

صدای سلامت



خرداد ۱۳۹۴

سال چهارم
شماره سوم

جوان سالم، آینده مطمئن

شعار هفته جوان سال ۱۳۹۴: پویایی، بالندگی و جوانی جمعیت

جون، مهربان لطف پرور دلالست (مقام معظم رهبری)

جوانان در هر برهه‌ای از تاریخ کشورها و ملت‌ها، می‌توانند یکی از مهمترین مراکز سعادت یک ملت باشند. علت هم این است که جوان از طهارت فطری برخوردار است. جوان، پاک و ناآلوده است. آلودگی‌هایی که در طول زندگی به سراغ انسان‌ها می‌آید و زنجیرهایی بر دست و پای روح آنان می‌بندد و آنان را از حرکت و عروج و تکامل باز می‌دارد، در مورد جوانان یا وجود ندارد و یا بسیار کم است. جوان، مہبط لطف پرور دلال است و در بسیاری موارد دل او محل جلوه‌ی عنایات ویژه‌ی الهی است. جوانان باید قدر این موهبت را بدانند. صفایی که می‌تواند روح انسان به دست بیاورد و با آن از لایه‌های گرفتاری مادی و آلودگی‌ها و پلیدی‌ها عبور کند و دامن خود را پاک نگه دارد، در جوانان بیش از همه‌ی انسان‌هاست.



جوان سالم، آینده مطمئن

به جنبه‌های مختلف سلامتی جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی این قشر داشته باشیم.

سیاست‌های اجرایی برنامه‌های جوانان



دکتر محمدرضا زیاپی
معاون بهداشتی و رئیس مرکز بهداشت استان

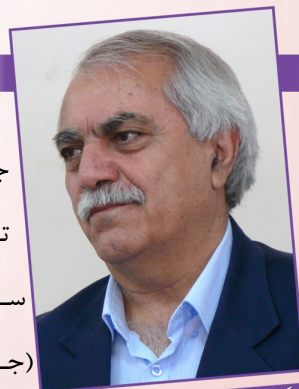
باتوجه به اهمیت موضوع، همچنین گستردگی و تنوع خدمات سلامتی در گروه سنی نوجوان و جوان، تفکیک آن‌ها به لحاظ تشکیلاتی در حوزه ستادی وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی طی سال ۹۲ مورد تاکید واقع شد.

برنامه‌های سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس براساس رویکرد جدید وزارتی به دو گروه سنی هدف ۱۸-۶ سال و ۳۰-۱۸ سال تفکیک و مستقلاً

طبق آخرین سرشماری نفوس و مسکن، بالغ بر یک سوم

جمعیت کشور را نوجوانان و جوانان تشکیل می‌دهند. لذا توجه به سلامت گروه‌های سنی یاد شده (جمعیت ۶ تا ۳۰ سال) به موازات اهمیت به سایر گروه‌های سنی، ضرورتی

اجتناب ناپذیر خواهد بود. طبعاً برخورداری و حفظ جامعه نوجوان و جوان سالم و پویا، بهره‌مندی از افراد سالم و کارآمد در دوران میانسالی و سالمندی را در آینده به دنبال خواهد داشت و با توجه به مخاطرات مهمی که این مقطع را در مقایسه با سایر گروه‌های سنی تهدید می‌نماید؛ لذا نوع مداخلات مورد انتظار براساس اولویت‌های تعیین شده برای این سنین نیز متفاوت خواهد بود. در راستای اهداف فوق با وجود این سرمایه عظیم پویا، می‌طلبید توجه ویژه



دکتر محمدرضا زیاپی
رئیس دانشگاه علوم پزشکی مشهد

روزشمار هفته جوان سال ۱۳۹۴

پنجشنبه ۷ خرداد: جوان، فرهنگ، ایثار و کرامت انسانی
جمعه ۸ خرداد: هم‌دلی و هم‌زبانی جوانان و دولت
شنبه ۹ خرداد: روز جوان، خانواده و جمعیت
یکشنبه ۱۰ خرداد: جوان، توسعه و سرمایه ملی
دوشنبه ۱۱ خرداد: جوان، تندرستی، شادابی و نشاط
سه‌شنبه ۱۲ خرداد: مشارکت، سرمایه اجتماعی و دیپلماسی جوانان
چهارشنبه ۱۳ خرداد: جوان، ولایت‌مداری و انتظار

سیاست‌گذاری و برنامه ریزی گردید و با این اقدام تلاش شد تا با بهره‌گیری از ظرفیت‌های موجود بخشی و فرابخشی دستیابی به اهداف مورد انتظار بر مبنای شاخص‌های سلامتی هر یک از گروه‌های سنی مذکور به‌طور جداگانه تسهیل و تسریع گردد. گروه سنی جوانان (گروه‌های سنی ۱۸ تا ۳۰ سال)، در حدود ۲۶ درصد کل جمعیت شهرستان‌های تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی مشهد معادل یک میلیون و دویست هزار نفر را در بر دارد. هزینه اثربخشی مداخلات سلامت نگر در گروه سنی جوانان به اثبات رسیده است. هر چند که این گروه در مقایسه با سایر گروه‌های سنی کمتر بیمار می‌شوند اما رفتارها، مهارت‌ها و شیوه زندگی که در این سنین کسب می‌شود تاثیر شگرفی بر بار بیماری‌ها در سنین میان‌سالی و سالمندی دارد. جوانان امروز والدین فردا هستند و توفیق آن‌ها در ارتقای سلامت تضمین‌کننده نسل حاضر و آینده کشور است.

بخشی از مستندات قانونی برنامه

ماده ۴۱ قانون برنامه پنجم توسعه بند الف بیان می‌دارد که براساس منشور تربیتی نسل جوان و سند ملی توسعه و ساماندهی امور جوانان، مصوب دولت، ضمن ایجاد برنامه ساماندهی امور جوانان، اقدامات لازم جهت اجرایی شدن اسناد در طول سال‌های برنامه به عمل آید و بند ب این قانون، به سنجش و پایش میزان تحقق شاخص‌های مصوب شورای عالی جوانان در خصوص اجرایی نمودن برنامه ساماندهی امور جوانان اشاره می‌نماید. در این مقوله حرکت و اهمیت بین بخشی فی‌مابین نهادها و سازمان‌های ذینفع از موارد بسیار مهم می‌باشد که نقش اصلی را وزارت ورزش و جوانان در مشارکت با سایر ذینفعان منجمله وزارت بهداشت ایفا می‌نماید.

تاریخچه برنامه های سلامت جوانان

برنامه سلامت جوانان در سال ۸۷ به شکل ادغام یافته با اداره سلامت نوجوانان و مدارس آغاز گردید. در سال ۸۹، فعالیت‌های مرتبط با سلامت جوانان با غربالگری سلامت دانشجویان بر اساس بسته خدمت تدوین شده

و شناسنامه مناسب با آن گروه سنی آغاز و معاینات جسمانی و روانی برای دانشجویان ورودی پزشکی و پیراپزشکی در تعامل با ذینفعان انجام شد و این معاینات با رویکرد تدوین شناسنامه سلامت طلاب به دانش‌آموختگان ورودی حوزه علمیه در چند دانشگاه نیز تسری پیدا کرد و برنامه جامع سلامت جوانان، بازنگری سند سلامت باروری جوانان و تدوین سیاست‌های جامع سلامت جوانان به عرصه ظهور نشست. در سال ۹۱ ساماندهی مجدد اسناد و تدوین مفاهیم پایه برنامه خودمراقبتی و توانمندسازی در جوانان انجام شد. از ابتدای سال ۹۳، در راستای اجرای فرمایشات مقام معظم رهبری و ضرورت توجه بیشتر به برنامه جوانان، این اداره از اداره نوجوانان و مدارس تفکیک گردید.

معرفی طرح‌ها و برنامه‌های سلامت جوانان

اداره سلامت جوانان بر اساس رسالت سازمانی خود، متعهد است تا با استفاده از تمامی ظرفیت‌های بخشی و فرا بخشی و مشارکت همه‌جانبه با ذینفعان مرتبط، فعالیت‌ها و اقداماتی گسترده ذیل ۸ بسته راهبردی را به اجرا درآورد. در این بسته‌های راهبردی، موضوعات مهمی همچون مراقبت‌ها و خدمات سلامت جسمی و روانی، سبک زندگی سالم، ارزیابی سلامت جوانان، ازدواج سالم، توانمندسازی جوانان با توجه به سبک زندگی ایرانی، اسلامی و ... را دربر می‌گیرد. بدین لحاظ اهداف برنامه جوانان در قالب طرح‌های وزینی تدوین و در استان‌های کشور پایلوت

پزشکی و بیماری فرد، معاینه وضعیت عمومی، ارزیابی های (قد، وزن، BMI، بینایی، بهداشت دهان و دندان و...) نتایج معاینات پزشکی عمومی و تخصصی و پیگیری ارجاعات و توصیه ها در آن ثبت

پایلوت اجرای نظام سلامت جوانان



می گردد و علاوه بر موارد فوق ابزار ارزیابی خودمراقبتی (سلامتی) مشتمل بر سلامت جسمی، سنجش روانی-رفتاری، سلامت روابط و سلامت اجتماعی نیز تکمیل می گردد.

غربالگری سلامت دانشجویان

امروزه سرمایه گذاری بر روی سلامت نوجوانان و جوانان در محیط های آموزشی به عنوان یکی از مهم ترین مداخلات نظام های سلامت مطرح بوده و از آنجا که قشر عظیمی از جوانان در جبهه علم و دانش و در کسوت دانشجو مشغول به تحصیل می باشند و این عزیزان سرمایه های اصلی و آینده سازان جامعه محسوب می شوند، لذا اهمیت دادن به سلامت جسم و روان آنان در کنار آموزش و پیشرفت علمی اهمیت ویژه ای دارد و پایش سلامت آنان بدون شک دارای ارزش والایی است و از نتایج حاصله در جهت طراحی و مداخلات لازم جهت ارتقاء سلامت آنان استفاده می گردد با توجه به همین ضرورت و به استناد تفاهم نامه کشوری معاونت سلامت و معاونت دانشجویی وزارت بهداشت، معاونت بهداشتی و معاونت دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی مشهد با تنظیم یک طرح اجرائی همه ساله دانشجویان جدیدالورود رشته های علوم پزشکی را تحت پوشش "طرح غربالگری سلامت دانشجویان" قرار می دهند که هدف از ارزیابی سلامت دانشجویان، آگاهی از میزان سلامتی دانشجویان، عادات سلامت فردی و عادات غذایی، سوابق

و سپس به صورت برنامه جاری سازی می گردد. در این شماره از نشریه تلاش می گردد اجمالا به معرفی و اجرای موارد مذکور در شهرستان های تابعه دانشگاه مشهد اشاره شود:

* نظام سلامت جوانان

* غربالگری سلامت دانشجویان

* ازدواج مناسب در جوانان

* برنامه جامع آموزش سلامت جوانان با تاکید بر آموزش

خودمراقبتی و ارتقاء رفتارهای سالم

* غربالگری سلامت طلاب و خود مراقبتی طلاب

* کاهش مرگ و میر جوانان

* سلامت معنوی

* نیازسنجی آموزشی سلامت جوانان

پایلوت اجرای نظام سلامت جوانان

یکی از اقدامات نظام بهداشتی ارزیابی وضعیت سلامت گروه های سنی و به تبع آن انجام مداخلات مورد لزوم برای گروه های مذکور می باشد و باتوجه به جوان بودن ساختار جمعیتی کشورمان که حدود ۲۴ درصد جمعیت کشور را به خود اختصاص داده است و نیز روند روبه رشد عوامل خطر محیطی تهدید کننده سلامت این قشر مهم از جامعه لزوم برنامه ریزی در راستای ارتقاء سلامت این گروه سنی را بیش از پیش الزامی می نماید. در این راستا پایلوت برنامه نظام سلامت جوانان با هدف غربالگری سلامت ۱۲۰۰ نفر از جوانان ۱۸-۳۰ سال منطقه شهری و روستایی شهرستان فریمان در قالب نظام شبکه و براساس شناسنامه سلامت جوانان و فرم ارزیابی خودمراقبتی تدوین و اجرا گردید. هدف از ارزیابی سلامت جوانان، آگاهی از میزان سلامتی آنان، تشخیص به موقع نارسایی های جسمانی و اختلالات روانی، رفتاری و پیگیری موارد ارجاع به متخصصین است.

شناسنامه سلامت جوانان به عنوان مجموعه ای کامل از وضعیت سلامتی جوانان تهیه شده است که مشخصات فردی، سابقه بیماری خانوادگی، سبک زندگی شامل عادات سلامت فردی و عادات غذایی، سوابق

اجتماعی“ نام برد. به نظر می‌رسد اولین اقدام موثر اصلاح بینش جوانان و نوجوانان نسبت به زندگی و ازدواج باشد. باید تدابیری از سوی مربیان، مسئولان فرهنگی و دولت در نظر گرفته شود که جوانان و نوجوانان در ابعاد گوناگون جسمی، جنسی، عقلی، اجتماعی، عاطفی و اقتصادی به‌طور هماهنگ و متناسب رشد نمایند. آن‌چه در حال حاضر مشاهده می‌شود ناهم‌ترازی رشد و بلوغ جنسی و جسمی با دیگر ابعاد رشد یعنی رشد عقلی، اجتماعی، اقتصادی و عاطفی جوانان و نوجوانان است. در راستای ترویج ازدواج مناسب و محقق نمودن سیاست‌های ابلاغی مقام معظم رهبری در اردیبهشت سال ۹۳ مبنی بر ارتقاء پویایی،



بالندگی و جوانی جمعیت با افزایش نرخ باروری، ارتقاء امید به زندگی، تامین سلامت و تغذیه سالم و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی و ترویج و نهادینه‌سازی سبک زندگی اسلامی-ایرانی، برنامه ازدواج مناسب در جوانان با هدف کلی “آشنایی با ابعاد مختلف سلامتی در فرآیند مهم ازدواج” تعریف شد. با بهره‌گیری از استراتژی‌ها و راهبردهایی همچون برنامه ریزی، سازماندهی، آموزش و جلب مشارکت سازمان‌ها، نهادها، افراد حقیقی و حقوقی و ... برای رسیدن به اهداف اختصاصی برنامه اعم از ارتقاء آگاهی در زمینه اهمیت تشکیل خانواده، معیارهای انتخاب همسر، سلامت روانی، اجتماعی و معنوی در ازدواج، ارتقاء امید به زندگی و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی برنامه ریزی و اقدام گردید.

این طرح در سال ۱۳۹۳ به صورت پایلوت در ۳ شبکه بهداشت و درمان شهرستان تحت پوشش شامل فریمان، قوچان، درگز و مرکز بهداشت ثامن مشهد با برگزاری همایش، کارگاه‌ها و جلسات آموزشی اجرا گردید و با توجه به دستورالعمل‌های اجرایی از ابتدای سال ۹۴ در کلیه شهرستان‌های تحت پوشش دانشگاه لازم‌الاجرا می‌باشد.

تشخیص به موقع نارسائی‌های جسمانی و اختلالات روانی، رفتاری و پیگیری موارد ارجاع به متخصصین است. این ارزیابی براساس شناسنامه سلامت دانشجو صورت می‌گیرد و نتایج

غربالگری سلامت دانشجویان



معاینات پزشکی عمومی و تخصصی و پیگیری ارجاعات و توصیه‌ها در آن ثبت می‌گردد.

ازدواج مناسب در جوانان

در حال حاضر در کشور عزیزمان ایران، بر اساس آخرین سرشماری و آمارهای اعلام شده، حدود نوزده میلیون و سیصد و چهل و نه هزار نفر، در سنین جوانی قرار دارند و بیش از یازده میلیون نفر از دختران و پسران در آستانه ازدواج هستند که بخش قابل توجهی از آنان در حال پشت سر گذراندن سنین مناسب ازدواج و باروری می‌باشند.

بررسی‌ها و شواهد نشان دهنده افزایش سن ازدواج در جوانان می‌باشد، به طوری که در پسران به حدود ۲۷ سالگی و در دختران تا ۲۴ سالگی افزایش یافته است و از سوی دیگر، سن بلوغ جنسی کاهش چشمگیری را نشان می‌دهد و در سال‌های اخیر فاصله این دو بیشتر شده است.

یکی از مهم‌ترین تغییر و تحولات جمعیتی که در چند دهه اخیر در کشورهای در حال توسعه رخ داده است کاهش چشمگیر باروری می‌باشد. عوامل اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی زیادی رفتارهای باروری را در این کشورها تحت تاثیر قرار داده است. به صراحت می‌توان گفت که افزایش سن ازدواج یک مشکل حاد اجتماعی است و به تعبیر جامعه‌شناسان می‌توان از آن به عنوان یک “مسئله

برنامه جامع آموزش سلامت جوانان

خودمراقبتی گام اول سلامت است. گام اول سلامت همین است که ما یاد بگیریم خودمان از خودمان مراقبت کنیم. بین ۶۵ تا ۸۵ درصد مراقبت‌هایی که به سلامت ما منجر می‌شود محصول همین خودمراقبتی است. خودمراقبتی شامل اعمالی است اکتسابی، آگاهانه و هدف‌دار که مردم برای خود، فرزندان و خانواده‌شان انجام می‌دهند تا تندرست بمانند، از سلامت ذهنی و جسمی خود حفاظت کنند، نیازهای اجتماعی و روانی خود را برآورده سازند، از بیماری‌ها یا حوادث پیشگیری کنند، ناخوشی‌ها و وضعیت‌های مزمن را مراقبت کنند و نیز از سلامت خود بعد از بیماری حاد یا ترخیص از بیمارستان حفاظت کنند. خودمراقبتی به وضوح موجب افزایش کارایی و مهارت‌های فردی می‌شود و یکی از مفاهیم اصلی برای تأکید بر رفتار سالم است. بسیاری از ما مسئولیت‌های زیادی در زندگی داریم که باعث می‌شود خودمراقبتی را فراموش کنیم. خودمراقبتی یکی از جنبه‌های مهم مدیریت استرس است. مراقبت خوب از بدن می‌تواند به ما در مورد خود و زندگی‌مان احساس خوبی بدهد و ارزشی را که برای خود قابل هستیم، به دیگران انتقال دهد. چنین کاری می‌تواند به داشتن احساس تندرستی و رفاه پایدارمان کمک کند. با خودمراقبتی، به صورت ارادی و فعالانه زمانی را برای خودمان در نظر می‌گیریم تا کارهایی را انجام دهیم که موجب حفظ و تقویت جوانی و انرژی ما می‌شود. در واقع، داشتن یک برنامه جامع خودمراقبتی، در ارتباط با چگونگی رفتار ما با بدن، ذهن و روح و روانمان است. با چنین برنامه‌ای می‌توانیم گام‌های کوچکی برای کاهش استرس و بهبود کیفیت زندگی‌مان برداریم. مهم‌ترین گروه هدف آموزش خودمراقبتی را می‌توان جوانان و نوجوانان دانست، با توجه به این که افراد معمولاً در سنین جوانی و نوجوانی از سلامت نسبی جسمی و روحی برخوردارند و بیشترین مشکلات در میان‌سال‌ها بروز می‌کند آموزش گروهی جوانان و نوجوانان برای بالا بردن مهارت‌های خودمراقبتی می‌تواند بخش زیادی از هزینه‌های درمانی کشور را کاهش دهد.

از طرف دیگر با توجه به این که جوانان و نوجوانان در معرض خطرانی قرار دارند که سلامتی‌شان را تهدید می‌کند آموزش خودمراقبتی به آن‌ها می‌تواند از بروز مشکلات بعدی جلوگیری کند. در این راستا اداره سلامت جوانان وزارت هم با توجه به

شرایط خاصی که جوانان دارند آموزش خودمراقبتی را سرلوحه برنامه‌های خود قرار داده است و بر این نکته تأکید دارد تا ضمن آموزش روش‌ها و مهارت‌های خودمراقبتی، جوانان را با خطرات جدی آشنا کرده و راه‌های جلوگیری از بروز این خطرات را به آن‌ها آموزش دهد.

توانمندسازی جوانان کشور می‌تواند گام مهمی در بهداشت روانی که همان سلامت فکر و قدرت سازگاری فرد با محیط و اطرافیان است و کنترل بیماری‌های شایع و پیش‌رونده، بیماری‌های واگیر و مشکلات عفونی باشد، از سوی دیگر برانگیختن مشارکت این گروه سنی در حفظ و نگهداری سلامت‌شان می‌تواند این احساس را در آن‌ها به وجود بیاورد که نسبت به خود و جامعه پیرامون‌شان مسئولیت بیشتری داشته باشند و چه بسا که بتوانند در ایجاد یک جامعه‌ی ایمن و سالم به دولت‌ها یاری رسانند.

جمعیت جوان و با نشاط و تحصیل کرده و با سواد کشور، امروز یکی از عامل‌های مهم پیشرفت است.

غربالگری سلامت و خود مراقبتی طلاب

روحانیون به عنوان یکی از اقشار بسیار مهم و موثر در فرآیند توسعه اجتماعی، از نقش بسیار مهم و ارزنده‌ای در حوزه سلامت جامعه برخوردار هستند. حوزه‌های علمیه دینی با اتکا به آموزه‌های دینی و معرفتی یکی از ارکان مهم ترقی و توسعه سلامت هستند. اگر بین مفاهیم سلامت از منظر آموزه‌های دینی و رویکردهای کلاسیک آن ارتباط مفهومی و کاربردی بوجود آید، بستر یک نوع هم‌گرایی منطقی و هم‌افزایی بسیار ارزشمندی در جهت تعمیق و تعمیق سلامت جامعه فراهم می‌آید.

این امر از دو سو می‌تواند تحقق اهداف سلامت جامعه را تسریع و تسهیل نماید. از یک سو، صیانت از سلامت طلاب و دانشجویان علوم دینی به عنوان بخشی از جامعه هدف نظام سلامت و برنامه‌ریزی در جهت

کاهش مرگ و میر جوانان

آگاهی از وضعیت بهداشتی و سلامت در هر جامعه‌ای از مهم‌ترین اطلاعاتی است که در برنامه‌های توسعه اجتماعی و برنامه‌ریزی برای تأمین، حفظ و ارتقای سلامت جامعه مورد استفاده قرار می‌گیرد. یکی از دستاوردهای مهم توسعه اقتصادی، اجتماعی و بهداشت، کاهش اساسی و مستمر مرگ و میر می‌باشد. با توجه به این که جوانان بخش عظیمی از جمعیت کشور را تشکیل می‌دهند و آینده سازان جامعه می‌باشند لذا با پایه‌گذاری رفتارهای بهداشتی در این سنین می‌توان گام بزرگی در ارتقاء سطح سلامت جامعه و پیشگیری از آسیب‌ها که هزینه‌های زیادی را بر جامعه تحمیل می‌کند برداشت.

بر اساس بررسی‌های انجام شده از طریق نظام ثبت و طبقه‌بندی علل مرگ دانشگاه علوم پزشکی مشهد در سال ۹۱ اهم دلایل مرگ و میر جوانان به شرح ذیل می‌باشد، که می‌توان با برنامه‌ریزی و ارائه آموزش‌های مناسب شاهد کاهش هرچه بیشتر موارد مرگ در این گروه سنی باشیم.

۴۴٪ موارد به علت سوانح و حوادث می‌باشد که سوانح ترافیکی ۷۰٪ و غیر ترافیکی ۳۰٪ کل موارد مرگ به علت سوانح را شامل می‌گردند، که می‌توان با ارائه آموزش مسایل ایمنی از طریق رسانه‌های دیداری و شنیداری، ارتقای تدابیر حفاظتی و همچنین ارائه مراقبت‌های اولیه و فوری در محل حادثه، تشدید اجرای قوانین راهنمایی و رانندگی گامی موثر در کاهش موارد مرگ به علل حوادث ترافیکی و غیر ترافیکی برداشت.

۱۶٪ موارد مرگ به علل بیماری‌های قلبی عروقی و سرطان ها و تومورها می‌باشد و آموزش اصلاح سبک زندگی، ترویج خود مراقبتی، تغذیه مناسب، تحرک فیزیکی مناسب و پرهیز از مصرف دخانیات در کاهش موارد ابتلا و در نتیجه کاهش موارد مرگ و میر موثر خواهد بود.

۱۴٪ موارد مرگ در جوانان به علل خشونت و خودکشی می‌باشد. که ارائه آموزش‌های لازم در خصوص مهارت فرزندپروری و مهارت‌های زندگی جهت والدین و جوانان از طریق رسانه‌های دیداری و شنیداری و ... جهت بهبود روابط بین فردی و ایجاد اعتماد به نفس و در نتیجه کاهش موارد مرگ ضروری به نظر می‌رسد.

ارتقای سلامت جسمی، روانی و اجتماعی آنها از طریق طراحی، تدوین و اجرای برنامه غربالگری و مراقبت‌های دوره‌ای مبتنی بر



بسته‌های خدمت گروه‌های سنی تبیین شده وزارت بهداشت و بهره‌گیری از نقش و ظرفیت بالقوه آن‌ها در جهت تعمیم، توسعه و حتی تعمیق مفاهیم سلامت در بین اقشار مختلف جامعه مخصوصاً محلات، خانواده‌ها و مساجد به عنوان افراد کلیدی و تاثیرگذار از سویی دیگر از جمله موارد و برنامه‌هایی هستند که باید مورد توجه و پیگیری قرار گیرند. از این رو توافق نامه‌ای با موضوع "ارتقای سلامت طلاب و روحانیون جوان (۳۰-۱۸ سال) حوزه‌های علمیه و توانمندسازی جامعه از طریق غربالگری و مراقبت‌های دوره‌ای و آموزش خودمراقبتی و توسعه مباحث سلامتی در جامعه" با هدف غربالگری سلامت طلاب و روحانیون جوان حوزه علمیه، تدوین و اجرای مداخلات سلامتی بر مبنای نتایج حاصل از اجرای طرح، توانمندسازی و آموزش مباحث سلامتی به طلاب حوزه علمیه و مشارکت طلاب و روحانیون حوزه‌های علمیه در زمینه‌های ارتقای سلامت جامعه در ۱۰ بند تنظیم و به صورت پایلوت در مراکز بهداشت شماره دو شهرستان مشهد و خواف اجرایی شد. در این طرح آزمایشی در مرکز بهداشت شهرستان خواف ۱۰۰٪ طلاب زن مورد ارزیابی سلامت قرار گرفتند و ارزیابی سلامت طلاب مرد در حال انجام و ارزیابی سلامت طلاب شهرستان مشهد قبل از شروع برنامه در مرکز خدمات حوزه علمیه انجام شده است. کلیه طلاب در دو مرکز بهداشت شهرستان طی ۱۸ جلسه آموزشی در مباحث سلامتی آموزش دیده‌اند.

سلامت معنوی

سلامت معنوی یکی از ابعاد مهم سلامت انسان و پیشرفت پایدار می باشد و اثرات آن در پیشگیری و ارتقاء سلامت انکار ناپذیر است. بر همین اساس، در سال ۱۹۷۹، توسط سازمان جهانی بهداشت بعد معنوی به ابعاد سلامت اضافه گردید. این بعد از سلامت دارای مراتب گوناگون است که در آن متناسب با ظرفیت ها، قابلیت ها، بینش و گرایش فرد، توانایی لازم برای تعالی روح که همان تقرب به خدای متعال است فراهم می شود. به گونه ای که همه امکانات درونی به طور هماهنگ و متعادل می توانند در جهت هدف کلی مزبور به کار گرفته شود و همراه با امکان انتخاب، رفتارهای اختیاری درونی و بیرونی نسبت به خدا، فرد، جامعه و طبیعت ظهور یابد.

سلامت معنوی وضعیتی هدفمند و معنادار از حیات انسانی است که حاصل ایمان و اعتقاد و ارتباط فرد به قدرت و کمال لایتنهای الهی و زندگی ابدی پس از مرگ است. سلامت معنوی منجر به ایجاد نشاط، امید، رضایت مندی، اطمینان قلبی، آرامش و داشتن قلب سلیم در فرد و رستگاری در دنیا و آخرت شده و ارتباط پویایی مبتنی بر مکارم اخلاق، عشق و محبت با خود، دیگران و جهان پیرامون را ایجاد می کند.

در این راستا ویژه نامه ای با عنوان سلامت معنوی توسط دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی تدوین و برای بهره برداری در سطوح مختلف سیستم بهداشتی کشور و ادارات ارسال می گردد.

نیازسنجی آموزشی سلامت جوانان

آموزش یکی از ارکان اصلی و زیربنای برنامه های ارتقای سلامت جامعه است. آموزش نظام مند و هدفمند و متناسب با نیاز و خصوصیات گروه هدف می تواند نقش بسزایی در ارتقای رفتارهای بهداشتی داشته باشد.

بدین منظور اجرای طرح نیازسنجی آموزش جوانان در راستای برنامه کشوری صورت گرفت و اولویت های آموزشی در حیطه های خودمراقبتی، پیشگیری از رفتارهای پرخطر و سبک زندگی سالم، ترویج ازدواج مناسب و پیشگیری از مرگ و میر گروه هدف برنامه استخراج گردید.

گزارش تصویری از اقدامات برنامه های سلامت جوانان معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد و شهرستانهای تابعه

برگزاری کمیته سلامت جوانان دانشگاه های شرق کشور



برگزاری کمیته سلامت جوانان دانشگاه های شرق کشور



مشارکت همه جملات در برنامه های سلامت جوانان شهرستان رشت خور



برگزاری جلسه بین بخش سلامت جوانان شهرستان خلیل آباد



آغاز آژانس سلامت جوانان با شرکت کلیه فکات، فرماندای و امام جمعه شهرستان درز



برای نمایشگاه به مناسبت هفته جوان مرکز بهداشت نطنز مشهد
دانشگاه علوم پزشکی



جلاس آموزش برای زوجین چون شهرستان قوچان



برگزاری نشست هم اندیشی سلامت جوانان شهرستان بردکسن



همایش ازواج سالم جهت هدایت و مربیان مدارس شهرستان قوچان



استفاده از شبکه اجتماعی در ترویج مباحث ازواج مناسب شهرستان مشهد



جلسه هماهنگی بین بخش بهداشت و درمان و مراکز بهداشت شهرستان مشهد



جهت کسب اطلاعات بیشتر می توانید به سایت های زیر مراجعه نمایید:

www.v-health.mums.ac.ir و www.javan.behdasht.gov.ir

همکاران این شماره:
آقایان:

دکتر سید کاظم فرهمند، دکتر محمد احمدیان،
دکتر مهدی قلیان اول، مهرداد یوسفی فرد

خانم ها:

معصومه شاه پسند، فوزیه نقیعی، خاطره شریعتی،
زهرا عرب نژاد، دکتر هما کاوه، صغری حجازی،
آذین سودآوری، عفت مسلم

آدرس دبیرخانه: مشهد، انتهای خیابان سناباد،
مرکز بهداشت استان خراسان رضوی
تلفن: ۰۵۱ ۳۸۴۱۵۰۰۱ داخلی ۲۳۷

شماره مجوز: ک/ش/۴۱۱

شماره مجوز کمیته رسانه: ۹۴-۰۱-۰۱

صاحب امتیاز: دکتر حمیدرضا بهرامی

مدیر مسئول و سردبیر: دکتر مهدی قلیان اول

مسئول دبیرخانه: زهرا عرب نژاد

گرافیک و صفحه آرایی: مهرداد یوسفی فرد

عکاس: سعید جعفری

دوره انتشار: گاهنامه

لطفا نظرات، پیشنهادات
و مطالب خود را به
آدرس پست الکترونیک
زیر ارسال نمایید:

SHC.VHJ@mums.ac.ir

<http://voiceofhealth.mihanblog.com>