

طرح دوره (Course Plan)

<p>* نام درس: پرستاری سالمندی سالم و فعال، نیمسال دوم ۱۴۰۰-۱۳۹۹</p> <p>* گروه آموزشی: پرستاری</p> <p>* رشته و مقطع تحصیلی: ترم ۲ کارشناسی ارشد پرستاری سالمندی</p> <p>* روز و ساعت برگزاری: یکشنبه ها ۱۶-۱۴</p> <p>* محل برگزاری: دانشکده پرستاری و مامایی، کلاس تحصیلات تکمیلی</p> <p>* تعداد واحد: ۲ (۱ واحد نظری ۱ واحد عملی)</p> <p>* پیش نیاز: -</p>	
<p><b>مدرسین:</b> دکتر آرمان آزادی، دکتر معصومه اطافی</p>	<p><b>آدرس دفتر:</b> پردیس ۲، دانشکده پرستاری مامایی</p>
<p><b>مقدمه:</b> از نظر سازمان جهانی بهداشت، سالمندان به منزله نیروی جدیدی در راه توسعه اند. سالم پیر شدن مهم بوده و در کشور نیازمند برنامه ریزی و مدیریت است. سلامت در همه ابعاد جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی تحقق می یابد؛ که در صورت کوتاهی در این حوزه طول عمر که از دستاوردهای مهم پیشرفت علم است، خود به یکی از معضلات جهانی بدل خواهد شد. با توجه به پیشرفتهای فناوری و پزشکی، میانگین سن و امید به زندگی در ایران و جهان رو به افزایش است. لذا مشارکت مردم و مسئولین برای داشتن یک زندگی سالم در زمان پیری ضروری است. با این حال عوامل متعددی از جمله عوامل بیولوژیکی، اجتماعی، روانشناختی و جمعیت شناسی بر وضعیت سلامتی فرد سالمند تاثیر می گذارند که در برنامه ریزی های ارتقا سلامت می بایست مدنظر قرار گیرند. در این راستا کسب آگاهی و دانش لازم در این واحد درسی در خصوص مفاهیم سلامت، سالمندی سالم و فعال به صورت دانشجو محوری و بر اساس یادگیری فعال تنظیم شده که منجر به کسب نگرش مثبت در زمینه ارائه راهکارهای علمی و عملی در زمینه حفظ و ارتقا کیفیت زندگی دوره سالمندی، سلامتی مطلوب، فعالیت و پویایی و شادکامی و موفقیت خواهد گردید.</p>	
<p><b>هدف کلی درس:</b> آشنایی با مبانی و مفاهیم رایج سلامتی، شاخصها و تعیین کننده های سالمندی سالم، سبک زندگی بهداشتی، رفتارهای بهداشتی، ارتقا سلامت و کیفیت زندگی در سالمندان، و نیز کسب آگاهی و دانش در مورد شرایط، تمهیدات و پیش نیازهای مطرح در خصوص تحقق دوره سالمندی سالم، فعال و موفقیت آمیز بعنوان هدف کلان و راهبردی مورد تاکید سازمان جهانی بهداشت و دیگر مراجع معتبر سیاستگذار ملی و بین المللی و نقش آفرینی پرستاران متخصص در این حوزه می باشد.</p>	
<p><b>اهداف اختصاصی دوره:</b></p> <p>در پایان دوره از فراگیران انتظار می رود تا قادر باشند:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• مفهوم سالمندی و شاخصهای مرتبط با سالمندی سالم، فعال و موفق را تعریف و ارائه دهد.</li> <li>• عوامل موثر در کاهش عملکرد سالمندان را شرح دهند</li> <li>• تعیین کننده های سلامتی، سبک زندگی بهداشتی و روشهای ارتقا کیفیت زندگی سالمندان را تبیین کند.</li> <li>• مشخصات و ویژگیهای مناطق دوستدار سالمند را توضیح دهد.</li> <li>• سلامت روانی-اجتماعی و جایگاه اجتماعی سالمندان و نیز ارتباطات اجتماعی آنان با دیگر اقشار جامعه را نقد و تحلیل نماید.</li> <li>• نحوه تقویت تشکل های غیر رسمی و داوطلبانه سالمندان با هدف بهینه سازی توانمندیها و ظرفیتهای سالمندان و تقویت مشارکت اجتماعی آنان را تبیین کند.</li> <li>• نقش سلامت و نحوه آموزش خانواده مددجوی سالمند را در فرایند سالمندی سالم و بهبود روابط را توصیف کند.</li> </ul>	
<p><b>منابع اصلی درس</b></p> <p>- <i>Essentials of Gerontological Nursing</i>. Meredith Wallace. New York 2008 Springer Publishing Company. Chapter 1-2-5-9-13.</p> <p>- <i>Nursing Older Adults</i>, Edited by Jan Reed, Charlotte L. Clarke, Ann Macfarlane, 2012 Mac Graw Hill, Open University Press. Part 1.</p> <p>- <i>Religious Influences on Health and Well-Being in the Elderly</i>, K. Warner Schaie, ;Neal Krause, ;Alan Booth, Editors. 2004 by Springer Publishing Company. Chapter 5 &amp; 7.</p> <p>- <i>World Health Organization 2007. Checklist of Essential Features of Age-friendly Cities</i>. WHO/FCH/ALC/2007.1.</p> <p>- <i>Kristen L. Mauk. Gerontological Nursing .Competencies for care</i>, 2006 by Jones and Bartlett Publishers, Inc.</p> <p>- <i>Meredith Wallace. Essentials of Gerontological Nursing</i>. New York 2008 Springer Publishing Company.</p>	<p><b>منابع درسی</b></p>

- Susan Carmody and Sue Forster. *Aged Care Nursing: A Guide to Practice*. Ausmed Publications 2003.
- Peggy Edwards and Agis D. Tsouros. *A healthy city is an active city: a physical activity planning guide* WHO Regional Office for Europe, World Health Organization 2008.
- David M. Cutler and David A. Wise. *Health at Older Ages*. The University of Chicago Press, 2008
- Geraldine Moses . *Complementary and Alternative Medicine Use in the Elderly*. *Journal of Pharmacy Practice and Research* Volume 35, No. 1, 2005. P. 66-73.
- Flaherty JH, Takahashi R. *The use of complementary and alternative medical therapies among older persons around the world*. *Clin Geriatr Med* 2004; 20: 179-200.
- Thomas Buttler J . *Health Education & Health Promotion, USA* : Wadsworth, 2001
- Naidoo J, Wills J. *Health Promotion*. 2nd ed Baillier Tindall , Edinburgh, 2006
- Stanhope , M; Lancaster , J. *Foundation of Nursing in Community*. St Louise: Mosby, 2nd ed, 2006 .
- Clark , M J. *Community Health Nursing, 4th ed , Caring for Population, New Jersey: Prentice Hall, 2003*

**شیوه تدریس:** سخنرانی، بحث گروهی، پرسش و پاسخ. لازم به ذکر است تدریس به صورت حضوری و مجازی ارائه خواهد شد.  
**وسایل کمک آموزشی:** وایت بورد، ویدئوپروژکتور، سامانه یادگیری الکترونیکی دانشگاه و ملزومات آموزش مجازی

**تکالیف، وظایف و الزامات دانشجویان:**

- ضمن مشارکت فعال در کلاس و انجام مباحث رسمی و غیر رسمی، از دانشجویان انتظار می رود که نظرات و مباحث خود را با حضور به موقع در کلاس نقد و تفسیر کنند. غیبت در کلاس پذیرفتنی نیست.

**نحوه ارزشیابی دانشجو و بارم مربوط به هر ارزشیابی:**

الف) اخذ شرح حال و گزارش کتبی آموزش بهبود شیوه زندگی سالم به ۴ سالمند مراجعه کننده به مرکز بهداشتی- درمانی شماره ۶ (بر اساس کتاب زندگی سالم در دوره سالمندی) ۲۰٪  
 ب) ژورنال کلاب- ارائه کتبی و شفاهی یک مقاله انگلیسی مرتبط با درس (پرینت و نیز فایل الکترونیکی) ۱۵٪  
 ج) اخذ شرح حال و گزارش کتبی طرح مراقبت پرستاری از ۴ سالمند مراجعه کننده به درمانگاه های مرکز آموزشی- درمانی امام ره (بر اساس بسته خدمتی مربوط به ۶ مشکل شایع سلامتی در دوره سالمندی) ۲۰٪  
 د) امتحان پایان ترم ۴۵٪  
 دانشجویان موظفند فعالیت کلاسی خود را مطابق با برنامه درسی هفتگی ارائه نمایند. مطالب جهت کسب امتیاز کامل می بایستی از فرمت خواسته شده برخوردار باشد.

**جدول زمان بندی ارائه برنامه درس**

مدرس	عنوان	تاریخ / ساعت	ردیف
دکتر آزادی	ارائه طرح درس، پیش آزمون، مفهوم سالمندی و شاخص های مرتبط با سالمندی سالم	یکشنبه ها ۱۶-۱۴	۱
دکتر آزادی	عوامل و شاخص های مرتبط با سالمندی سالم و سیستم های اجتماعی سلامتی		۲
دکتر آزادی	عوامل موثر در کاهش عملکرد سالمندان		۳
دکتر آزادی	آشنایی با تغییرات جسمی، روانی و اجتماعی موثر بر سلامت سالمندان		۴
دکتر اطاقی	ویژگی مناطق شهری «دوستدار سالمند»، سلامت اجتماعی-روانی و جایگاه اجتماعی سالمندان		۵
دکتر اطاقی	شناخت نیازهای اساسی سالمندان		۶
دکتر اطاقی	مشکلات مزمن وشایع در سالمندان		۷
دکتر اطاقی	مسائل ایمنی و امنیتی سالمندان		۸