

گروه هدف:

به طور قراردادی دوره سنی ۵۹-۳۰ سالگی در نظام سلامت ایران، دوره میانسالی نامیده شده است. در این دوره از زندگی، افراد با تغییرات مختلف فیزیولوژیکی و جسمانی، شناختی و اجتماعی مواجه می شوند.

میانسالان، حدود نیمی از جمعیت کل کشور را تشکیل می دهند. ارائه خدمات سلامتی به این گروه سنی، به دلیل کثرت جمعیت، مولد بودن و ... اهمیت ویژه ای داشته و توجه به سلامت این گروه، از بعد اقتصادی نیز اهمیت ویژه ای دارد زیرا سلامت این گروه سنی، تاثیر گذار بر سلامت تمام گروه های سنی اعم از کودکان، نوجوانان و سالمندان می باشد. لذا با اصلاح شیوه زندگی و برنامه ریزی مناسب برای سلامت میانسالان، می توان در جهت بهبود سلامت جامعه گام برداشت.

اهداف:

هدف نهایی برنامه سلامت میانسالان، کاهش مرگ زودهنگام، افزایش امید زندگی و ارتقای سطح سلامت میانسالان است که در چارچوب دستیابی به اهداف واسطه ای زیر دنبال می شود:

*کاهش موارد مرگ میانسالان در چارچوب تعهدات بین المللی و ملی برای کاهش مرگ زود هنگام

*کاهش بار بیماری ها و مشکلات شایع دوران میانسالی (بیماری های قلبی عروقی، بیماری های سرطانی، بیماری های عضلانی اسکلتی، بیماری های ریوی، حوادث و ..)

*کاهش عوامل خطر و کنترل عوامل خطر بیماری ها

*توانمند سازی میانسالان در راستای افزایش سواد سلامت و سازمان دهی خودمراقبتی آنان

بسته خدمات سلامت میانسالان:

مراقبت های ادغام یافته سلامت میانسالان با رویکرد پیشگیری از مرگ ۷۰-۳۰ سال و تاکید بر پیشگیری از بیماری ها و مخاطرات شایع دوران میانسالی، بر اساس اولویت های سلامت این گروه، در زمینه عوامل خطر بیماری های واگیر، بیماری های غیر واگیر، سلامت روانی، سلامت باروری و سلامت جنسی از طریق خدمات زیر انجام می شود:

*تشخیص و کنترل عوامل خطر

*تشخیص و درمان صحیح و به موقع اختلالات و بیماری ها

*پیشگیری از بروز عوارض و ناتوانی های احتمالی

*درمان عوارض ایجاد شده بر اساس دستورالعمل ها و راهنماهای بالینی

*آموزش صحیح به فرد، خانواده و جامعه برای توانمندسازی گروه هدف

*ارجاع به موقع به سطوح بالاتر یا هم سطح

*پیگیری پسخوراند ارجاع

ارائه فعال خدمات گروه سنی میانسالان:

*شناسایی و ثبت نام افراد گروه هدف در منطقه تحت پوشش

*معرفی خدمات نوین سلامت میانسالان به مسئولین و معتمدین محلی، داوطلبان بهداشتی، سفیران سلامت و....

*استفاده از فرصت های طلایی برگزاری هفته های ملی سلامت مردان و سلامت بانوان برای اطلاع رسانی، حساس سازی و ارائه خدمات گروه های هدف

*انجام فراخوان زمان بندی شده

*دعوت از افراد فراخوان شده و تشکیل پرونده الکترونیک سلامت

*ارائه و ثبت خدمات تعریف شده در بسته خدمات، به گروه هدف

*پیگیری و مراقبت افراد نیازمندی پیگیری و ارجاع

فهرست مراقبت های مراقب ماما، مراقب سلامت و بهورز (۵ خدمت اصلی برنامه)

۱. تن سنجی و ارزیابی الگوی تغذیه
۲. ارزیابی فعالیت بدنی
۳. غربالگری اولیه درگیری مصرف دخانیات، مواد و الکل
۴. غربالگری اولیه سلامت روان
۵. پیشگیری از سکت های قلبی و مغزی از طریق خطر سنجی و مراقبت مراقبت ادغام یافته دیابت، فشارخون بالا و اختلالات چربی های خون

فهرست مراقبت های ماما

۱. بررسی تاریخچه باروری و یائسگی زنان میانسال
۲. ارزیابی وضعیت عفونت آمیزشی و ایدز
۳. ارزیابی اختلال عملکرد جنسی
۴. تشخیص زود هنگام و غربالگری سرطان پستان
۵. تشخیص زود هنگام و غربالگری سرطان سرویکس
۶. ارزیابی علائم و عوارض یائسگی زنان (زنان ۴۵ تا ۵۹ سال)