

هرخانه يک پايگاه سلامت



Each Home As a Health Post (HAHP)

دستوالعمل اجرایی برنامه هر خانه یک پایگاه سلامت

در استان کردستان (نسخه بومی شده)

دانشگاه علوم پزشکی کردستان

معاونت بهداشتی

گروه گسترش شبکه / گروه آموزش و ارتقای سلامت

فهرست مطالب

۴	مقدمه
۵	اهداف کلی:
۵	اهداف اختصاصی
۶	ساختار برنامه
۷	کمیته های برنامه هر خانه یک پایگاه سلامت
۷	کمیته استانی
۸	کمیته شهرستانی
۱۱	ساختار ارتباطی در برنامه هر خانه یک پایگاه
۱۳	قوانین و شرایط تشکیل کانالهای ارتباطی مجازی
۱۳	قوانین و شرایط محتوای آموزشی
۱۶	فرایند انتخاب، آموزش و فعالیت سفیر سلامت خانواده
۱۷	فرایند انتخاب، آموزش و فعالیت رابط سلامت محله
۱۸	فرایند اجرایی آموزش دانشجو
۱۹	فهرست راهنماهای خودمراقبتی
۱۹	حیطه ارتقای سلامت و پیشگیری:
۱۹	حیطه درمان های اولیه
۱۹	حیطه توانبخشی
۲۰	اولویت های استانی
۲۰	۱-۴ سلامت خانواده
۲۰	۲-۴ سلامت روان
۲۰	۳-۴ بیماریهای واگیر و غیر واگیر
۲۰	۴-۴ سلامت دهان و دندان
۲۰	۵-۴ سلامت محیط
۲۱	۶-۴ تغذیه جامعه
۲۱	سرفصلهای آموزشی

مقدمه

سلامت حق و مسوولیتی همگانی است. سلامت برای همه، جز با تلاش همه برای سلامت محقق نمی شود. ارتقای عادلانه سلامت نیازمند توانمندسازی مردم و جامعه برای مشارکت در مراقبت از سلامت خود، خانواده و جامعه است. ارتقای سلامت، فرآیند قادرسازی افراد برای کنترل و مدیریت سلامت و سرنوشت آنها است. تمامی دولت ها، موظف هستند که با توسعه سیاست های حامی سلامت، عدالت و توسعه پایدار کشور، امکان زندگی در محیط سالم و انتخاب آزاد، عادلانه و ارزان گزینه های سلامت را برای همه شهروندان فراهم کنند. در واقع، سلامت محصول مشترک دولت ها، ملت ها و بازار است. مردم با انتخاب گزینه های سالم، سلامت را به عنوان یک ثروت حفظ کرده و ارتقا می دهند. شایان ذکر است که این انتخاب نیازمند برخورداری از سواد سلامت و تمرین مهارت های خودمراقبتی برای داشتن سبک زندگی سالم و مدیریت ناخوشی های جزئی، بیماری های مزمن و حاد است.

همچنین با توجه به بندهای ۱ جزء ۲ (آگاه سازی مردم از حقوق و مسوولیت های اجتماعی خود و استفاده از ظرفیت محیط های ارایه مراقبت های سلامت برای رشد معنویت و اخلاق اسلامی در جامعه)، ۲ (تحقق رویکرد سلامت همه جانبه و انسان سالم در همه قوانین، سیاست های اجرایی و مقررات با رعایت اولویت پیشگیری بر درمان،...) و ۱۱ (افزایش آگاهی، مسوولیت پذیری، توانمندی و مشارکت ساختارمند و فعالانه فرد، خانواده و جامعه در تأمین، حفظ و ارتقای سلامت با استفاده از ظرفیت نهادها و سازمان های فرهنگی، آموزشی و رسانه ای کشور تحت نظارت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی) سیاست های کلی سلامت ابلاغی از سوی مقام معظم رهبری و نظر به فشار مالی روزافزون و بی سابقه بر بخش سلامت به دلیل افزایش میانگین سنی جمعیت و تغییر بار بیماری ها و تاثیر عوامل اجتماعی بر سلامت و سبک زندگی مردم؛ لازم است که: مردم به عنوان منابع اصلی (خالقان سلامت)، کنترل بیشتری بر سلامت خود داشته باشند.

ایده هر خانه یک پایگاه سلامت، مبتنی برای موارد پیشگفت، به دنبال گسترش مشارکت آگاهانه مردم در عرصه تأمین، حفظ و ارتقای سلامت در تمامی خانه های کشور است. در این برنامه، در هر خانواده یک نفر به عنوان «سفیر سلامت خانواده» آموزش دیده و برای مراقبت از سلامت خود، خانواده و جامعه توانمند می شود. آموزش و توانمندسازی سفیران سلامت خانواده، توسط تیم سلامت در واحدهای ارایه خدمات سلامت صورت می گیرد.

شواهد متقن، نشان از آن دارند که با توانمند سازی مردم، می توان صرفه جویی قابل توجهی را در هزینه ها شاهد بود. این صرفه جویی ها، ناشی از هزینه مراقبت های سطوح پایه و تخصصی و همچنین پذیرش برنامه ریزی شده و بدون برنامه بیماران و پذیرش های سرپایی است. در انگلستان، این صرفه جویی ۷ درصد و ارزش مالی آن ۴,۴ میلیارد پوند است. البته شواهد دیگری هم هستند

که ممکن است خیلی واقع بینانه نباشند، اما از ظرفیت صرفه جویی ۲۰ درصدی با اجرای رویکرد سلامت متکی بر مردم، خبر می دهند.

انجام مراقبت‌های سلامت برای خود، اعضای خانواده و ... عملکردی آگاهانه، آموختنی و تنظیمی است که برای تأمین و تداوم شرایط و منابع لازم برای ادامه حیات و حفظ عملکرد جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی و رشد انسان در محدوده طبیعی و متناسب برای حیات و جامعیت عملکرد وی اعمال می‌گردد و حیطة های اصلی خاص خود تقسیم شده و فرایندی مادام‌العمر و در تمامی دوران‌ها و موقعیت‌های زندگی است.

اهداف کلی:

توانمند سازی فرد، خانواده و جامعه برای تأمین، حفظ و ارتقای سلامت در مراقبت از خود و همیاری و مشارکت جمعی

برنامه هر خانه یک پایگاه در قالب برنامه های زیر اجرا می شود:

۱. تربیت سفیر سلامت خانواده

۲. تربیت رابط سلامت محله

۳. آموزش دانشجو

اهداف اختصاصی:

- تربیت یک سفیر سلامت به ازای هر خانواده

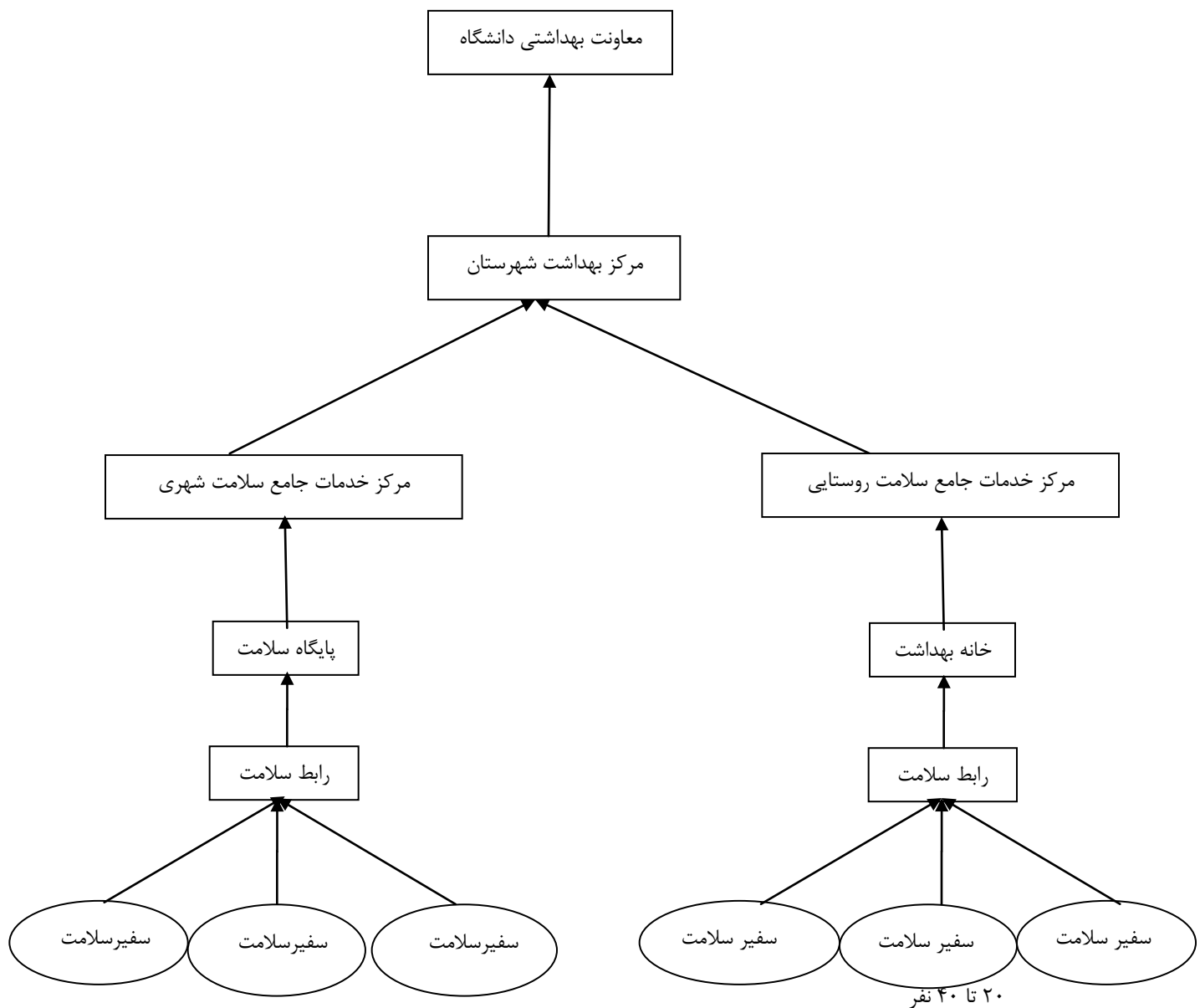
- تربیت یک رابط سلامت به ازای هر ۴۰ سفیر سلامت خانواده

- تربیت یک دانشجو به ازای هر ۱۰ خانواده

ساختار برنامه

برنامه هر خانه یک پایگاه همچون سایر برنامه های نظام سلامت، به صورت ادغام یافته در ساختار شبکه اجرا خواهد شد و از همان زیرساختها بهره خواهد برد و چارت ساختاری آن به صورت زیر است:

ساختار هر خانه یک پایگاه سلامت



کمیته های برنامه هر خانه یک پایگاه سلامت

کمیته استانی

کمیته استانی متشکل از معاون بهداشتی، معاون فنی، معاون اجرایی، مدیران گروههای مختلف معاونت بهداشتی و کارشناسان مسئول برنامه در هر گروه میباشد که شرح وظایف آن در جدول زیر درج شده است:

اعضا و شرح وظایف کمیته هر خانه یک پایگاه سلامت در سطح ستاد استان

شرح وظایف	اعضای کمیته
- نظارت بر کل برنامه، هماهنگی های کلان، پیگیری مشکلات و رفع آن	معاونت بهداشتی دانشگاه، معاون فنی و معاون اجرایی
- همکاری در آموزش مراقب سلامت/بهورز به روش TOT - همکاری در آموزش دانشجویان - نظارت بر فرایندهای برنامه در شهرستانها (آموزش کارشناسان، مراقبین سلامت، سفیران سلامت و رابطان سلامت محله)	مدیران گروه های مبارزه با بیماریها، سلامت خانواده، بهداشت محیط و حرفه ای، دهان و دندان، تغذیه، سلامت روان، بلایا و کارشناسان مرتبط برنامه در این گروهها
- ارزشیابی عملکرد پزشک خانواده و تیم سلامت در اجرای برنامه - همکاری و هماهنگی در آموزش پزشک خانواده و اعضای تیم سلامت به روش TOT - نظارت بر فرایند ثبت و آموزش سفیران سلامت/ابطین سلامت در سامانه پرونده الکترونیک سلامت سیب - جلب خدمات پشتیبانی برای جذب، آموزش و تداوم فعالیت در برنامه - هماهنگی در توزیع دانشجویان در شهرستان ها	مدیر گروه توسعه شبکه و کارشناس فنی برنامه

<p>- برنامه ریزی عملیاتی برای برنامه</p> <p>- برگزاری دوره های آموزشی برای کارشناسان و مسئولان برنامه در شهرستانها</p> <p>- برنامه ریزی برای برگزاری پویش های آموزشی و اطلاع رسانی در خصوص برنامه</p> <p>- خدمات پشتیبانی برای جذب، آموزش و تداوم فعالیت در برنامه</p> <p>- نظارت بر برگزاری آموزش های فردی و گروهی سفیران سلامت خانواده/رابط سلامت در شهرستانها</p> <p>- بررسی و تحلیل شاخص های مرتبط با برنامه سفیران سلامت خانواده و رابط سلامت</p> <p>- نظارت بر اطلاعات ثبت شده در اینترفیس خودمراقبتی</p> <p>- ارزشیابی عملکرد پزشک خانواده و تیم سلامت در اجرای برنامه</p>	<p>رئیس گروه آموزش و ارتقاء سلامت و کارشناس مسئول برنامه</p> <p>ریزی، مستندسازی و ارزشیابی</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------

کمیته شهرستانی

کمیته شهرستانی متشکل از افراد متناظر معاونت بهداشتی در سطح شهرستان خواهد بود که شامل مدیر شبکه، رئیس مرکز بهداشت شهرستان، مدیران گروههای مختلف مرکز بهداشت شهرستان و کارشناسان مسئول برنامه در هر گروه میباشد که شرح وظایف آن در جدول زیر درج شده است:

اعضا و شرح وظایف کمیته هرخانه یک پایگاه سلامت در سطح ستاد شهرستان

شرح وظایف	اعضای کمیته
نظارت بر کل برنامه، هماهنگی های شهرستانی، پیگیری مشکلات و رفع آن	مدیر شبکه، رئیس مرکز بهداشت شهرستان
- همکاری در آموزش مراقب سلامت/بهورز به روش TOT - همکاری در آموزش دانشجویان - پیگیری و انجام فرایندهای برنامه در شهرستانها (آموزش کارشناسان، مراقبین سلامت، سفیران سلامت و رابطان سلامت محله)	مدیران گروه های مبارزه با بیماریها، سلامت خانواده، بهداشت محیط و حرفه ای، دهان و دندان، تغذیه، سلامت روان و کارشناسان مرتبط برنامه در این گروهها
- ارزشیابی عملکرد پزشک خانواده و تیم سلامت در اجرای برنامه - همکاری و هماهنگی در آموزش پزشک خانواده و اعضای تیم سلامت به روش TOT	مدیر گروه توسعه شبکه و کارشناس فنی برنامه

<p>اجرا و نظارت بر فرایند ثبت و آموزش سفیران سلامت/ابطین سلامت در سامانه پرونده الکترونیک سلامت (سیب، سینا، ناب/پارسا) - جلب خدمات پشتیبانی برای جذب، آموزش و تداوم فعالیت در برنامه</p>	
<p>- برنامه ریزی عملیاتی برای برنامه در شهرستان - پیگیری مشکلات برنامه و حمایت طلبی برای اجرای مناسب برنامه - برگزاری دوره های آموزشی برای کارشناسان، مسئولان مراکز خدمات جامع سلامت و مراقبین سلامت در شهرستانها - برنامه ریزی برای برگزاری پویش های آموزشی و اطلاع رسانی در خصوص برنامه در شهرستان - پیگیری انجام و نظارت بر برگزاری آموزش های فردی و گروهی رابطين و سفيران سلامت در شهرستانها - بررسی و تحلیل شاخص های مرتبط با برنامه سفیران سلامت خانواده و رابط سلامت - نظارت بر اطلاعات ثبت شده در اینترفیس خودمراقبتی در شهرستان</p>	<p>گروه آموزش و ارتقاء سلامت و کارشناس مسئول برنامه</p>

اعضا و شرح وظایف کمیته هرخانه یک پایگاه سلامت در سطح مرکز جامع خدمات سلامت شهری

شرح وظایف	اعضای کمیته
<p>- بررسی و تحلیل شاخص های مرتبط با برنامه های سفیر سلامت خانواده/ابط سلامت برنامه ریزی و پیگیری فعالیتهای برنامه - گزارش روند پیشرفت برنامه به سطح بالاتر</p>	<p>مسئول مرکز</p>
<p>- همکاری در برگزاری دوره های آموزشی برای مراقب سلامت به روش TOT - همکاری در برگزاری پویش های دوره های آموزشی برای مراقب سلامت به روش TOT - نظارت بر برگزاری آموزش های فردی و گروهی برای سفیران سلامت خانواده/ابط سلامت - نظارت بر فرایند ثبت نام سفیران سلامت/ابطین سلامت در سامانه پرونده الکترونیک سلامت سیب - همکاری در بررسی و تحلیل شاخص های مرتبط با برنامه های سفیر سلامت خانواده/ابطین سلامت</p>	<p>سایر اعضای تیم سلامت</p>
<p>- همکاری در برگزاری دوره های آموزشی برای مراقب سلامت و دیگر اعضای تیم سلامت به روش TOT - همکاری و نظارت در برگزاری آموزش های فردی و گروهی برای سفیران سلامت خانواده/ابط</p>	<p>پزشک/پزشک خانواده</p>

سلامت	
- نظارت بر عملکرد دانشجویان پزشکی در منطقه تحت پوشش	

اعضا و شرح وظایف کمیته هرخانه یک پایگاه سلامت در سطح در سطح پایگاه سلامت شهری

اعضای کمیته	شرح وظایف
سرپرست پایگاه	<ul style="list-style-type: none"> - بررسی و تحلیل شاخص های مرتبط با برنامه های سفیر سلامت خانواده/ابط سلامت - برنامه ریزی و پیگیری فعالیتهای برنامه - گزارش روند پیشرفت برنامه به سطح بالاتر
مراقبین سلامت	<ul style="list-style-type: none"> - برگزاری پویش های آموزشی و اطلاع رسانی در برنامه تربیت سفیر سلامت خانواده/ابط سلامت - اطلاع رسانی و توجیه جمعیت تحت پوشش در مورد برنامه - بررسی خانواده های تحت پوشش از نظر داشتن یک فرد واجد شرایط سفیر سلامت در خانواده و ثبت اطلاعات آنها در سامانه سیب - شناسایی خانواده فاقد فرد واجد شرایط سفیر سلامت و ارتباط آنها برای تعیین سفیر سلامت - برگزاری آموزش های فردی و گروهی برای سفیران سلامت خانواده بر اساس نیازهای سلامت آنان در حیطه های اصلی - نظارت بر انتخاب رابطین سلامت - ثبت اطلاعات در سامانه های برنامه - ارزشیابی عملکرد رابطین سلامت

اعضا و شرح وظایف کمیته هرخانه یک پایگاه سلامت در سطح خانه بهداشت

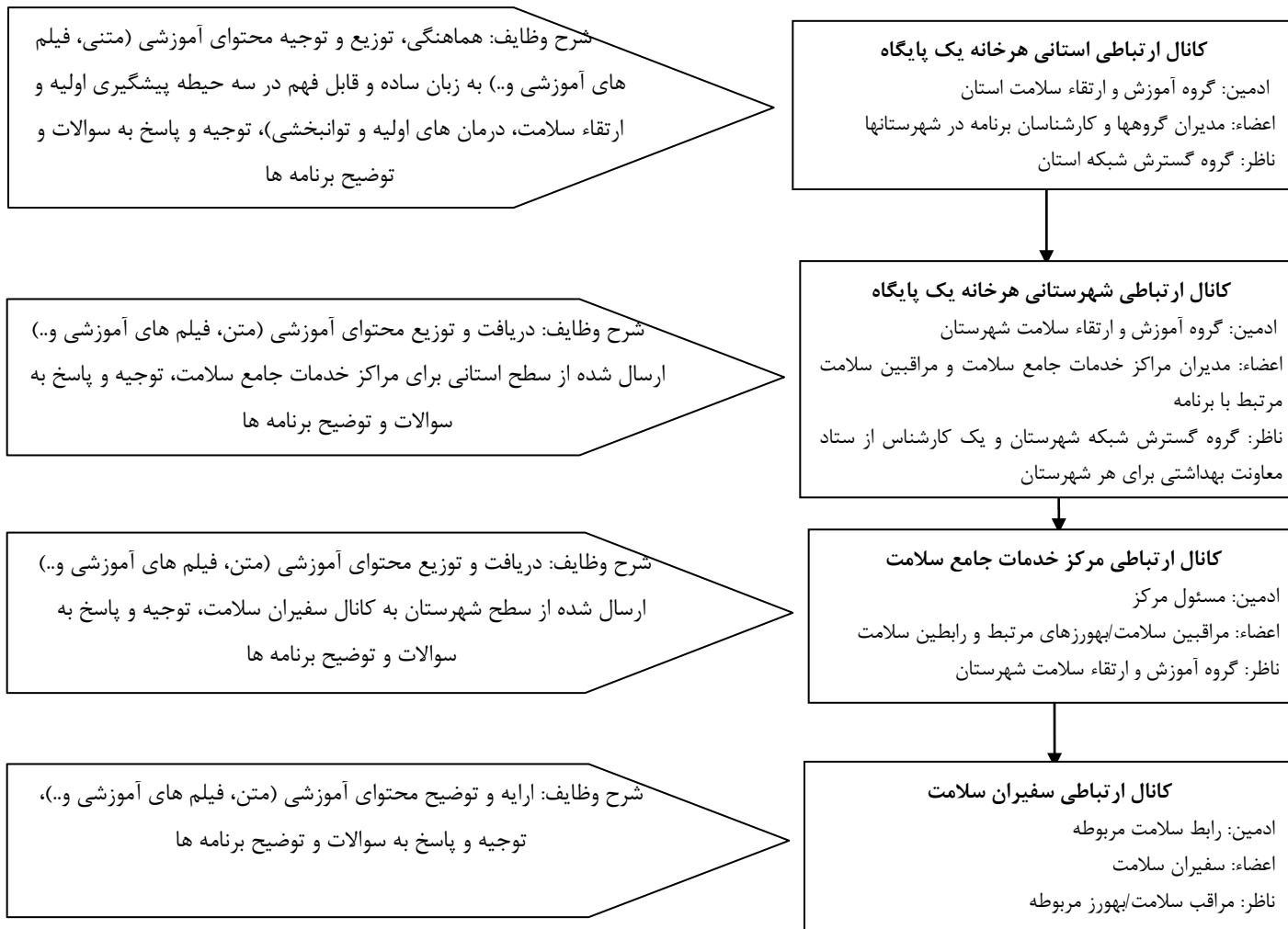
اعضا	شرح وظایف
بهورز مرد/زن	<ul style="list-style-type: none"> - برگزاری پویش های آموزشی و اطلاع رسانی در برنامه تربیت سفیر سلامت خانواده/ابط سلامت - اطلاع رسانی و توجیه جمعیت تحت پوشش در مورد برنامه - بررسی خانواده های تحت پوشش از نظر داشتن یک فرد واجد شرایط سفیر سلامت در خانواده و ثبت اطلاعات آنها در سامانه سیب - شناسایی خانواده فاقد فرد واجد شرایط سفیر سلامت و ارتباط آنها برای تعیین سفیر سلامت - برگزاری آموزش های فردی و گروهی برای سفیران سلامت خانواده بر اساس نیازهای سلامت آنان در

حیطه های اصلی - نظارت بر انتخاب رابطین سلامت - ثبت اطلاعات در سامانه های برنامه - ارزشیابی عملکرد رابطین سلامت	
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

ساختار ارتباطی در برنامه هر خانه یک پایگاه

نحوه ارتباط در برنامه هرخانه یک پایگاه هم به صورت حضوری و هم مجازی خواهد بود که برحسب شرایط میتوان کلاسها و کارگاههای حضوری نیز برگزار کرد. پایه ارتباطی در این برنامه مبتنی بر یک شبکه اجتماعی مجاز در کشور خواهد بود که متون آموزشی و مطالب آموزشی لازم در این گروهها بارگزاری میگردد و توضیح برنامه ها و توجیه همکاران در این کانالهای ارتباطی صورت میگیرد. ساختار کلی این کانالهای ارتباطی، اعضا و سایر مشخصات در جدول زیر خلاصه شده است:

کانال ارتباطی هر خانه یک پایگاه سلامت



قوانین و شرایط تشکیل کانالهای ارتباطی مجازی

- انتخاب رابط سلامت بایستی داوطلبانه و با حضور سفیران سلامت در حوزه تحت پوشش خانه بهداشت، پایگاه سلامت، مرکز جامع سلامت روستایی و یا شهری و به شکل انتخابات صورت گیرد.
- بارگزاری محتوای آموزشی صرفا توسط ادمین صورت خواهد گرفت و کنترل نظم در کانال و گروه نیز به عهده ایشان است.
- سفیران سلامت می توانند بر اساس نیاز خود، درخواست محتوای آموزشی را از ادمین داشته باشند و گروه می تواند به شکل پویا مطالب مرتبط با موضوعات سلامت را مطرح نمایند. ادمین هر گروه یا کانال نیز می تواند بر اساس نیاز گروه خود محتوای آموزشی تایید شده در سطح ستاد شهرستان و یا استان را در گروه بارگزاری نماید.
- گروه های تشکیل شده صرفا جهت مطرح نمودن مطالب و یا محتوای مرتبط با حوزه سلامت در راستای برنامه هرخانه یک پایگاه سلامت است و مطالب غیر مرتبط توسط ادمین حذف خواهد شد.
- ادمین هر گروه موظف است که از دریافت، ارسال و پخشوراند محتوای آموزشی از افراد تشکیل دهنده گروه یا کانال خود، اطمینان حاصل نماید و پخشوراند محتوای آموزشی را به سطح بالاتر اطلاع دهد.
- حضور فرد به عنوان سفیر و یا رابط سلامت به صورت داوطلبانه و اختیاری است و خروج از گروه در هر زمان از اجرای این برنامه اختیاری است ولی لازم است به سطح بالاتر خود اطلاع دهد.
- کلیه اطلاعات افراد در گروه یا کانال به صورت محرمانه خواهد بود و در صورت هر گونه سوء استفاده از اطلاعات شخصی افراد، توسط ادمین گروه پیگیری خواهد شد.
- ادمین گروه یا کانال، خواسته ها و نیازهای سر سطح را دسته بندی نموده و آن را به سطح بالاتر ارسال میکند.

قوانین و شرایط محتوای آموزشی

- محتوای آموزشی به صورت ساده، کم حجم و قابل درک در سطح سفیر سلامت خواهد بود.
- محتوای آموزشی می تواند به صورت فایل متنی (PDF)، عکس، موشن گرافی و یا فیلم کوتاه باشد.
- در صورت عدم درک مطالب توسط سفیران سلامت، ادمین گروه موارد غیرقابل درک را به سطح بالاتر جهت انتخاب محتوای مناسب ارسال خواهد نمود.
- بارگزاری محتوای آموزشی پیشنهاد شده توسط سفیر سلامت و یا رابط سلامت بر اساس تایید و صلاح دید کارشناس مسئول آموزش و ارتقاء سلامت خواهد بود.

شرح اجرای برنامه هر خانه یک پایگاه سلامت

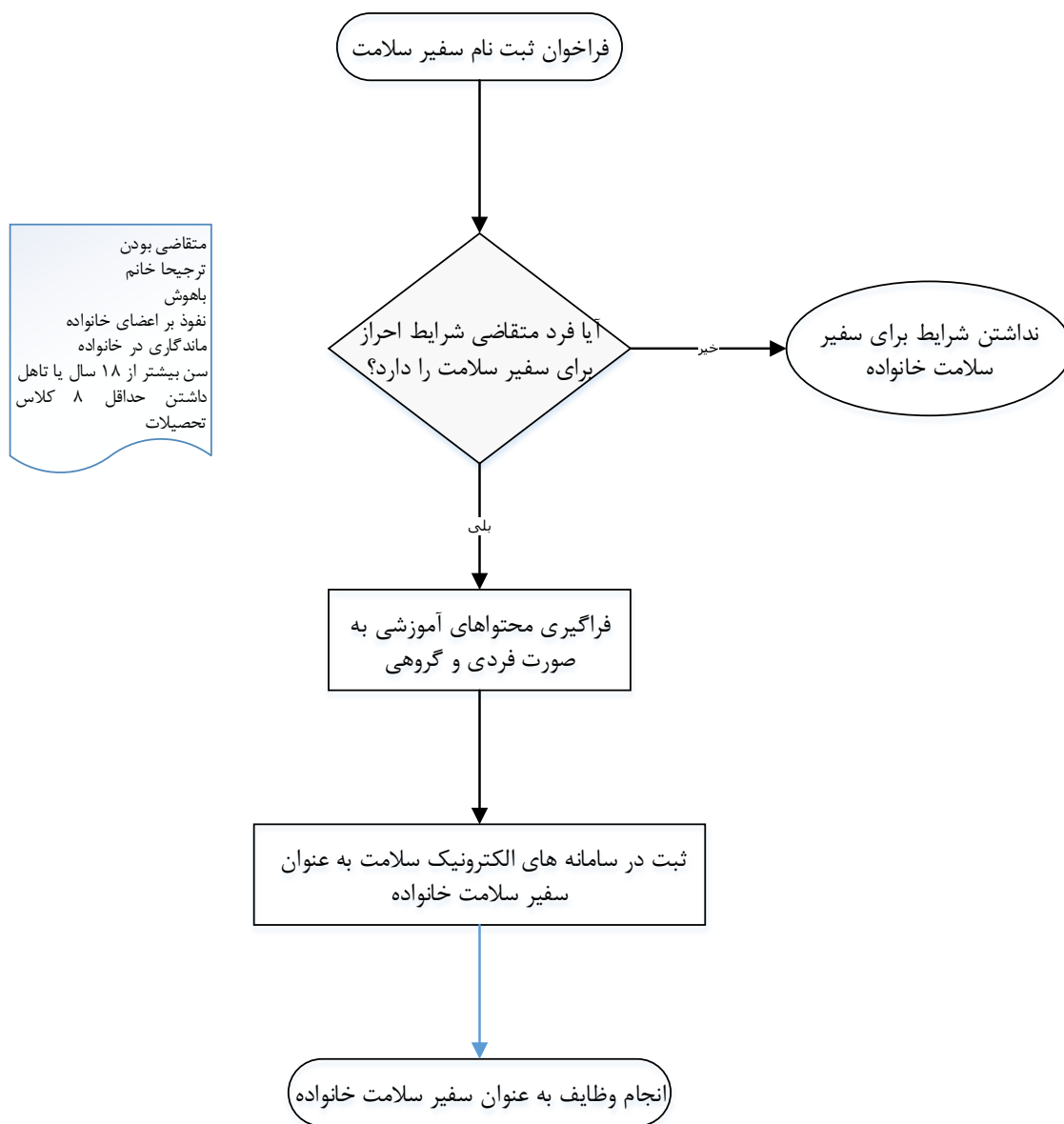
- ۱ - تشکیل جلسه نحوه اجرای برنامه در مرکز بهداشت هر شهرستان
- ۲ - اطلاع رسانی عمومی در خصوص اجرایی برنامه هر خانه یک پایگاه سلامت در سطح شهر و روستا
- ۳ - برگزاری کلاس آموزشی - توجیهی برای کارشناسان مراقب سلامت مراکز جامع خدمات سلامت پیرامون نحوه جذب سفیر سلامت از خانوارهای تحت پوشش در سامانه سیب طی تماس تلفنی و معرفی برنامه جهت جذب سفیر سلامت
- ۴ - در صورتیکه خانواده تحت پوشش فاقد شرایط لازم برای سفیر شدن باشد، رابط سلامت محله بایستی خانواده مربوطه را تحت پوشش خود قرار دهد. لازم به ذکر است که اطلاعات لازم را بایستی حضوری در مرکز جامع خدمات سلامت به خانواده فاقد شرایط سفیر سلامت ارائه شود و در صورت در دسترس نبودن رابط سلامت، مراقب سلامت وظیفه مربوطه را بر عهده خواهد گرفت.
- ۵ - مراقب سلامت پس از جذب سفیر سلامت خانوار به تعداد ۴۰ نفر از خانوارهای تحت پوشش خود، طی دعوت از آنها به مرکز جامع خدمات سلامت، در میان اعضای سفیر سلامت طی برگزاری انتخابات یک نفر رابط سلامت را انتخاب خواهند نمود. در صورت انصراف رابط سلامت در طی هر مرحله از برنامه، نفر دوم که اعضاء انتخاب کرده بودند، جایگزین وی به عنوان رابط سلامت خواهد شد.
- ۶ - مراقب سلامت موظف است محتوای آموزشی را هر دو هفته یکبار به گروه رابطین سلامت تحت پوشش خود ارسال نماید و یا در صورت فراهم بودن شرایط و حضور در مرکز جامع خدمات سلامت محتوای آموزشی را حضوری ارائه دهد و از دریافت محتوای آموزشی توسط سفیر سلامت اطمینان حاصل نماید.
- ۷ - مراقب سلامت موظف است محتوای آموزشی را هر دو هفته یکبار به گروه بهروزان تحت پوشش خود ارسال نماید و یا در صورت فراهم بودن شرایط و حضور در مرکز جامع خدمات سلامت روستایی محتوای آموزشی را حضوری ارائه دهد و از دریافت محتوای آموزشی توسط سفیر سلامت اطمینان حاصل نماید.
- ۸ - بهروز موظف است محتوای آموزشی را هر دو هفته یکبار به گروه رابطین سلامت تحت پوشش خود ارسال نماید و یا در صورت فراهم بودن شرایط و حضور در مرکز جامع خدمات سلامت روستایی و یا خانه بهداشت محتوای آموزشی را حضوری ارائه دهد و از دریافت محتوای آموزشی توسط سفیر سلامت اطمینان حاصل نماید.
- ۹ - در ادامه فرایند جذب سفیر و رابطین سلامت محله در سامانه سیب با جزئیات تشریح شده است.

فرایند جذب و تربیت سفیر سلامت در سامانه سیب (نقش مراقب سلامت و بهورز)

- ۱ - لیست سفیران سلامت جذب شده :
سامانه سیب - یوزر مراقب سلامت/بهورز - منوی ارائه خدمت ← سفیران سلامت ← فهرست سفیران سلامت
- ۲ - شناسایی و جذب سفیر سلامت توسط مراقب سلامت در جمعیت تحت پوشش از طریق:
سامانه سیب - یوزر مراقب سلامت/بهورز - منوی ارائه خدمت ← سفیران سلامت ← لیست افراد واجد شرایط سفیر سلامت (از میان این افراد می توان اقدام به جذب سفیران سلامت نمود و پس از موافقت فرد از قسمت ثبت نام سفیر سلامت اقدام می گردد).
- ۳ - فهرست خانوارهای دارای سفیر سلامت :
سامانه سیب - یوزر مراقب سلامت/بهورز - منوی ارائه خدمت ← سفیران سلامت ← خانوارهای دارای سفیر سلامت نمایش داده می شود
- ۴ - فهرست خانوارهای فاقد سفیر سلامت :
سامانه سیب - یوزر مراقب سلامت/بهورز - منوی ارائه خدمت ← سفیران سلامت ← خانوارهای فاقد سفیر سلامت نمایش داده می شود که باید برای این خانوارها سفیر سلامت جذب گردد
- ۵ - دوره های آموزشی گروهی (ثبت دوره) :
سامانه سیب - یوزر مراقب سلامت/بهورز - منوی ارائه خدمت ← سفیران سلامت ← ثبت دوره های آموزشی جدید برای سفیران سلامت جذب شده
- ۶ - گزارش افراد شرکت کننده در دوره های آموزشی :
سامانه سیب - یوزر مراقب سلامت/بهورز - منوی ارائه خدمت ← سفیران سلامت ← گزارش افراد شرکت کننده در دوره های آموزشی برگزار شده به تفکیک عنوان دوره
- ۷ - گزارش دوره های آموزشی گذرانده شده:
سامانه سیب - یوزر مراقب سلامت / بهورز - منوی ارائه خدمت ← سفیران سلامت ← گزارش دوره های گذرانده شده به تفکیک سفیران سلامت
- ۸ - دوره های آموزشی گروهی (فهرست دوره ها)
سامانه سیب - یوزر مراقب سلامت / بهورز - منوی ارائه خدمت ← سفیران سلامت ← گزارش دوره های گذرانده شده به تفکیک عنوان دوره و تاریخ

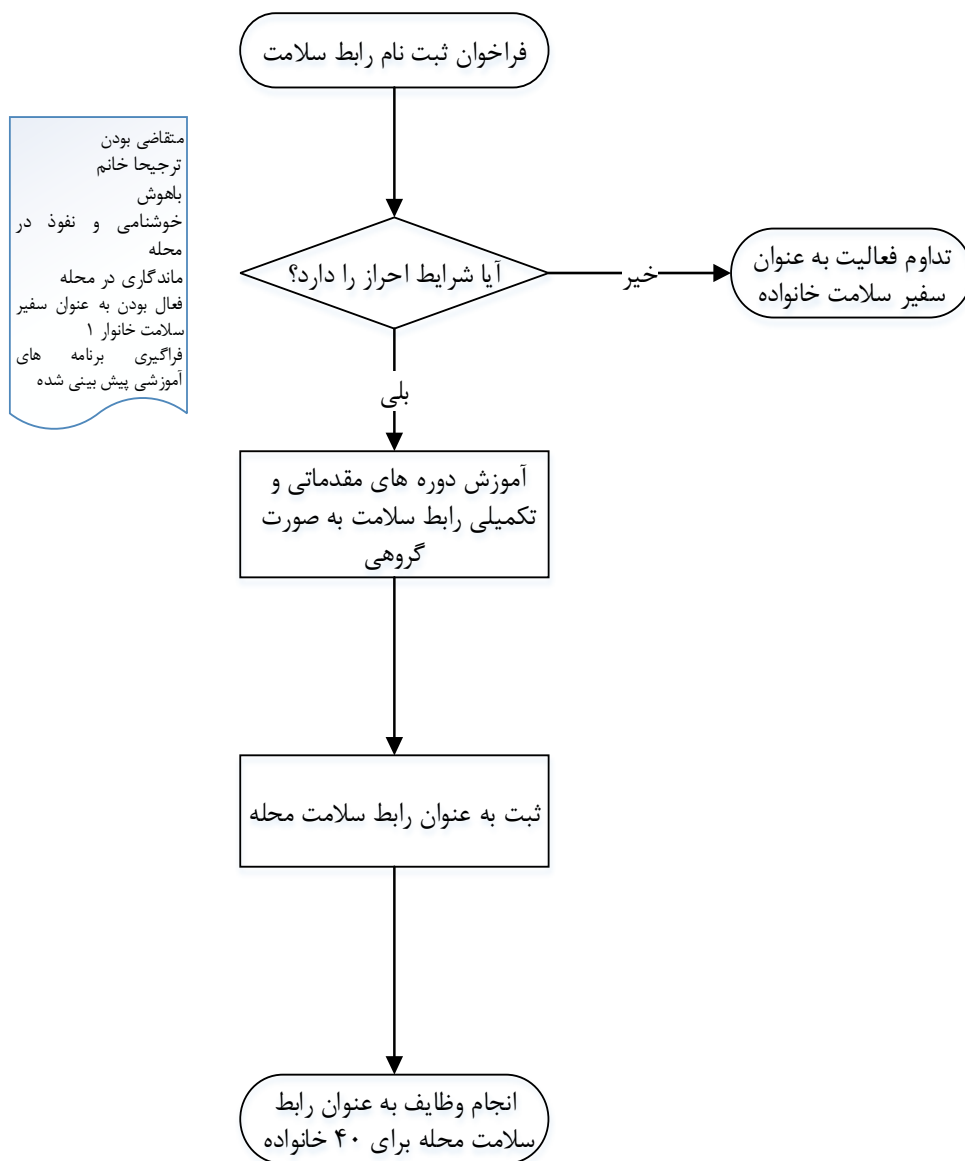
فرآیند انتخاب، آموزش و فعالیت سفیر سلامت خانواده

فرآیند انتخاب، آموزش و فعالیت سفیر سلامت خانواده



فرایند انتخاب، آموزش و فعالیت رابط سلامت محله

فرآیند انتخاب، آموزش و فعالیت رابط سلامت محله



فرایند اجرایی آموزش دانشجو



۱. دانشجویان پزشکی ترم ۶ و به بالا
۲. براساس صلاحدید و برنامه تدوین شده تیم سلامت و درخواست مراجعه کننده به پایگاه، امکان مشاوره و آموزش مراجعه کننده توسط دانشجو وجود خواهد داشت.

فهرست راهنماهای خودمراقبتی

حیطه ارتقای سلامت و پیشگیری :

- خودمراقبتی در افسردگی
- سالمندی سالم
- فعالیت بدنی
- کاهش مصرف قند، نمک و چربی
- دوری از سیگار و قلیان
- سلامت دهان و دندان
- آمادگی خانوار در مقابل بلایا
- روش نشستن صحیح

حیطه درمان های اولیه :

- کمک خواهی از اورژانس
- سوختگی
- تروما
- کنترل خونریزی
- مسمومیت با مونواکسیدکربن CO
- درد قفسه سینه
- احیای قلبی فقط با دست
- سردردهای ناگهانی
- اسهال و استفراغ (کم آبی بدن و تنظیم آب و الکترولیتها)

حیطه توانبخشی

- پیشگیری از اختلالات اسکلتی عضلانی
- آموزش حرکت در افراد دارای ناتوانی ناشی از ضایعات نخاعی
- مراقبت از پای دیابتی
- پیشگیری از سقوط سالمندان

اولویت های استانی

۱-۴ سلامت خانواده

- اهمیت مراقبت از نوزاد سالم (مراقبت ۳ تا ۵ روزگی نوزادان ، علائم خطر دوران نوزادای، زردی و...)
- تغذیه کودکان (تغذیه با شیرمادر، تغذیه تکمیلی)
- رشد و تکامل دوران ابتدای کودکی
- پیشگیری از سوانح و حوادث در کودکان
- تحرک و فعالیت بدنی
- بلوغ و نوجوانی در دختران و پسران
- پیشگیری از رفتارهای پرخطر در جوانان
- فعالیت فیزیکی در میانسالان
- شیوه زندگی سالم در میانسالان

۲-۴ سلامت روان

- خودمراقبتی در خشونت خانگی
- خودمراقبتی در افسردگی
- مهارت حل تعارض

۳-۴- بیماریهای واگیر و غیر واگیر

- آموزش و اطلاع رسانی در زمینه پیشگیری و کنترل بیماری COVID 19
- آموزش و اطلاع رسانی در زمینه پیشگیری و کنترل بیماری سکت قلبی
- آموزش و اطلاع رسانی در زمینه علائم و نشانه های بیماری سرطان و پیشگیری از آن
- آموزش و اطلاع رسانی در زمینه اهمیت فعالیت فیزیکی
- آموزش و اطلاع رسانی در زمینه پیشگیری و کنترل بیماری پوکی استخوان

۴-۴ سلامت دهان و دندان

- بهداشت دهان و دندان

۵-۴ سلامت محیط

- پروتکل های گندزدایی محیط و فاصله گذاری اجتماعی
- بهداشت مواد غذایی (روشهای صحیح نگهداری مواد غذایی، بهداشت نان، سالم سازی سبزیجات و صیفی جات و ...)
- پیشگیری از مشکلات اسکلتی عضلانی در خانه (بهداشت حرفه ای)

۴-۶ تغذیه جامعه

- کاهش قند، نمک و چربی در سبب غذایی خانوار
- افزایش سهم سبزی، میوه و ماهی در سبب غذایی خانوار

گزارش ها و شاخص های پیشنهادی برنامه هر خانه یک پایگاه سلامت ۲،۱،۳

- تعداد سفیر سلامت خانواده به صورت تجمعی در هر شهرستان
- تعداد رابط سلامت محله در هر مرکز جامع خدمات سلامت و در هر شهرستان
- تعداد خانواده های دارای سفیر سلامت در هر مرکز جامع خدمات سلامت و در هر شهرستان
- تعداد سفیران سلامت فعال (با این شرط که حداقل یک بار در ماه در آموزش های گروهی که در پایگاه سلامت و خانه بهداشت برگزار می شود شرکت کنند و آموخته های خود را به خانواده منتقل کنند)

سرفصلهای آموزشی

کمک خواهی از اورژانس ۱۱۵

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای کمک خواهی از اورژانس
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت ^۴	• درصد آگاهی افراد در مورد چگونگی برقراری تماس تلفنی برای استفاده از خدمات اورژانس • درصد آگاهی افراد در مورد اطلاعاتی که باید در اختیار اورژانس قرار دهند • درصد آگاهی افراد در مورد اقداماتی که باید در صحنه حادثه تا زمان رسیدن اورژانس انجام دهند

خودمراقبتی در افسردگی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای خودمراقبتی در افسردگی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد در مورد علائم افسردگی • درصد آگاهی افراد در مورد علل بروز افسردگی • درصد آگاهی افراد در مورد توصیه های خودمراقبتی برای مقابله با افسردگی • درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه های خودمراقبتی برای مقابله با افسردگی • درصد آگاهی افراد در مورد روش های درمان افسردگی • درصد عملکرد افراد در مورد مراجعه به مراکز خدمات جامع سلامت در صورت مشاهده علائم افسردگی • درصد خانوارهای دارای سفیر سلامت که با علائم افسردگی به پایگاه سلامت/ مراکز خدمات جامع سلامت مراجعه نموده اند.

^۱ این شاخص ها بر اساس محتوای آموزشی راهنماهای خودمراقبتی سفیران سلامت خانواده، برنامه هر خانه یک پایگاه سلامت تنظیم شده اند. شاخص هایی که برای افراد خانواده پیشنهاد شده اند، ترکیبی از شاخص های آگاهی و عملکرد هستند. با توجه به مدت حدود سه ماه برای برنامه پایلوت، ممکن است در برخی موارد دسترسی به شاخص های عملکرد امکان پذیر نباشد. در این موارد باید به شاخص هایی مانند آگاهی توجه بیشتری داشت.

^۲ با توجه به تعدد شاخص در برخی از سرفصل ها، می توان به تعدادی از آن ها بسنده نمود و یا اینکه در توالی های متفاوت زمانی، به اندازه گیری و مقایسه شاخص های متفاوت اقدام نمود.

^۳ با توجه به اینکه در حال حاضر اجرای آزمایشی برنامه را در پیش رو داریم، برای ارزشیابی می توان از بررسی با انتخاب حجم نمونه استفاده نمود. در ارزشیابی اجرای کشوری برنامه، می توان از بررسی سواد سلامت بهره گیری نموده و یا اینکه یک بررسی با حجم نمونه تعریف شده برای این برنامه در نظر گرفت.

^۴ حداقل نیمی از اعضای واجد شرایط خانواده باید آموزش های لازم را دریافت کرده باشند تا این شاخص برای آن خانواده مثبت محاسبه شود. واجد شرایط بودن اعضای خانواده به ازای هر شاخص تعریف خواهد شد.

آمادگی خانوار در مقابل بلایا

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای آمادگی خانوار در مقابل بلایا
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد در مورد مدیریت خطر بلایا درصد عملکرد افراد در مورد مدیریت خطر بلایا درصد عملکرد افراد در مورد آماده سازی کیف اضطراری درصد عملکرد افراد در مورد انجام آزمون آمادگی در برابر بلایا برای خانواده درصد خانوارهای دارای سفیر سلامت که کیف اضطراری دارند درصد خانوارهایی دارای سفیر سلامت که در آزمون آمادگی در برابر بلایا امتیاز مناسب را کسب کرده اند.

مسمومیت با مونواکسید کربن (CO)

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای مسمومیت با مونواکسید کربن
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد در مورد چگونگی مسمومیت با مونواکسید کربن درصد آگاهی افراد در مورد علائم و نشانه‌های مسمومیت ناشی از مونواکسید کربن درصد آگاهی افراد در مورد توصیه‌های خودمراقبتی در مواجهه با مسمومیت با مونواکسید کربن درصد آگاهی افراد در مورد توصیه‌های خودمراقبتی پیشگیری از مسمومیت با مونواکسید کربن درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه‌های خودمراقبتی برای پیشگیری از مسمومیت با مونواکسید کربن درصد خانوارهای دارای سفیر سلامت که با مسمومیت با مونواکسید کربن مراجعه کرده اند. درصد خانوارهای دارای سفیر سلامت که با مسمومیت با مونواکسید کربن مواجهه و اقدام مناسب را بکار گرفته اند.

سلامت دهان و دندان

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای سلامت دهان و دندان
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد در مورد مشخصات لثه سالم و بیمار درصد آگاهی افراد در مورد توصیه‌های خودمراقبتی برای پیشگیری از پوسیدگی از دندان درصد آگاهی افراد در مورد روش صحیح مسواک درصد عملکرد افراد در مورد مسواک زدن به شیوه صحیح درصد آگاهی افراد در مورد روش صحیح نخ دندان کشیدن درصد عملکرد افراد در مورد نخ دندان کشیدن به شیوه صحیح

مراقبت از پای دیابتی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای مراقبت از پای دیابتی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد در مورد عوارض پای دیابتی درصد آگاهی افراد در مورد چگونگی پیشگیری از بروز زخم پای دیابتی درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه‌های خودمراقبتی برای پیشگیری از بروز زخم پای دیابتی درصد خانوارهای دارای سفیر سلامت که با مشکل پای دیابتی مراجعه نموده اند.

اسهال و استفراغ، کم آبی بدن و تنظیم آب و الکترولیت‌ها

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای اسهال و استفراغ، کم آبی بدن و تنظیم آب و الکترولیت‌ها
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد در مورد توصیه‌های خودمراقبتی برای مقابله با تهوع و استفراغ کودکان و بزرگسالان درصد آگاهی افراد در مورد توصیه‌های خودمراقبتی برای مقابله با اسهال کودکان و بزرگسالان درصد عملکرد افراد در مورد مدیریت تهوع و استفراغ کودکان و بزرگسالان در صورت بروز درصد عملکرد افراد در مورد مدیریت اسهال کودکان و بزرگسالان در صورت بروز درصد آگاهی افراد در مورد روش تهیه محلول جبران کم آبی

درد قفسه سینه

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای درد قفسه سینه
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد در مورد علایم درد قفسه سینه مربوط به مشکلات قلبی درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه‌های خودمراقبتی در مواجهه با مشکلات قلبی درصد آگاهی افراد در مورد زمان مراجعه به پزشک در مشکلات قلبی

احیای قلبی فقط با دست

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای احیای قلبی فقط با دست
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد در مورد تشخیص سریع ایست قلبی ریوی درصد آگاهی افراد در مورد توصیه‌های خودمراقبتی در مواجهه با ایست قلبی درصد آگاهی افراد در مورد مراحل احیای قلبی فقط با دست

کاهش مصرف قند، نمک، روغن و چربی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای کاهش مصرف قند، نمک، روغن و چربی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد در مورد روش‌های کاهش مصرف قند و شکر درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه‌های خودمراقبتی برای کاهش مصرف قند و شکر درصد آگاهی افراد در مورد روش‌های کاهش مصرف نمک درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه‌های خودمراقبتی برای کاهش مصرف نمک درصد آگاهی افراد در مورد روش‌های کاهش مصرف روغن و چربی درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه‌های خودمراقبتی برای کاهش مصرف روغن و چربی درصد کاهش میزان مصرف قند و شکر درصد کاهش میزان مصرف نمک درصد کاهش میزان مصرف روغن و چربی

پیشگیری از سقوط سالمندان

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای پیشگیری از سقوط سالمندان
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد در مورد عوامل خطر مرتبط با سقوط در سالمندان درصد آگاهی افراد در مورد اصول پیشگیری از سقوط درصد آگاهی افراد در مورد چگونگی کاهش احتمال خطر سقوط یا زمین خوردن سالمندان درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری اقدامات لازم برای کاهش احتمال خطر سقوط یا زمین خوردن سالمندان در خانه

سالمندی سالم

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای سالمندی سالم
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد در مورد توصیه‌های خودمراقبتی برای رعایت بهداشت فردی در سالمندان درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه‌های خودمراقبتی برای رعایت بهداشت فردی در سالمندان درصد آگاهی افراد در مورد توصیه‌های خودمراقبتی برای داشتن تغذیه سالم در سالمندان درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه‌های خودمراقبتی برای داشتن تغذیه سالم در سالمندان درصد آگاهی افراد در مورد چگونگی انجام فعالیت بدنی در سالمندان درصد عملکرد افراد در مورد انجام فعالیت بدنی در سالمندان درصد آگاهی افراد در مورد روش‌های مدیریت استرس در سالمندان درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری روش‌های مدیریت استرس در سالمندان درصد آگاهی افراد در مورد توصیه‌های خودمراقبتی برای پیشگیری از بی‌بوست و بی‌اختیاری ادرار در سالمندان درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه‌های خودمراقبتی برای پیشگیری از بی‌بوست و بی‌اختیاری ادرار در سالمندان

<ul style="list-style-type: none"> • درصد آگاهی افراد در مورد توصیه‌های خودمراقبتی برای پیشگیری از مشکلات استخوانی مفصلی در سالمندان • درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه‌های خودمراقبتی برای پیشگیری از مشکلات استخوانی مفصلی در سالمندان 		
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

سردرد ناگهانی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> • درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای سردرد ناگهانی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> • درصد آگاهی افراد در مورد انواع سردرد • درصد آگاهی افراد در مورد مراقبت‌های اولیه در مواجهه با فرد دچار سردرد • درصد آگاهی افراد در مورد زمان مراجعه به پزشک به علت سردرد • درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه‌های خودمراقبتی برای پیشگیری سردرد

دوری از سیگار و قلیان

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> • درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای دوری از سیگار و قلیان
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> • درصد آگاهی افراد در مورد انواع مواد دخانی • درصد آگاهی افراد در مورد انواع دود دخانیات • درصد آگاهی افراد در مورد عوارض ناشی از مصرف دخانیات • درصد آگاهی افراد در مورد عوارض مواجهه با دود دست دوم و دست سوم مواد دخانی • درصد آگاهی افراد در مورد مضرات مصرف قلیان • درصد آگاهی افراد در مورد چگونگی ترک مواد دخانی • درصد قصد افراد برای ترک مواد دخانی • درصد عملکرد افراد در مورد اقدام به ترک مواد دخانی

سوختگی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> • درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای سوختگی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> • درصد آگاهی افراد در مورد علایم و نشانه‌های درجه‌های مختلف سوختگی • درصد آگاهی افراد در مورد اقدامات لازم در مواجهه با سوختگی • درصد آگاهی افراد در مورد چگونگی مراقبت از زخم‌های ناشی از سوختگی

تروما

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای تروما
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد در مورد علایم و نشانه‌های آسیب‌های ناشی از تروما (ضربه) • درصد آگاهی افراد در مورد مراقبت‌های اولیه در برخورد با بیمار دچار تروما (ضربه) • درصد آگاهی افراد در مورد علامت‌های مهم ناشی از تروما برای مراجعه به پزشک

فعالیت بدنی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای فعالیت بدنی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد در مورد میزان توصیه‌شده فعالیت بدنی • درصد عملکرد افراد در مورد انجام میزان توصیه‌شده فعالیت بدنی • درصد عملکرد افراد در مورد انجام خودارزیابی سطح آمادگی فعالیت بدنی • درصد آگاهی افراد در مورد مدیریت وزن خود • درصد عملکرد افراد در مورد محاسبه شاخص توده بدنی خود • درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه‌های خودمراقبتی برای انجام صحیح فعالیت بدنی

خونریزی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای خونریزی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد در مورد انواع خونریزی • درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری توصیه‌های خودمراقبتی برای کنترل انواع خونریزی خارجی • درصد آگاهی افراد در مورد کنترل خونریزی خارجی • درصد عملکرد افراد در مورد به کارگیری مراحل کنترل خونریزی از بینی

آموزش حرکت در افراد دارای ناتوانی ناشی از ضایعات نخاعی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای آموزش حرکت در افراد دارای ناتوانی ناشی از ضایعات نخاعی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد در مورد قابلیت‌های حرکتی افراد دارای ضایعات نخاعی • درصد آگاهی سفیران سلامت در مورد قرار دادن بیمار در وضعیت صحیح • درصد عملکرد سفیران سلامت در مورد قرار دادن بیمار در وضعیت صحیح • درصد آگاهی سفیران سلامت در مورد نحوه مناسب‌سازی محیط زندگی بیمار

پیشگیری از مشکلات اسکلتی - عضلانی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای پیشگیری از مشکلات اسکلتی - عضلانی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد در مورد مهم ترین اختلالات اسکلتی - عضلانی درصد آگاهی افراد در مورد علایم اختلالات اسکلتی - عضلانی درصد عملکرد افراد در مورد توصیه های خودمراقبتی پیشگیری از اختلالات اسکلتی - عضلانی

نشستن صحیح

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای نشستن صحیح
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد در مورد شیوه نشستن صحیح درصد عملکرد افراد در مورد نشستن صحیح

اهمیت مراقبت از نوزاد سالم (مراقبت ۳ تا ۵ روزگی نوزادان، علایم خطر دوران نوزادای، زردی و....)

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای اهمیت مراقبت از نوزاد سالم
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد از اهمیت مراقبت ۳ تا ۵ روزگی نوزادان درصد آگاهی افراد از علایم خطر دوران نوزادی درصد آگاهی افراد از علایم زردی

تغذیه کودکان (تغذیه با شیر مادر، تغذیه تکمیلی)

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای تغذیه کودکان
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد از اهمیت تغذیه با شیر مادر درصد آگاهی افراد از اهمیت تغذیه تکمیلی

رشد و تکامل دوران ابتدای کودکی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای رشد و تکامل کودکان
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد از تغییرات رشد و تکامل در یک ماهگی درصد آگاهی افراد از تغییرات رشد و تکامل در ۲ ماهگی درصد آگاهی افراد از تغییرات رشد و تکامل در ۳ ماهگی درصد آگاهی افراد از تغییرات رشد و تکامل در ۴ ماهگی درصد آگاهی افراد از تغییرات رشد و تکامل در ۵ ماهگی درصد آگاهی افراد از تغییرات رشد و تکامل در ۵ ماهگی

پیشگیری از سوانح و حوادث در کودکان

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای پیشگیری از سوانح و حوادث در کودکان
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد پیرامون پیشگیری از سوختگی در کودکان درصد آگاهی افراد پیرامون پیشگیری از مسمومیت در کودکان درصد آگاهی افراد پیرامون پیشگیری از حوادث ترافیکی در کودکان درصد آگاهی افراد پیرامون پیشگیری از خفگی و غرق شدگی در کودکان درصد آگاهی افراد پیرامون پیشگیری از سقوط در کودکان

تحرک و فعالیت بدنی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای تحرک و فعالیت بدنی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد پیرامون اهمیت تحرک و فعالیت بدنی در کودکان • درصد آگاهی افراد پیرامون میزان تحرک و فعالیت بدنی در کودکان • درصد آگاهی افراد پیرامون آشنایی با روش های مختلف تحرک و فعالیت بدنی در کودکان

بلوغ و نوجوانی در دختران و پسران

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای بلوغ و نوجوانی در دختران و پسران
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد پیرامون علایم بلوغ در دختران و پسران • درصد آگاهی افراد پیرامون تغییرات جسمی و رفتاری در دوران بلوغ در دختران و پسران • درصد آگاهی افراد پیرامون تغییرات جسمی و رفتاری در دوران نوجوانی در دختران و پسران

پیشگیری از رفتارهای پرخطر در جوانان

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای پیشگیری از رفتارهای پرخطر در جوانان
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد پیرامون راههای پیشگیری از سیگار کشیدن در جوانان • درصد آگاهی افراد پیرامون راههای پیشگیری از قرار گرفتن در معرض دود دست دوم • درصد آگاهی افراد پیرامون راههای پیشگیری اعتیاد • درصد آگاهی افراد پیرامون راههای پیشگیری از ابتلا به بیماری ایدز • درصد آگاهی افراد پیرامون راههای پیشگیری از ابتلا به هیپاتیت

فعالیت فیزیکی در میانسالان

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای فعالیت فیزیکی در میانسالان
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد پیرامون اهمیت فعالیت فیزیکی در میانسالان • درصد آگاهی افراد پیرامون راههای فعالیت فیزیکی در میانسالان • درصد آگاهی افراد پیرامون میزان فعالیت فیزیکی در میانسالان

شیوه زندگی سالم در میانسالان

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای شیوه زندگی سالم در میانسالان
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد پیرامون اهمیت دوره میانسالی • درصد آگاهی افراد پیرامون وزن مناسب در دوران میانسالی • درصد آگاهی افراد پیرامون رژیم غذایی سالم در دوران میانسالی • درصد آگاهی افراد پیرامون مضرات مصرف و ترک دخانیات در دوران میانسالی

خودمراقبتی در خشونت خانگی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای خودمراقبتی در خشونت خانگی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد پیرامون خودمراقبتی در بدرفتاری جسمی درصد آگاهی افراد پیرامون خودمراقبتی در بدرفتاری جنسی درصد آگاهی افراد پیرامون خودمراقبتی در بدرفتاری روانی/هیجانی درصد آگاهی افراد پیرامون خودمراقبتی در بدرفتاری اجتماعی

مهارت حل تعارض

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش دیده با محتوای مهارت حل تعارض
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد پیرامون راههای ایجاد تعارض درصد آگاهی افراد پیرامون انواع رفتارها در مواجهه با تعارض درصد آگاهی افراد پیرامون راههای حل تعارض با دیگران

آموزش و اطلاع رسانی در زمینه پیشگیری و کنترل بیماری COVID 19

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش پیرامون بیماری COVID 19
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد پیرامون علایم بیماری و راههای انتقال بیماری COVID-19 درصد آگاهی افراد پیرامون پیشگیری از انتقال بیماری COVID-19 درصد آگاهی افراد پیرامون راههای کنترل از انتقال بیماری COVID-19

آموزش و اطلاع رسانی در زمینه پیشگیری و کنترل بیماری سکته قلبی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش پیرامون پیشگیری و کنترل بیماری سکته قلبی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد پیرامون علایم بیماری قلبی درصد آگاهی افراد پیرامون علایم سکته قلبی درصد آگاهی افراد پیرامون راههای پیشگیری و کنترل سکته قلبی

آموزش و اطلاع رسانی در زمینه علائم و نشانه های بیماری سرطان و پیشگیری از آن

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش پیرامون علائم و نشانه های بیماری سرطان و پیشگیری از آن
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد پیرامون راههای پیشگیری از سرطان درصد آگاهی افراد پیرامون علایم و نشانه های اولیه سرطان

آموزش و اطلاع رسانی در زمینه پیشگیری و کنترل بیماری پوکی استخوان

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش پیرامون پیشگیری و کنترل بیماری پوکی استخوان
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد پیرامون پوکی استخوان • درصد آگاهی افراد پیرامون علائم و نشانه های پوکی استخوان • درصد آگاهی افراد پیرامون عوامل ایجاد کننده پوکی استخوان • درصد آگاهی افراد پیرامون راههای پیشگیری از پوکی استخوان

بهداشت دهان و دندان

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش پیرامون بهداشت دهان و دندان
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد پیرامون وظایف مهم و اختصاصی دندانهای شیری • درصد آگاهی افراد پیرامون عوامل پوسیدگی دندان • درصد آگاهی افراد پیرامون راههای پیشگیری از پوسیدگی دندان

پروتکل های گندزایی محیط

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش پیرامون پروتکل های گندزایی محیط
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد از انواع گندزادهای محیطی • درصد آگاهی افراد پیرامون نحوه استفاده از گندزادهای محیطی • درصد آگاهی افراد پیرامون پیشگیری از مسمومیت با گندزادهای محیطی

فاصله گذاری اجتماعی

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش پیرامون فاصله گذاری اجتماعی در بیماریهای تنفسی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد پیرامون اهمیت فاصله گذاری اجتماعی در بیماریهای تنفسی • درصد آگاهی افراد پیرامون میزان فاصله گذاری اجتماعی در بیماریهای تنفسی

بهداشت مواد غذایی (روشهای صحیح نگهداری مواد غذایی، بهداشت نان، سالم سازی سبزیجات و صیفی جات و ...)

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	• درصد سفیر سلامت آموزش پیرامون بهداشت مواد غذایی
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	• درصد آگاهی افراد پیرامون روش های صحیح نگهداری مواد غذایی • درصد آگاهی افراد پیرامون بهداشت نان • درصد آگاهی افراد پیرامون سالم سازی سبزیجات و صیفی جات

افزایش سهم سبزی، میوه و ماهی در سبد غذایی خانوار

ردیف	مخاطب	شاخص
۱	سفیر سلامت خانواده	<ul style="list-style-type: none"> درصد سفیر سلامت آموزش پیرامون اهمیت سبزی، میوه و ماهی در سبد غذایی خانوار
۲	اعضای خانواده سفیر سلامت	<ul style="list-style-type: none"> درصد آگاهی افراد پیرامون روش های افزایش سهم سبزی در سبد غذایی درصد آگاهی افراد پیرامون روش های افزایش سهم میوه در سبد غذایی درصد آگاهی افراد پیرامون روش های افزایش سهم ماهی در سبد غذایی

فرم شماره ۱ (ثبت ماهانه سفیر سلامت و رابط سلامت): سطح خانه بهداشت/پایگاه سلامت (ضمیمه - غیر ضمیمه)

تاریخ:

سال:

ردیف	شماره پرونده خانوار	نام و نام خانوادگی سفیر سلامت	سطح تحصیلات	رابط سلامت محله			تاریخ تولد	جنس	وضعیت دوره های آموزشی			سفیر سلامت فعال* ۱۰
				بله	خیر	شماره پرونده خانوار تحت پوشش			نام دوره	تاریخ	آموزش فردی/گروهی	
	۱	۲	۳				۵	۶	۷	۸	۹	

نام و نام خانوادگی مراقب سلامت/بهورز تکمیل کننده فرم:

تاریخ تکمیل فرم:

*سفیر سلامت فعال، فردی که در جلسات آموزشی حداقل یک بار در ماه در طی شش ماه متوالی/شش جلسه آموزشی بصورت نامتوالی در طی یکسال شرکت کرده باشد و آموخته ها را به اعضای خانواده انتقال دهد.

دستورالعمل تکمیل فرم شماره ۱: سطح خانه بهداشت/پایگاه سلامت (ضمیمه - غیر ضمیمه)

این فرم ماهانه تکمیل می گردد. در قسمت بالای فرم، نام، نام خانوادگی یا پایگاه بهداشتی (ضمیمه-غیرضمیمه) و ماه و سال درج می گردد.

در ستون شماره ۱: شماره پرونده الکترونیک خانوار نوشته می شود.

در ستون شماره ۲: نام و نام خانوادگی سفیر سلامت خانوار نوشته می شود.

در ستون شماره ۳: آخرین مدرک تحصیلی سفیر سلامت نوشته می شود.

در ستون شماره ۴: اگر سفیر سلامت، ۴۰ تا سفیر سلامت را تحت پوشش دارد، قسمت بله علامت (✓) زده و شماره پرونده خانوار تحت پوشش نوشته می شود.

در ستون شماره ۵: تاریخ تولد سفیر سلامت نوشته می شود.

در ستون شماره ۶: جنسیت (مذکر/مونث) در این ستون نوشته می شود.

در ستون شماره ۷: نام دوره هایی که سفیر سلامت شرکت کرده است، نوشته می شود.

در ستون شماره ۸: تاریخی که دوره آموزشی را گذرانده است، نوشته می شود.

در ستون شماره ۹: نحوه آموزش مشخص می گردد.

در ستون شماره ۱۰: وضعیت فعالیت سفیر سلامت در این ستون مشخص می گردد و در قسمت مربوطه علامت (✓) زده می شود.

فرم شماره ۲ (ارزیابی رابط سلامت محله): سطح خانه بهداشت/پایگاه سلامت (ضمیمه-غیر ضمیمه)

تاریخ:

سال:

نام و نام خانوادگی	تعداد خانواد های تحت پوشش	مشارکت در شناسایی و جمع آوری اطلاعات جمعیت تحت پوشش	مشارکت فعال در جلسات آموزشی و راهنماهای خود مراقبتی	همکاری در آموزش به سفیران سلامت خانواده	انتقال مفاهیم مرتبط با سلامت جامعه به خانوارهای تحت پوشش	پیگیری خدمات و مراقبت های بهداشتی	جذب سفیر سلامت خانواده	مشارکت در شناسایی مسائل محله از طریق نیازسنجی	همکاری در طرح های ملی و منطقه ای	مشارکت در فعالیت های اجتماعی	شناسایی و جلب مشارکت خیرین در ارتقای سلامت
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲

نام و نام خانوادگی مراقب سلامت/بهورز تکمیل کننده فرم:

تاریخ تکمیل فرم:

اطلاعات این فرم جهت ارزیابی فعالیت رابط سلامت محله هر ۶ ماه یکبار توسط مراقب سلامت/بهورز تکمیل می گردد:

در ستون شماره ۱: نام و نام خانوادگی رابط سلامت محله نوشته می شود.

در ستون شماره ۲: منظور تعداد خانواده های تحت پوشش رابط سلامت محله شناسایی شده اند و یا رابط سلامت محله ارتباط دارند.

در ستون شماره ۳: منظور مشارکت در برنامه های سرشماری و بازنگری اطلاعات خانواده های تحت پوشش پایگاه سلامت/خانه بهداشت است.

در ستون شماره ۴: منظور حضور فعال در جلسات آموزشی و مجازی راهنمای خودمراقبتی است.

در ستون شماره ۵: منظور همکاری در انتقال آموزش ها به سفیران سلامت خانواده تحت پوشش است.

در ستون شماره ۶: رابط سلامت محله بر اساس بسته های آموزشی به سفیران سلامت خانواده انتقال می دهند که لازم است مراقب سلامت/بهبورز مرتبط به طور تصادفی از خانواده های تحت پوشش هر رابط سلامت محله، ۲ خانواده را ارزیابی نماید.

در ستون شماره ۷: منظور پیگیری مراقبت های به موقع است.

در ستون شماره ۸: منظور جذب سفیر سلامت خانواده توسط رابط سلامت محله است.

در ستون شماره ۹: منظور جلب همکاری مردم محله در شناسایی مسائل محله، یافتن راهکارها و اقدام به موقع برای رفع مسائل با استفاده از روش های نیازسنجی یا سایر روش های مبتنی بر شواهد است..

در ستون شماره ۱۰: همکاری رابط سلامت محله در طرح های کشوری، استانی و یا شهرستانی است.

برنامه هر خانه یک پایگاه سلامت

(شروع برنامه اول مرداد ۱۳۹۹)

روند اجرای برنامه در سطح دانشگاه علوم پزشکی کردستان

ردیف	عنوان	تاریخ	خرداد	تبر	مرداد	شهریور	مهر	آبان	آذر	دی	بهمن	اسفند
۱	معرفی برنامه در واحد ستادی معاونت بهداشتی دانشگاه (کمیته درون بخشی) در اختیار قرار دادن محتوای آموزشی به مدیر گروه‌های ستادی معاونت بهداشتی	۱۳۹۹/۰۳/۲۴										
۲	معرفی متولی برنامه به دفتر آموزش و ارتقاء سلامت وزارت بهداشت	۱۳۹۹/۰۴/۱۲										
۳	تعیین محتوای آموزشی بر اساس اولویت های منطقه ای	۱۳۹۹/۰۴/۰۴										
	درج شعار هر خانه یک پایگاه سلامت در سربرگ مکاتبات اداری	۱۳۹۹/۰۴/۰۸										
۴	تعیین FP و کارشناس مسئول برنامه ریزی، مستندسازی و ارزشیابی در سطح دانشگاه به وزارتخانه	۱۳۹۹/۰۴/۱۲										
	آماده سازی و برنامه ریزی مدیران شبکه برای اجرای برنامه ملی هرخانه یک پایگاه سلامت	۱۳۹۹/۰۴/۱۲										
	صدور ابلاغ برای FP و کارشناس مسئول برنامه ریزی، مستندسازی و ارزشیابی	۱۳۹۹/۰۴/۱۲										
۵	کمیته درون بخشی در سطح دانشگاه معرفی روند اجرای برنامه باحضور ریاست محترم دانشگاه و مدیرگروه‌های ستادی معاونت	۱۳۹۹/۰۴/۱۷										
۶	اطلاع رسانی اجرای برنامه هرخانه یک پایگاه سلامت در سطح استان	۱۳۹۹/۰۴/۱۸										
۷	ارسال نسخه بومی شده دستورالعمل اجرای برنامه هرخانه یک پایگاه سلامت به شهرستان ها	۱۳۹۹/۰۴/۲۲										
۸	اجرای پایلوت برنامه در سه مرکز جامع خدمات سلامت شهری و روستایی به مدت ۱۰ روز	۲۳ تیر ۹۹ لغایت ۴ مرداد ۹۹										
۹	اجرای برنامه هر خانه یک پایگاه سلامت در سایر شهرستان ها	۱۳۹۹/۰۵/۰۵										