

دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه - دانشکده بهداشت

طرح درس ترمی

عنوان درس : بهداشت سالمندان
مخاطبان: دانشجویان ترم 6 دوره کارشناسی بهداشت عمومی
تعداد واحد: (یا سهم استاد از واحد) : 2 واحد نظری
ساعت پاسخگویی به سوالات فراگیر: آموزش ترم جاری آنلاین است و پاسخگویی می تواند هر ساعتی از شبانه روز باشد. اما بیش از 24 ساعت از زمان سوال نخواهد بود
زمان ارائه درس: (روز، ساعت و نیمسال تحصیلی) : نیمسال اول 1399-1400 ساعت 8 تا 10 صبح روزهای دوشنبه
مدرس: دکتر ثریا سیابانی
درس و پیش نیاز: ندارد

هدف کلی درس : هدف از ارائه این دوره آشنایی دانشجویان با اصول بهداشت در دوران سالخوردگی و تامین سلامتی جسمی و روانی پیران و درک عواملی که موجب افزایش طول عمر و در نتیجه افزایش جمعیت سالخورده می شود.

اهداف کلی جلسات : (جهت هر جلسه یک هدف)

1. جمعیت شناسی و تغییرات جمعیت سالمندان در جامعه
2. تعریف سالمندی و تقسیم بندیها
3. تغییرات فیزیولوژیک و پاتولوژیک ناشی از سالمندی در بخش های عمده بدن
4. وضعیت سیستم ایمنی در سالمندی
5. بیماریهای قلبی عروقی سالمندان
6. نقش تغذیه و فعالیتهای بدنی در سالمندان
7. اختلالات اسکلتال در سالمندان
8. یوکی استخوان، علل آن و راهای کاهش را شرح دهد
9. اختلالات خلقی شایع در سالمندان
10. بروز حوادث و سوانح مختلف را در سالمندان
11. کیفیت زندگی سالمندان
12. ارزیابی میان ترم دانشجویان
13. بیماری های شایع غددی در سالمندان
14. بیماریهای پوستی شایع در سالمندی
15. حقوق اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی سالمندان
16. ارزیابی پایانی (تراکمی) دانشجویان

اهداف ویژه به تفکیک اهداف کلی هر جلسه:

اهداف ویژه جلسه اول:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-1- تعریف و معیارهای جمعیتی را بداند
- 2-1- تغییرات جمعیت سالمندان در جامعه را شرح دهد
- 3-1- تغییرات جمعیتی در ایران طی صده اخیر را ترسیم کند

اهداف ویژه جلسه دوم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-2- سالمندی را تعریف کند
- 2-2- تقسیم بندی سالمندی را با ذکر کند
- 3-2- ویژگیهای مربوط به سالمندی را توضیح دهد
- 4-2- لزوم و اهمیت مراقبتهای دوران سالمندی بیان کند

اهداف ویژه جلسه سوم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-3- تغییرات ناشی از سالمندی در بخش های عمده بدن مانند استخوانها ، نسوج چربی و ... را بیان نماید
- 2-3- بیماری های شایع دوره سالمندی را لیست نماید
- 3-3- توصیه های لازم در ارتباط با پیشگیری ، کنترل و درمان بیماریهای شایع سالمندی را بیان کند

اهداف ویژه جلسه چهارم:

- 1-4- وضعیت سیستم ایمنی در سالمندی را شرح دهد
- 2-4- بیماریهای واجد شرایط ایمن سازی در دوره سالمندی را نام ببرد
- 3-4- واکسنهای برای دوران سالمندی
- 4-4- سنین تجویز واکسن را بداند
- 5-4- واکسنهای لازم را نام ببرد
- 6-4- راهای تجویز واکسنهای دوران سالمندی را بداند

اهداف ویژه جلسه پنجم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-5- بیماریهای قلبی عروقی سالمندان را بشناسد
- 2-5- علایم اختلالات پرفشاری خون ، بیماری های ایسکمیک قلبی و حوادث عروق مغزی را بشناسد
- 3-5- راه های پیشگیری از بیماریهای قلبی عروقی را شرح دهد

اهداف ویژه جلسه ششم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-6- نقش تغذیه در پیشگیری از این بیماریها را توضیح دهد
- 2-6- انواع گروه های تغذیه ای را بداند و لیست نماید
- 3-6- تغذیه سالم در سالمندی را بشناسد
- 4-6- توصیه های بهداشتی مهم تغذیه ای در سالمندان را تشریح کند
- 5-6- مزایای فعالیتهای بدنی و فعالیت بدنی مناسب سالمندان را تشریح کند

اهداف ویژه جلسه هفتم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-7- اختلالات اسکلتال و علل رخداد آن را در سالمندی بیان نماید
- 2-7- راههای پیشگیری درمان و کنترل اختلالات اسکلتال را به صورت مختصر ذکر نماید

اهداف ویژه جلسه هشتم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-8- پوکی استخوان، علل آن و راهای کاهش را شرح دهد
- 2-8- عوارض استوارتروز را لیست کند
- 3-8- راهای پیشگیری از شکستگی استخوانی را بشناسد

اهداف ویژه جلسه نهم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-9- اختلالات خلقی را تعریف کند
- 2-9- علل بروز افسردگی، اضطراب، مشکلات خواب و سایر اختلالات روانی شایع را در سالمندان بیان نماید
- 3-9- راههای پیشگیری از بیماریهای فوق را توضیح دهد

اهداف ویژه جلسه دهم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-10- حوادث شایع دوران سالمندی را بشناسد
- 2-10- علل بروز حوادث و سوانح مختلف را در سالمندان بیان نماید
- 3-10- راهکارهای پیشگیری از سوانح و کاهش صدمات را ذکر کند

اهداف ویژه جلسه یازدهم:

آزمون میان ترم در این جلسه برگزار خواهد شد

اهداف ویژه جلسه دوازدهم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 1-12- کیفیت زندگی را تعریف کند
- 2-12- عوامل موثر بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان را ذکر کند
- 3-12- راه های افزایش کیفیت زندگی در سالمندان را شرح دهد

اهداف ویژه جلسه سیزدهم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- 13-1- بیماری های شایع غددی را لیست کند
- 13-2- بیماری دیابت را تعریف کند
- 13-3- راهکارهای پیشگیری از دیابت را در سالمندی را بیان نماید
- 13-4- راهکارهای پیشگیری از بروز عوارض مختلف دیابت را در سالمندی را بیان نماید

اهداف ویژه جلسه چهاردهم

در پایان دانشجو قادر باشد

- 14-1- بیماریهای پوستی شایع در سالمندی را لیست کند
- 14-2- علل شیوع بیماریهای پوستی در سالمندان را تشریح کند
- 14-3- راهای پیشگیری از بیماریهای پوستی در سالمندان را توضیح دهد

اهداف ویژه جلسه پانزدهم

در پایان دانشجو قادر باشد

- 15-1- حقوق اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی سالمندان را به اختصار بیان کند
- 15-2- سرای سالمندان و مشکلات آن را بشناسد
- 15-3- مزایای زندگی سالمندان با نسل دوم و سوم را بر شمرد

اهداف ویژه جلسه شانزدهم

آزمون پایان ترم

منابع:

17. مطالب ارایه شده توسط استاد طی دوره
 18. کتاب جامع بهداشت عمومی دکتر حسین حاتمی و همکاران
 19. راهنمای آموزشی مراقبتهای ادغام یافته و جامع سالمندی دکتر سهیلا خوشبین-آخرین بازنگری
 20. کلیات کتاب طب داخلی هاریسون
- روش تدریس: ترم حاضر به عات پاندمی کرونا، تدریس به صورت آنلاین می باشد. سعی خواهد شد از همه راه های قابل استفاده و امکانات موجود برای حد اکثر بهره وری دانشجویان استفاده شود. با ایلود مطالب، مقالات و پاورپوینت و همچنین متن سخنرانی توسط استاد و شرکت دانشجویان در صفحه مباحث امیدواریم به اهداف فوق برسیم

وسایل آموزشی : اینترنت و کامپیوتر

سنجش و ارزشیابی

ساعت	تاریخ	سهم از نمره کل (بر حسب درصد)	روش	آزمون
////////////////////	////////////////////	10٪	درج 2-3 سوال طی ترم در صفحه تکالیف و ارسال جواب توسط دانشجویان از طریق ایمیل به استاد	کوئیز
		20٪	آزمون تشریحی	آزمون میان ترم
		60٪	مطابق با سیاست دانشکده بعدا اعلام خواهد شد	آزمون پایان ترم
		20٪		حضور فعال در بحثهای کلاسی آنلاین

مقررات کلاس و انتظارات از دانشجو:

- 1- در فعالیتهای آموزشی شرکت نماید .
- 2- شان کلاس درس را حفظ کند و به مقرراتی که ابتدای دوره ذکر می شود احترام بگذارد
- 3- تکالیف را به موقع انجام دهد

نام و امضای مدیر گروه:

نام و امضای مدرس: دکتر ثریا سیابانی

نام و امضای مسئول EDO دانشکده:

تاریخ ارسال :

تاریخ ارسال:

1399/6/30

تاریخ تحویل:

جدول زمانبندی درس بهداشت سالمندان
روز و ساعت جلسه :

مدرس	موضوع هر جلسه	*تاریخ	جلسه
دکتر سیابانی	جمعیت شناسی و تغییرات جمعیت سالمندان در جامعه	1399/7/7	.1
	تعریف سالمندی و تقسیم بندیها	7/14	.2
	تغییرات فیزیولوژیک و پاتولوژیک ناشی از سالمندی در بخش های عمده بدن	7/28	.3
	وضعیت سیستم ایمنی در سالمندی	1399/8/6	.4
	بیماریهای قلبی عروقی سالمندان	8/13	.5
	نقش تغذیه و فعالیت‌های بدنی در سالمندان	8/27	.6
	اختلالات اسکلتال در سالمندان	9/3	.7
	پوکی استخوان، علل آن و راهای کاهش را شرح دهد	9/10	.8
	اختلالات خلقی شایع در سالمندان	9/17	.9
	بروز حوادث و سوانح مختلف را در سالمندان	9/27	.10
	کیفیت زندگی سالمندان	10/6	.11
	ارزیابی میان ترم دانشجویان	10/13	.12
	بیماری های شایع غددی در سالمندان	10/20	.13
	بیماریهای پوستی شایع در سالمندی	10/27	.14
	حقوق اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی سالمندان	1399/11/6	.15

• در صورت توافق استاد و دانشجویان، با اجرای یک کلاس فوق العاده می توان دوره را در دی ماه تمام کرد