهکارهای توانمندسازی اجتماعی را لیست نماید (۹ مورد) .
- ۱۷) راهکارهای توانمندسازی مالی و اقتصادی را لیست نماید (۴ مورد) .
- ۱۸) شاخص های توانمندسازی مالی و اقتصادی را بر شمارد (۶ مورد) .
- ۱۹) راهکارهای توانمندسازی نهادی را لیست نماید (۳ مورد) .
- ۲۰) شاخص های توانمندسازی نهادی را بر شمارد (۵ مورد) .
- ۲۱) راهکارهای توانمندسازی فنی و محیطی را لیست نماید (۵ مورد) .
- ۲۲) شاخص های توانمندسازی فنی و محیطی را بر شمارد (۴ مورد) .

(Community organization)

(Health promotion)

()

()

(Socio-cultural context)

Community

Community development

organization

$$\left(\begin{array}{c} \text{ } \end{array} \right)$$

-
- 



: 
 :



Interpersonal (

political (

∴
∴

∴

✓
✓
✓

—

)

(

.

.

.

∴

.

(

)

.

.

.

.

.

.



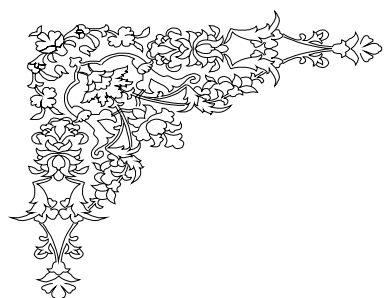
[illegible]



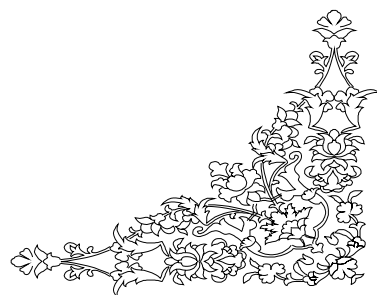
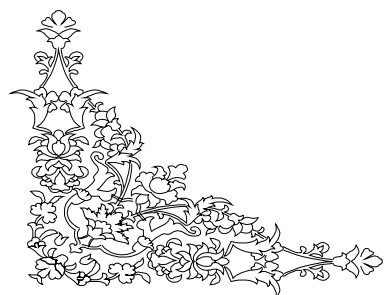


خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) سطوح توانمندسازی جوامع چیست ؟
- (۲) انواع رویکردهای توانمندسازی جامعه کدامند ؟
- (۳) انواع پنج گانه توانمندسازی جوامع کدامند ؟
- (۴) راهکارها و شاخص های توانمندسازی آموزشی کدامند ؟
- (۵) راهکارها و شاخص های توانمندسازی اجتماعی کدامند ؟



طراحی برنامه های عملیاتی برای توانمندسازی جوامع



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- ۱) ناتوانمندی یا Powerlessness را تعریف کرده و مترادف های آن را بیان نماید .
- ۲) توانمندی در ارتقای سلامت را تعریف نموده و سیر تاریخی مفهوم آن را بیان نماید .
- ۳) چهار استراتژی توانمندسازی جامعه را بیان نماید .
- ۴) استراتژی ظرفیت سازی را تعریف نموده و پنج عنصر کلیدی آن را نام ببرد .
- ۵) استراتژی توسعه اجتماعی را تعریف نموده و اهداف آن را شرح دهد (سه هدف) .
- ۶) استراتژی آموزش ، مشاوره و توسعه مهارتها را شرح دهد .
- ۷) استراتژی مبتنی بر جنسیت و حساسیت فرهنگی را شرح دهد .
- ۸) مراحل کلیدی فرآیند توانمندسازی جوامع را نام ببرد (۹ مرحله) .
- ۹) فاکتورهای مهم در طراحی برنامه های عملیاتی توانمندسازی را لیست نماید (۹ عامل) .
- ۱۰) سه مدل در تدوین طرحهای عملیاتی توانمندسازی را نام ببرد .
- ۱۱) اجزا و عناصر کلیدی یک طرح عملیاتی توانمندسازی را نام ببرد .
- ۱۲) توصیه های فنی در زمینه مراحل توانمندسازی را لیست نماید و مراحل هر یک را برشمارد .
- ۱۳) ۸ مورد رهنمود فنی در زمینه بهبود پروژه های اجرایی توانمندسازی ارائه دهد .
- ۱۴) ۶ مورد از مواردی که در توانمندسازی فردی افزایش می یابد را لیست نماید .

Powerlessness

-
-
-
-

-

-

-

-

-

()

.

:

✓

✓

✓

()

:

.

.

.

.

.

.

.

.

.

:

-

-

-

-

-

-

-

-

-

:

-

/

-

/

-

(

)

-

(

)

-

-

-

-

-

-

-

-

:

:

:()

-

.

(SMART+P

)

/

-

-

-

-

(

+

)

-

(/)

-

-

:

-

/

-

-

-

-

-

-

-

-

:

-

-

-

-

-
-

:

/

-
-
-

/

-
-

:

-

-
-
-

:

-
-
-

:

): ()

-

(

): /

-

(

/ : () :

-

:

-

:

-

)

(

:

():

-

		) :	-
		(	
	) :		-
		(	
			:
(	(	) :	-
(	-	/	/
	/	) :	-
		) :	-
	(		
		:	
		)	-
		(	
			-
			-
			-
			-
			-
		:	
	/	:	-
(	:	) :	-
	(	) :	/
			-
	:		
		/	-
			-
			-
(		)	-

—

—

—

—

—

$$\vdots$$

—

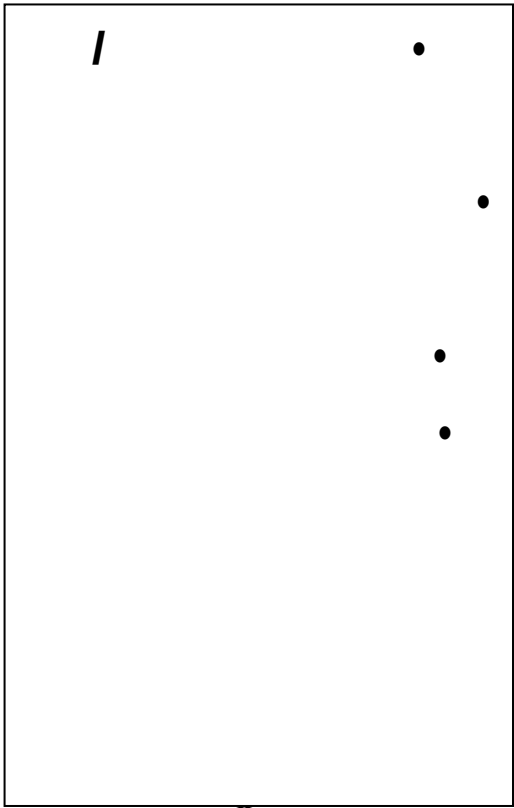
—

—

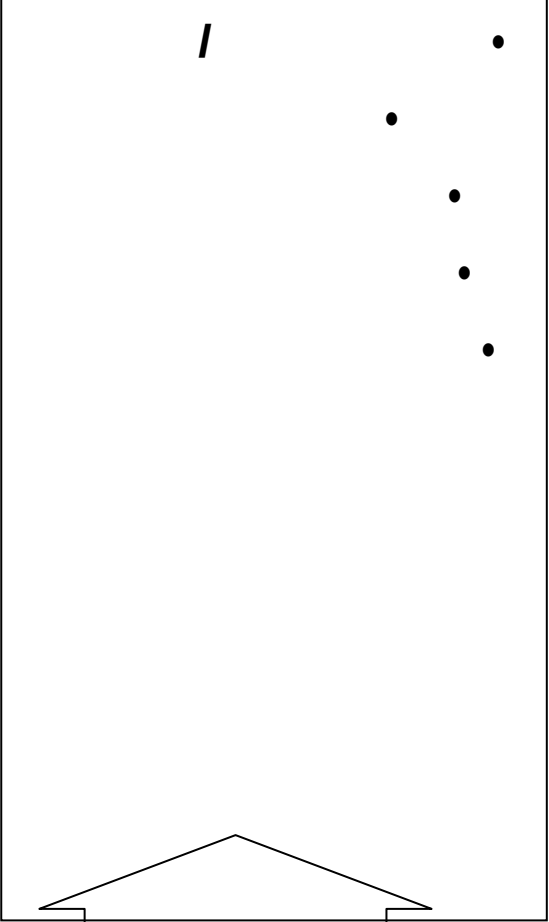
—

—

$$\boxed{\text{Health Literacy}} + \boxed{\begin{matrix} - \\ \text{Self - efficacy} \end{matrix}} = \boxed{\phantom{\text{Health Literacy}}}$$



Health Literacy



Self - efficacy

خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) مفهوم توانمندسازی و ناتوانمندی در ارتقای سلامت چیست ؟
- (۲) استراتژیهای توانمندسازی جامعه کدامند ؟
- (۳) استراتژی ظرفیت سازی در توانمندسازی ارتقای سلامت چیست ؟
- (۴) استراتژی توسعه اجتماعی در توانمندسازی ارتقای سلامت چیست ؟
- (۵) استراتژی آموزش ، مشاوره و توسعه مهارتها در توانمندسازی ارتقای سلامت چیست ؟
- (۶) استراتژی مبتنی بر جنسیت و حساسیت فرهنگی در توانمندسازی ارتقای سلامت چیست ؟
- (۷) مراحل کلیدی فرآیند توانمندسازی جوامع کدامند ؟
- (۸) عناصری از فرد که در توانمندسازی افزایش می یابد کدامند ؟
- (۹) فاکتورهای مهم در طراحی برنامه های عملیاتی توانمندسازی کدامند ؟



تغییر رویکرد آموزش سلامت برای ارتقای سلامت



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- (۱) ارتقای سلامت را تعریف نماید .
- (۲) فرمول ساده ارتقای سلامت را بنویسد .
- (۳) در عبارتی ساده انتخاب های آگاهانه مردم را تعریف نماید .
- (۴) انواع آموزش سلامت و مصادیق آن را لیست نماید .
- (۵) تفاوت بین هدف نهایی رویکرد پیشگیرانه آموزش سلامت را با رویکرد توانمندسازی آموزش سلامت بنویسد .
- (۶) تابلوی دو رویکرد پیشگیرانه آموزش سلامت و رویکرد توانمندسازی آموزش سلامت را به شکل نمودار جریان کار مشخص سازد.
- (۷) تعریف رویکرد پیشگیرانه آموزش سلامت را در یک پاراگراف بنویسد .
- (۸) تعریف رویکرد توانمندسازی آموزش سلامت را در یک پاراگراف بنویسد .
- (۹) تفاوت های موجود در دو رویکرد توانمندسازی آموزش سلامت و رویکرد پیشگیرانه را لیست نماید .
- (۱۰) درجات طیف مشارکت از نظر براگرواسپیچ را بنویسد (۷ درجه) و هر یک را تعریف نماید .

•

•

•

•

.

+

+

=

⋮

-

-

-

-

-

-

-

-

-

⋮

•

•

•

.

⋮

•

•

•

:

•

•

•

:

•

•

•

:

•

•

“

“

•

:

Brager & Specht

•

•

•

•

|

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

“

“

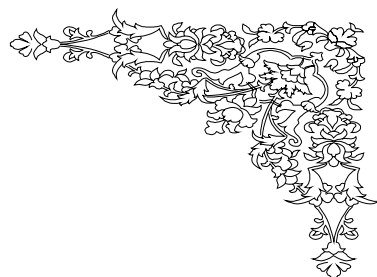
•

.

.

خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) تعریف ارتقای سلامت چیست ؟
- (۲) تعریف رویکردهای قدیمی و نوین آموزش سلامت برای ارتقای سلامت چیست ؟
- (۳) تفاوت های اساسی در دو رویکرد جدید آموزش سلامت (پیشگیرانه - توانمندسازی) کدامند ؟
- (۴) درجات طیف مشارکت براگرواسپیچ در ارتقای سلامت را نام برده و تعریف نمایید ؟



نماهی به آموزش سلامت مبتنی بر جامعه



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- (۱) ضرورت خروج از دایره بسته بخش سلامت برای تأمین و ارتقای سلامت مردم و بهبود کیفیت زندگی آنان را بطور خلاصه بیان نماید .
- (۲) ضرورت درگیری سایر سیستم های اجتماعی در تغییرات سلامت را بیان نموده و راهکارهای مداخله ای آن را نام ببرد .
- (۳) هدف کلی برنامه آموزش سلامت مبتنی بر جامعه را در یک عبارت کوتاه بیان نماید .
- (۴) موقعیت های اصلی مداخله آموزش سلامت مبتنی بر جامعه را نام برده و به اختصار توضیح دهد .
- (۵) ضرورت اجرای برنامه های آموزش سلامت مبتنی بر جامعه را بیان نماید .
- (۶) فرصت های موجود برای توسعه برنامه های آموزش سلامت مبتنی بر جامعه در کشور را بر شمارد (۴ مورد) .
- (۷) مزایای استفاده از برنامه آموزش سلامت مبتنی بر جامعه را بر شمارد (۶ مورد) .



“

”





-

-

-

-

:

.

:

.

:

“

“

:

.

:

-

-

-

-

-

.

:

(gatekeepers)

-

)

(

-

-

-

:

-

-

-

:

-

-

:

-

-

-

:

-

-

|

—

:

—

()

—

—

—

—

—

—

—

—

.

خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) ضرورت و مزایای استفاده از برنامه آموزش سلامت مبتنی بر جامعه چیست ؟
- (۲) هدف کلی برنامه آموزش سلامت مبتنی بر جامعه چیست ؟
- (۳) چهار موقعیت اصلی مداخله آموزش سلامت مبتنی بر جامعه کدامند ؟





نگاهی به ارتباطات برای سلامت



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- (۱) ارتباطات برای سلامت را تعریف نماید و هدف کلی آن را بنویسد .
- (۲) شرایط لازم برای ارتباطات برای سلامت را شرح دهد .
- (۳) نتایج ارتباطات برای سلامت اثربخش برای افراد را لیست نماید (۷ مورد) .
- (۴) نتایج ارتباطات برای سلامت اثربخش برای جامعه را لیست نماید (۵ مورد) .
- (۵) مواردی از ارتباطات دو سویه را با ذکر مثال شرح دهد.
- (۶) چالش های ارتباطات دوسویه سلامت را شرح دهد (۳ مورد) .
- (۷) مجموعه فعالیت هایی که باید ذی مدخلان سلامت برای تأثیر ارتباطات برای سلامت انجام دهند را لیست نماید (۵ مورد) .
- (۸) فرصت های موجود در ارتباطات برای سلامت را لیست نماید .

:

.

:

-

.(telehealth)

:

-

.

:

-

.

:

•

•

“

“

•

•

8

• •

•

• •

“

“

■

• •

•

•

•

.

.

.

:

:

.

“ ”

“ ”

“

.

.

.

:

.

:

:

“ ”

“

“

.

“ ”

： ()

.

“

:

:

“

.

”

“

“

.

.

.

”

”

.

”

”

“

“

“

“

.

”

”

.

.

.

.

(

)

.

.

“

“

.

()

.

.

()

:

—

—

—

—

—

:

.

.

“

“

.

(telecommunication)

:

.

.

:

-

-

.

-

-

.

-

-

-

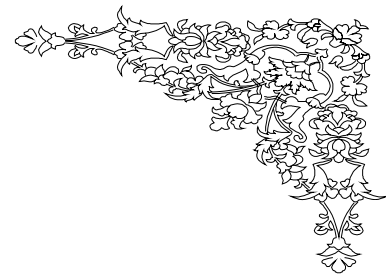
-

.

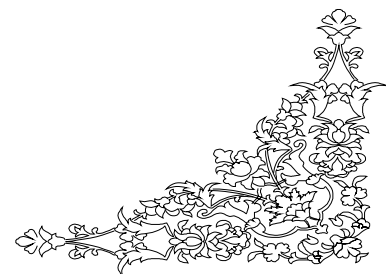
خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) تعریف ارتباطات برای سلامت چیست ؟
- (۲) شرایط لازم برای ارتباطات برای سلامت کدامند ؟
- (۳) نتایج فردی ارتباطات برای سلامت اثربخش کدامند ؟
- (۴) نتایج اجتماعی ارتباطات برای سلامت اثربخش چیست ؟

|



بازسازی مفهوم شیوه زندگی سالم برای ارتقای سلامت



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- (۱) مفهوم "شیوه زندگی" و ایده های موجود در آن را شرح دهد .
- (۲) مفهوم درگیرسازی (Engagement) در شیوه زندگی را شرح دهد .
- (۳) عواملی که شیوه زندگی محصول ترکیب آنها است را لیست نماید (۳ عامل) .
- (۴) مفهوم شیوه زندگی سالم از نظر Lalonde را تعریف نماید .
- (۵) مفهوم شیوه زندگی نا سالم از نظر Lalonde را تعریف نماید .
- (۶) تفکر اولیه و تمرکز شیوه زندگی در مراحل اول شکل گیری مفهوم آن را شرح دهد .
- (۷) تعریف WHO از شیوه زندگی را بنویسد و آن را تحلیل نماید .
- (۸) عناصر تشکیل دهنده شیوه زندگی سالم را با توجه به تعیین کننده های سلامت مردم لیست نماید (۷ مورد) .
- (۹) مفهوم وابستگی متقابل Interdependence را تعریف نماید .
- (۱۰) تعریفی از درک مناسب شیوه زندگی سالم بر اساس تفکر مبتنی بر وابستگی متقابل ارائه دهد .
- (۱۱) مفهوم دو بعدی بودن تأثیر جامعه بر سلامت را شرح دهد .
- (۱۲) اقداماتی که شیوه زندگی دیگران را تحت تأثیر قرار می دهد را لیست نماید (۶ مورد) .
- (۱۳) دلایل اینکه نباید مفهوم شیوه زندگی سالم را در جنبه های رفتاری مؤثر بر سلامت مانند تغذیه یا مصرف سیگار منحصر دانست، تشریح کند .
- (۱۴) دامنه وسیع رفتارهایی که شیوه زندگی آنها را در بر می گیرد، بیان نماید .
- (۱۵) مفهوم بازسازی شده شیوه زندگی سالم را بطور خلاصه بیان نماید .

()

—

()

)

(

"

"

()

(Engagement)

(

)

"

"

"

"

)

.(

"

"

(chance) ‘ (choice)

(resources)

(Life Conditions)

(Life Conduct)

(Life Style)

(Life Chances)

-

.

.

.

.

.

.

:

lalonge

:

()

lalonge

(WHO-)

WHO

WHO

WHO



()

:

Mcleroy



-Potvin Frohlich

Max Weber

"

"

)

)

(

(

(interdependence)

(Kelley ,) .

"

" ,

(Competencies)

(Community)

.(()) ()

.(())

)

.(()) (

.

:

-
-
-
-

.(())

.

:

-
-
-
-
-
-

)

.(

)

(

(

)

)

· (

(

)

“

“

”

”

”

”

”

”

“

“

·

·

·

·

·

·

()

.

:

.

:

.

.()

.

.

:

.

()

.

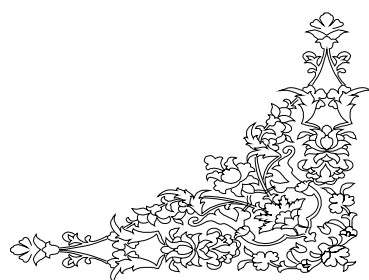
خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) مفهوم درگیر سازی در شیوه زندگی چیست ؟
- (۲) مفهوم شیوه زندگی از نظر سازمان جهانی بهداشتی چیست ؟
- (۳) مفهوم " شیوه زندگی سالم " و " شیوه زندگی ناسالم " از نظر Lalonde چیست ؟
- (۴) دامنه ای از رفتارهایی که شیوه زندگی افراد آنها را در بر می گیرند ، چیست ؟
- (۵) عناصر تشکیل دهنده شیوه زندگی سالم کدامند ؟

|



تأثیر فرآیندهای اجتماعی و عمومی بر توسعه شیوه زندگی سالم



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- (۱) اهمیت اقدام در سطح جامعه برای ارتقای سلامت را مورد تحلیل قرار دهد .
- (۲) رویکردهای زیست محیطی / اجتماعی سلامت را تعریف نموده و انواع اقدامات موجود آن را نام ببرد.
- (۳) اقدامات ضروری در " خلق محیط های حمایتی " برای سلامت را لیست نماید .
- (۴) ظرفیت جامعه را در ارتقای سلامت تعریف نماید .
- (۵) فرآیند درگیری جامعه را توضیح دهد و نتایج آن را بر سلامت شرح دهد.
- (۶) بخش های اصلی آموزش " شیوه زندگی سالم " را لیست نماید (۶ مورد) .
- (۷) هدف نهایی شیوه زندگی سالم را به اختصار توضیح دهد .

()

.

.

.

:

Holder .

.

Holder

.

.

.

.

.

. (WHO,)

“

“

.

/

/

.()

"

"

,

"

"

,

,

,

,

“

“

“

“

(

)

/

خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

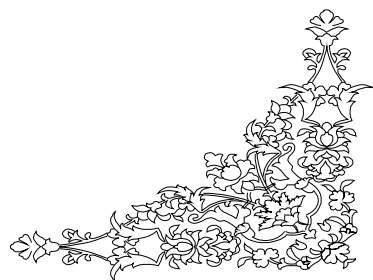
(۱) رویکردهای زیست محیطی / اجتماعی سلامت چیست ؟

(۲) مفهوم ظرفیت جامعه در ارتقای سلامت چیست ؟

(۳) فرآیند درگیری جامعه چیست و نتایج آن بر سلامت کدامند ؟



**عوامل تعیین کننده انتخاب
شیوه زندگی سالم
برای ارتقای سلامت**



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- (۱) چشم انداز های انتخاب شیوه زندگی سالم را لیست نماید .
- (۲) با ذکر مثال نشان دهد که همیشه کسانی که از دانش و منابع بهتری برخوردارند قدرت انتخاب رفتار سالمتری را ندارند .
- (۳) با ذکر یک مثال انتخاب مربوط به سلامت فردی یک شخص را معرفی نماید .
- (۴) مدل کیفیت زندگی را به طور خلاصه معرفی نماید .
- (۵) روابط مهم بین انتخاب شیوه زندگی و عوامل تعیین کننده سلامت را بطور خلاصه بیان نماید .
- (۶) پنج تعیین کننده مهم انتخاب شیوه زندگی را نام ببرد و مثالی از هر کدام بزند.
- (۷) مهارت های زندگی را تعریف نماید و انواع آن را نام ببرد (حداقل ۸ مورد) .
- (۸) رابطه استرس با سلامت را به اختصار توضیح دهد .
- (۹) نقش حمایت اجتماعی در برابر سلامت را بطور خلاصه شرح دهد .
- (۱۰) سه چالش اصلی تمرکز بر جامعه در ارتقای سلامت را نام ببرد .
- (۱۱) مثال هایی از تأثیر انتخاب لذت بخش ، صفات فردی و تنوع انتخاب بر انتخاب شیوه زندگی بیاورد .
- (۱۲) مفهوم درماندگی آموخته شده را با ذکر مثال توصیف نماید .

:

•

•

•

“

“

—

WHO

()

“

“

()

()

)

(

)

)

(

(

()

()

()

()

(cognitive)

(empathy)

Decima

Decima

“

“

Decima

()

Whitehall

Lomas

“(Powerlessness) “ Wallerstein

. (WHO ,)

.(WHO-)

)

/

(

:

✓

✓

✓

Tiger

“(learned helplessness)

“

“ ”

✓

✓

✓

✓

✓

/

)

✓

.()

(

خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) چشم اندازهای انتخاب شیوه زندگی سالم چیست ؟
- (۲) مدل کیفیت زندگی کدام است ؟
- (۳) تعیین کننده های اصلی انتخاب شیوه زندگی کدامند (مثال بزنید) ؟
- (۴) رابطه استرس با سلامت چیست ؟
- (۵) مفهوم مهارتهای زندگی چیست ؟ انواع آن کدامند ؟
- (۶) مفهوم درماندگی آموخته شده چیست (مثال بزنید) ؟



رویکردهای توسعه شیوه زندگی سالم برای ارتقای سلامت



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- (۱) راهبردهای مؤثر در توسعه شیوه زندگی سالم را نام ببرد (چهار مورد) .
- (۲) راهبرد تعهد محلی در توسعه شیوه زندگی سالم را شرح دهد .
- (۳) قابلیت تداوم در توسعه شیوه زندگی سالم را توصیف نماید .
- (۴) مفهوم راهبرد جمعیت های هدف در شیوه زندگی سالم را شرح دهد .
- (۵) راهبرد استفاده از اطلاعات همزمان با تغییر سیاست ها را در توسعه شیوه زندگی سالم به اختصار شرح دهد .
- (۶) دلایل خاموشی پیامهای بهداشتی منتشر شده از طریق رسانه های جمعی را لیست نماید (۶ دلیل) .
- (۷) محدودیت های رویکردهای تغییر رفتار را لیست نموده و آنها را شرح دهد .

.

.

.

.

"

"

.

.

:

:

.

.

O'Loughlin

(

)

.

—

.

.

(

—

)

/

.

:

:

.

.

.

:

.

.

.

.

:

.

)

(

.

(

)

.

:

.

"

"

.

"

.

-

-

-

-

-

-

) " "

" " (

:

()

()

" " " "

.

.

.

.

.

∴

()

/

.

.

.

.

)

(

.

.

“

”

”

”

”

)

“

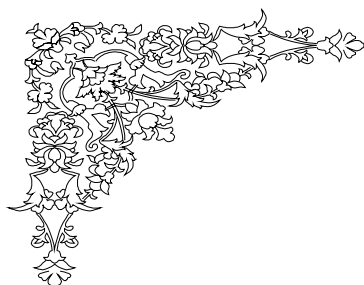
(

“

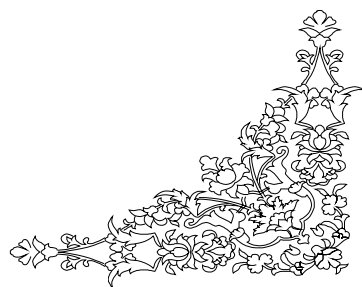
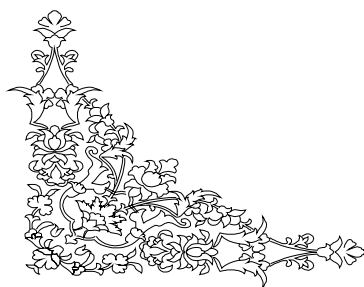
.

خواننده گرامی ، به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) انواع راهبردهای مؤثر در توسعه شیوه زندگی سالم کدامند ؟
- (۲) راهبرد تعهد محلی در توسعه شیوه زندگی سالم چیست ؟
- (۳) راهبرد قابلیت تداوم در توسعه شیوه زندگی سالم چیست ؟
- (۴) مفهوم راهبرد جمعیت های هدف در توسعه شیوه زندگی سالم چیست ؟
- (۵) محدودیت های رویکردهای تغییر رفتار در شیوه زندگی کدامند ؟



آموزش سلامت برای ارتقای سلامت، حفاظت از سلامت و پیشگیری



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- (۱) سه فاکتور مهم در ارتقای سلامت را نام ببرد .
- (۲) آموزش سلامت را از دیدگاه سنتی تعریف و چالش حاصل از آن را بیان نماید .
- (۳) دو نقش جدید برای آموزش سلامت از دیدگاه TONES را شرح دهد.
- (۴) معنای " حفاظت از سلامت " بیان نماید .
- (۵) وظایف " آموزش سلامت " را در " حفاظت از سلامت " بیان نماید .
- (۶) پیشگیری از بیماری را به اختصار شرح دهد .
- (۷) پیشگیری از بیماری را از دیدگاه Cohen و هندرسون بیان نماید .
- (۸) با کشیدن الگوی ارتقای سلامت TANNAHILL (۱۹۸۵) هر یک از حوزه های این الگو را شرح دهد .
- (۹) معنی جنبش ارتقای سلامت را در منشور اوتاوا بیان نماید .
- (۱۰) ایجاد سیاست های حامی سلامت را شرح دهد .
- (۱۱) ایجاد محیط های حامی سلامت و حفاظت شده را شرح دهد
- (۱۲) توسعه اقدام جامعه در فعالیت های ارتقای سلامت را توضیح دهد .
- (۱۳) توسعه مهارت های فردی در ارتقای سلامت را شرح دهد .
- (۱۴) تعریف سلامت از دیدگاه SEEDHOWSE (۱۹۹۷) را شرح دهید .
- (۱۵) تأثیر مکتب اصالت نشاط را بر سلامت بطور خلاصه شرح دهد .
- (۱۶) چند مورد از برداشتهای منفی از تعریف سلامت را بیان نماید .
- (۱۷) منطق سیاسی حامی جدا کردن مسأله آموزش و ارتقای سلامت از مراقبت از سلامت را بیان نماید.
- (۱۸) پیامدهای تأثیر آموزش سلامت بر سلامت را شرح دهد .
- (۱۹) نقش آموزش سلامت به بیمار را در شاخص های سلامت شرح دهد .
- (۲۰) تأثیر گذاری استفاده از رسانه های گروهی را در حوزه های سلامت شرح دهد .
- (۲۱) حقوق ارتقای سلامت را لیست نموده و آنها را شرح دهد (۲۰ حق) .
- (۲۲) لزوم داشتن یک استراتژی کامل , همه جانبه و صحیح برای دخالت دادن مصرف کننده (بیمار- مراجع) در تصمیم گیری آگاهانه در سلامت خود را با تحلیل وضعیت فعلی بیان نماید .
- (۲۳) ارتقای سلامت را به عنوان بخشی از حقوق انسانی شرح دهد .
- (۲۴) ۴ اصل در زمینه اخلاقیات در ارتقای سلامت را برشمارد .

()

)

.(

: (WHO-)

) ()
()
Tones
:
(
(
(

WHO

.

.

.

.

.

.

.

. Cohen, Henderson ()

() Tannahill

:

.

.

.

:

.

()

Ottawa

Ottawa

.

:

:

-

()

.

:

-

.

.

:

-

.

.

:

.

.

.

.

.

"

"

.

.

WHO

.

.

.

() Seedhowse

.

.

.

.

.

-

-

-

.

.

-

.

:
:

.

-

.

.

"

"

.

.

.

.

.

.

:
:

-

-

.

.

.

.

"

"

.

.

"

.

%

.

.

(

)

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

:

-

-

.

()

.

.

.

.

.

.

"

" .

"

" .

Seedhowse ()

.

.

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

() -
-
-
() -
-

.

.

British

"

."

.

)

.(

:

.

.

.

.

.

.

.

)

(

.

.

(

)

"

"

.

.

.

:

-

,

-

-

-

.

,

.

خواننده گرامی , به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) عوامل مهم در ارتقای سلامت چیست؟ هر کدام را شرح دهید (سه مورد)
- (۲) تعریف پیشگیری از بیماری چیست؟
- (۳) تعریف حفاظت از سلامت چیست؟
- (۴) تعریف "آموزش سلامت" و نقش آن در حفاظت از سلامت کدامست؟
- (۵) حوزه های موجود در الگوی ارتقای سلامت TANNAHILL کدامند؟
- (۶) تعریف "سیاست های حامی سلامت" ، "محیط های حامی سلامت" ، "توسعه اقدام جامعه" و "توسعه مهارت های فردی" در ارتقای سلامت چیست؟
- (۷) تعریف "سلامت" ازدیدگاه Seedhowse چیست؟
- (۸) دلایل پیشنهاد جدا بودن بخش "آموزش و ارتقای سلامت" از مراقبت از سلامت چیست؟
- (۹) رسانه های گروهی چگونه می توانند در هر یک از حوزه های سلامت تأثیر گذار باشند؟
- (۱۰) حقوق ارتقای سلامت انسانها کدامند (۱۰ مورد)؟
- (۱۱) ۴ اصل در زمینه اخلاقیات در ارتقای سلامت کدامند؟





توانمندسازی مردم برای مراقبت از سلامت خود



انتظار می رود خواننده پس از مطالعه این قسمت بتواند :

- ۱) علل اقبال عمومی به مراقبت از سلامت را لیست نماید .
- ۲) دو عامل فردی تعیین کننده سلامت را که با مراقبت از سلامت خود ارتباط دارد نام ببرد.
- ۳) سه چالش اصلی بخشی سلامت را نام برده و سه مکانیسم پاسخگویی به این چالش ها را لیست نماید .
- ۴) طبق مدل ارتقای سلامت فرد محور Romeder و همکارانش ، منابع اصلی رویارویی با مشکلات بهداشتی را ذکر نماید .
- ۵) مفهوم "مراقبت از سلامت خود" را شرح دهد .
- ۶) مفهوم "خود کارایی" را شرح دهد .
- ۷) بر اساس هرم مراقبت از سلامت ، اهمیت و جایگاه مراقبت از سلامت خود را در ارتقای سلامت شرح دهد .
- ۸) با استفاده از مفاهیم نقشه تغییر مراقبت از سلامت فرگوسن ، ارتباط مراقبت بهداشتی در عصر صنعتی و عصر اطلاعات برای مراقبت از سلامت را شرح دهد .
- ۹) با مثال آماری ، نقش خود فرد و اطرافیان اورادر مراقبت بهداشتی بیان نماید .
- ۱۰) فعالیت های مراقبت از سلامت را لیست نماید .
- ۱۱) مفهوم "مراقبت از سلامت خود" را بر اساس تعریف Dean شرح دهد .
- ۱۲) طبق تعریف Orem ، مفهوم "مراقبت از سلامت خود" را شرح دهد .
- ۱۳) عواملی را که مراقبت از سلامت خود با آنها در ارتباط است ، نام ببرد .
- ۱۴) سه دسته کاربران سلامت از دیدگاه فرگوسن را نام برده و هر یک را شرح دهد .
- ۱۵) ارتباط بین توانمند سازی افراد و جامعه را با مراقبت از سلامت خود توضیح دهد .
- ۱۶) اهمیت نقش خود کارایی در مراقبت از سلامت خود در مقایسه با سواد بهداشتی را شرح دهد.
- ۱۷) نقش " گروه های خودیار " در مراقبت از سلامت خود را شرح دهد .
- ۱۸) تأثیر آموزش مراقبت از سلامت خود بر سلامت فرد و نظام سلامت را بیان نماید .
- ۱۹) تأثیر دراز مدت مراقبت از سلامت خود را شرح دهد .
- ۲۰) هدف مراقبت از سلامت خود را شرح دهد .

(())

Marc Lalonde

.

.

.

()

.

.

Lalonde

.

.

:

.

.

.

.

.

.

.

:

-

-

-

-

-

-

.

.

.

.

:

-

-

-

(Romedet et al-)

.

:

.

.

.

.

/

.

)

.

/

(

.

()

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

WHO

" : Dean

Orem

Orem

Orem

»

«

Wilson

(

)

self-help

/ :

Kemper

/ .

/ .

. (%)

(Anderson,c-)

»

.«

.(padula-)

خواننده گرامی , به سوالات زیر پاسخ دهید :

- (۱) سه چالش اصلی بخش سلامت کدامند؟ مکانیسم پاسخگویی به آنها چیست؟
- (۲) مفهوم "مراقبت از سلامت خود" چیست؟
- (۳) مفهوم "خود کارایی" چیست؟
- (۴) تعریف Orem از مفهوم "مراقبت از سلامت خود" چیست؟
- (۵) کاربران سلامت از دیدگاه فرگوسن چند دسته اند؟ هر کدام را توصیف نمایید.
- (۶) ارتباط توانمند سازی افراد و جوامع با مراقبت از سلامت خود چیست؟
- (۷) نقش "خود کارایی" در مراقبت از سلامت خود چیست؟
- (۸) نقش و تعریف "گروه‌های خود یار" در مراقبت از سلامت خود چیست؟
- (۹) هدف از "مراقبت از سلامت خود" کدامست؟
- (۱۰) تأثیر دراز مدت "مراقبت از سلامت خود" در فرد و جامعه چیست؟