

## ۲- ۱- رسالت برنامه سلامت میانسالان

### اهمیت مراقبت گروه سنی میانسالان

میانسالی سنی است که فرد تجارب متنوعی دارد و می تواند از موفقیت‌های گذشته خود احساس رضایت نموده و در عین حال به شکست‌های خود اعتراف نماید . به عبارتی دوران میانسالی از خیلی جهات نقطه اوج زندگی است و به همین دلیل میانسالان را نسل فرمانده نیز خوانده اند .

با نگاه به هرم سنی جمعیت ایران در سرشماری سال ۱۳۷۵ و ۱۳۸۵ جابجایی هرم را به سطوح بالاتر می بینیم . بطوری که در حال حاضر ۴۱ درصد جمعیت تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی مشهد زنان و مردان ۲۵ تا ۶۰ ساله تشکیل می دهند .

باتوجه به اینکه سنین میانسالی با تغییرات مهم رشدی در زمینه های فکری، عاطفی، اجتماعی و زیستی همراه است و نقش افراد در هر سه زمینه شغلی، همسری و سرپرستی فرزندان بسیار پیچیده تر شده و همچنین در زنان همراه با دوره های انتقالی نظیر یائسگی میباشد . این امر بر چگونگی تفکر و رفتار افراد تاثیر بسیار زیادی می گذارد لذا از اهمیت ویژه ای برخوردار می باشد .

هدف کلی این برنامه ها ، کاهش بار بیماریها از طریق اجرای برنامه های سلامت میانسالان در گروه سلامت خانواده و جمعیت می باشد .

### فعالیت های برنامه سلامت میانسالان

در گروه سلامت میانسالان برنامه ها در سه راستا اجرا می گردد :

**➡ الف) ایجاد حساسیت و ارتقاء آگاهی عموم در زمینه شیوه زندگی**

### **صحیح و عادات رفتاری**

۱- برگزاری مراسم هفته ملی سلامت زنان

در سال ۱۳۸۶ و مصادف با سالروز ازدواج حضرت علی (ع) و حضرت فاطمه (س) مقرر شد این روز به عنوان روز ملی سلامت زنان نامگذاری گردد اما یک سال بعد و در سال ۱۳۸۷ گرامیداشت روز سلامت زنان به ۲۸ مهر ماه هر سال تغییر یافت و مقرر شد از این پس هرساله ۲۸ مهر ماه به عنوان روز ملی سلامت زنان تعیین شده و برنامه هایی در جهت ارتقاء وضعیت بهداشتی زنان در سطح سیستم بهداشتی اجراء گردد.



بازنگری مستمر و ارزشیابی و نظارت بر اجرای سیاست ها و برنامه های سلامت زنان، طراحی و استقرار نظام پایش و مراقبت سلامت زنان در نظام سلامت کشور از اولویت های برنامه های وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی است.

در این راستا تقویت همکاری و هماهنگی بین بخشی

اعم از سازمان های غیردولتی و انجمن های علمی و تخصصی مرتبط با سلامت، تدوین برنامه های موثر بر ارتقای سلامت، شناسایی و تلاش جهت رفع موانع فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی موثر و توسعه آگاهی زنان و خانواده از نقش و مسئولیت های متعدد زنان در خانواده و اجتماع، فرهنگ سازی و اصلاح باورها نسبت به جایگاه زنان، افزایش دسترسی زنان به نیروهای متخصص و همگن خدمات سلامت، توسعه فرهنگ ورزش در بین زنان و دختران و رفع موانع موجود، فراهم کردن دسترسی به خدمات مناسب و حمایت ویژه، بهبود وضعیت سلامت محیط کار و تاثیر آن بر سلامت، حمایت و تسهیل امر ازدواج، اتخاذ تدابیر مناسب جهت پیشگیری و کاهش هرگونه ظلم و خشونت علیه زنان، توسعه مهارت و ظرفیت های

شغلی از اولویت‌های برنامه‌های مرتبط با زنان است که در دستور کار اداره سلامت میانسالان قرار گرفته است.

## ۲- برگزاری هفته ملی سلامت مردان

اولین بار در سال ۱۳۸۵ و به پیشنهاد انجمن پزشکان اورولوژیست (متخصص کلیه و مجاری ادراری) کشور مقرر شد یک روز در سال به عنوان روز ملی سلامت مردان در کشور نامگذاری گردد و پس از آن هر ساله اولین پنج شنبه اسفند ماه به عنوان روز ملی سلامت مردان شناخته می‌شود.

این مناسبت بهانه‌ای جهت پرداختن به مسایل بهداشتی مردان جامعه و ایجاد حساسیت در مردان برای اهمیت دادن به سلامتی خود به عنوان قشر فعال و تاثیر گذار جامعه مطرح شده است.

## ۳- برگزاری سمینارها و همایش‌ها

### (ب) بهبود شیوه زندگی سالم در دوره میانسالی

برنامه از سال جاری در کلیه جمعیت زنان ۴۵-۶۰ ساله تحت پوشش دانشگاه در مناطق شهری و روستایی اجرا می‌شود. آموزش یائسگی در جامعه از طریق آموزش رابطان سلامت و انتقال آموزشها توسط آنان به خانواده‌ها انجام می‌گردد. در راستای اجرای برنامه کلیه مربیان رابطین شهرستانها آموزش دیده و آموزش رابطین بهداشتی نیز در حال انجام است. آموزش با "مجموعه آموزشی یائسگی" انجام می‌گردد. (پیوست ۵)

## ج ( ارزیابی دوره ای سلامت میانسالان

### ➤ ارزیابی دوره ای سلامت زنان ایرانی ( سبا ) :

این برنامه در برخی از دانشگاهها به صورت پایلوت می باشد . در حال حاضر ۶۳۲۶۵ نفر از زنان ۴۵-۶۰ ساله در مرکز بهداشت شماره ۳ مشهد تحت پوشش این برنامه هستند . مراقبت دوره ای زنان شامل مشکلات یائسگی ، بیماری های تنفسی ، اختلالات اعصاب و روان ، بیماری های شغلی ، مشکلات باروری ، بیماری های دستگاه تناسلی ادراری ، سرطان ها ، مشکلات اسکلتی عضلانی ، بیماری های قلبی عروقی و نهایتاً بررسی شیوه زندگی و عادات رفتاری ، سلامت باروری و ارائه آموزش های لازم می باشد . ( پیوست ۶ )

### ➤ ارزیابی دوره ای سلامت مردان ایرانی ( سما ) :

این برنامه باهدف حساس سازی ، پیشگیری اولیه و تشخیص زودرس بیماریهای خطیر وبدون علامت درمردان وتوجه به نیازهای بهداشتی ودرمانی مردان می باشد . برنامه در برخی دانشگاه های علوم پزشکی به عنوان پایلوت در حال اجراست و در حال حاضر در دانشگاه علوم پزشکی مشهد اجرا نمی گردد .