



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی مازندران
مرکز بهداشت استان

به نام خدا

محتوی آموزشی برنامه مراقبت‌های ادغام یافته جوانان ویژه غیر پزشک (گروه سنی 18 تا 29 سال) - زمستان 1401

***عنوان برنامه: مراقبت‌های ادغام یافته جوانان ویژه غیر پزشک (گروه سنی 18 تا 29 سال)**

***گروه هدف: بهورزان و مراقبین سلامت**

***انتظار می رود در پایان مطالعه محتوی بدانیم:**

- بهورز / مراقب سلامت بتواند رده سنی جوانان جهت دریافت مراقبت‌ها را تعریف نماید.
- بهورز / مراقب سلامت بتواند هدف کلی و هدف کمی و اهداف اختصاصی را نام ببرد.
- بهورز / مراقب سلامت بتواند ارزیابی وضعیت تغذیه ای و نحوه امتیازدهی را انجام دهد.
- بهورز / مراقب سلامت بتواند وزن را اندازه گیری و نمایه توده بدنی (BMI) را محاسبه کنید.
- بهورز / مراقب سلامت بتواند ارزیابی وضعیت قلبی عروقی از نظر ارزیابی و مراقبت بیماری فشارخون بالا توضیح دهد.
- بهورز / مراقب سلامت بتواند عوامل خطر ژنتیک 18 تا 29 سال را توضیح دهد.
- بهورز / مراقب سلامت بتواند مراقبت از نظر وضعیت واکسیناسیون جوانان را توضیح دهد
- بهورز / مراقب سلامت بتواند ارزیابی هیپاتیت را توضیح دهد.
- بهورز / مراقب سلامت بتواند از نظر سل ریوی را توضیح دهد
- بهورز / مراقب سلامت بتواند غربال مثبت ارزیابی سلامت روان را توضیح دهد؟
- بهورز / مراقب سلامت بتواند احتمال اورژانس روانپزشکی را توضیح دهد؟
- بهورز / مراقب سلامت بتواند غربال منفی سلامت روان را توضیح دهد؟
- بهورز / مراقب سلامت بتواند تشخیص قبلی بیماری صرع را توضیح دهد؟
- بهورز / مراقب سلامت بتواند غربال مثبت صرع را توضیح دهید؟
- بهورز / مراقب سلامت بتواند آسیب اجتماعی (خشونت خانگی (همسر آزاری) را توضیح نماید.
- بهورز / مراقب سلامت بتواند طلاق / جدایی / فوت را توضیح دهد؟
- بهورز / مراقب سلامت بتواند خانواده آسیب پذیر را توضیح دهد؟
- بهورز / مراقب سلامت بتواند مورد مثبت غربالگری اولیه درگیری با مصرف دخانیات الکل و مواد را می داند؟

- بهورز / مراقب سلامت بتواند خطر مواجهه با مواد دخانی و ابتلا به بیماری های ناشی از مواجهه با دود دخانیات را توضیح دهد؟
- بهورز / مراقب سلامت بتواند مشکوک به اختلال شنوایی را توضیح دهد؟

*مقدمه: (بیان اهمیت، وسعت مسئله، عوارض و پیامدهای عدم توجه، دستاوردهای برنامه)

طبق مطالعات مختلف صورت گرفته تخمین زده می شود که حدود 30 درصد جمعیت جهان در سنین جوانی قرار دارند. نزدیک به 85 درصد از جمعیت جوان دنیا در کشورهای در حال توسعه زندگی میکنند. 60 درصد این جمعیت در آسیا، 15 درصد در آفریقا و حدود 10 درصد در آمریکای لاتین و حوزه کارائیب زندگی می کنند، 15 درصد باقیمانده در کشورهای پیش رفته و سایر مناطق دنیا سکونت دارند. جوانان تقریباً بیست درصد از جمعیت ایران را تشکیل می دهند. بسیاری از جوانان در نقش نیروهای مولد مسئول و اثرگذار در جوامع مختلف زندگی می کنند جوانان امروز بهتر از گذشته آموزش دیده و دانش کسب می کنند. علاوه بر این، این گروه سالمترین دسته از انسانهایی تلقی می شوند که روی زمین زندگی می کنند. جوانان در آستانه ورود به آینده هستند. آینده ای که در این رهبری خانواده اقتصاد و اجتماع را به عهده خواهند گرفت. به موازات این برداشت خوش بینانه واقعیتی وجود دارد که زیاد خوشایند نیست. بسیاری از جوانان از فقر بی عدالتی عدم دسترسی مناسب به تحصیل و خدمات بهداشتی رنج میبرند. برخورداری از سلامت یکی از نیازها و حقوق اساسی بشر و زیربنای توسعه پایدار جوامع تلقی می شود.

سنین جوانی دوران شکل گیری بسیاری از عادات و رفتارهای اجتماعی می باشد لذا مدیریت سلامت جوانان و پاسخگویی شایسته به نیازهای خاص این گروه سنی می تواند در آینده، بیشترین ارزش اقتصادی و اجتماعی را برای جامعه به همراه داشته باشد.

برنامه سلامت جوانان گروه سنی 18 تا 29 سال تمام را شامل می شود. این گروه در بعضی مکان هادر دسترسند مثل سربازخانه هادانشگاهها کارخانه ها ادارات و..... سلامت در گروه سنی جوانان باگروه های سنی دیگر متفاوت است. بطور مثال بحث رفتارهای مخاطره آمیز وسوانح وحوادث به طور ویژه در این گروه باید مورد توجه قرار گیرد

* معرفی برنامه:

نظام مراقبت با هدف کلی ارتقای سلامت همه جانبه در ابعاد جسمی - روانی و اجتماعی

و با هدف کمی کاهش عوامل مخاطره آمیز سلامت در نوجوانان به میزان 5٪ نسبت به سال پایه، افزایش پوشش مراقبت گروه های سنی به میزان 5٪ سال پایه، ارتقاء سطح آگاهی حداقل 5٪ جمعیت گروه سنی (جوانان 18 تا 29 سال) در خصوص سبک زندگی در حال اجرا می باشد.

اهداف اختصاصی این برنامه شامل:

مراقبت سلامت جوانان 18 تا 29 سال

پیشگیری از مرگ جوانان 18 تا 29 سال به واسطه حوادث حمل و نقل ترافیکی

اصلاح شیوه زندگی و رفتارهای پرخطر در جوانان

نهادینه سازی سبک زندگی سالم در جوانان

می باشد و براساس فعالیتهای زیر برنامه ریزی شده است.

1- از گروه سنی جوانان در سامانه پارسا براساس مشخص کردن پزشک خانواده برای جمعیت تحت پوشش ثبت نام می گردد.

2- گروه هدف جوانان 18 تا 29 سال تمام می باشد.

3- و براساس زمانبندی فراخوان صورت پذیرد و مراقبت غیرپزشک جمعیت جوان تحت پوشش در طول 3 سال کامل شود و در صورت ارجاع به پزشک پیگیری صورت پذیرد.

ضمن شناسایی جوانان گروه هدف و فراخوان جهت دریافت خدمات مراقبتهای دوره ای، اطلاعات حاصل از مراقبتها در سامانه پارسا وارد گردد و سپس براساس سامانه آمار و شاخصهای سلامتی تهیه و تحلیل گردد.

براساس زمانبندی، هر جوان توسط پزشک خانواده/بهورز/مراقب سلامت خود مورد ارزیابی قرار می گیرد و طبق دستورالعمل موجود در راهنمای بالینی به شرح ذیل:

خانه شماره 1- نحوه ارزیابی را مشخص می کند.

خانه شماره 2- با توجه به نتیجه ارزیابی، نتیجه ارزیابی گروه بندی می شود.

خانه شماره 3- با توجه به علائم و نشانه ها، طبقه بندی می شود.

خانه شماره 4- با توجه به طبقه بندی، اقدام می شود.

• مفهوم رنگ ها

در چارت های بخش درمان از چهار رنگ قرمز، زرد، سبز و سفید استفاده شده است.

الف - رنگ قرمز نشان دهنده نیاز به ارجاع فوری بیمار به پزشک متخصص یا مراکز درمانی طی مدت 24 ساعت است

ب - رنگ زرد نشان دهنده نیاز به ارجاع غیر فوری بیمار به پزشک متخصص یا مراکز درمانی ظرف مدت یک هفته است .

پ - رنگ سبز نشان دهنده امکان ارایه کامل خدمت بدون نیاز به ارجاع است.

ت- رنگ سفید نشان دهنده مواردی است که نیاز به ارجاع ندارند و ارائه دهنده خدمت براساس دستورالعمل اقداماتی را انجام می دهد

فعالیت ها (به صورت پرسشی و پاسخ)

پرسشی رده سنی جوانان جهت دریافت مراقبت ها را تعریف نماید؟

برنامه سلامت جوانان گروه سنی 18 تا 29 سال تمام می باشد.

پرسش هدف کلی و هدف کمی و اهداف اختصاصی را توضیح دهید؟

هدف کلی: ارتقای سلامت همه‌جانبه در ابعاد جسمی- روانی و اجتماعی

هدف کمی:

کاهش عوامل مخاطره آمیز سلامت در نوجوانان به میزان 5٪ نسبت به سال پایه

افزایش پوشش مراقبت گروه های سنی به میزان 5٪ سال پایه

ارتقاء سطح آگاهی حداقل 5٪ جمعیت گروه سنی (جوانان 18 تا 29 سال) در خصوص سبک زندگی سال

اهداف اختصاصی:

مراقبت سلامت جوانان 18 تا 29 سال

پیشگیری از مرگ جوانان 18 تا 29 سال به واسطه حوادث حمل و نقل ترافیکی

اصلاح شیوه زندگی و رفتارهای پرخطر در جوانان

نهادینه سازی سبک زندگی سالم در جوانان

پرسش ارزیابی وضعیت تغذیه ای و نحوه امتیازدهی را توضیح دهید؟

دستورالعمل نحوه امتیاز دهی و تعیین الگوی تغذیه

این پرسشنامه حاوی 7 سوال است. گزینه اول هریک از پرسش ها دارای صفر امتیاز، گزینه دوم آنها دارای یک امتیاز و گزینه سوم آنها دارای دو امتیاز است.

در پرسش 1 این پرسشنامه حاوی که درباره مصرف روزانه میوه است ، اگر فرد پاسخگو عنوان کند که روزانه اصلا میوه مصرف نمی کند یا گاهی بندرت مصرف می کند ، دو امتیاز کسب خواهد نمود. در پرسش 2 که درباره مصرف روزانه سبزی است، اگر فرد پاسخگو عنوان کند که روزانه اصلا سبزی مصرف نمی کند یا گاهی بندرت مصرف می کند ، امتیازی کسب نخواهد کرد. اگر عنوان کند که روزانه کمتر از 3 سهم سبزی مصرف می کند ، یک امتیاز کسب خواهد نمود. و اگر عنوان کند روزانه 3 تا 5 سهم یا بیشتر سبزی مصرف می کند دو امتیاز کسب خواهد نمود .

تذکر: هر یک سهم میوه معادل یک عدد سیب متوسط یا همین مقدار از هر میوه دیگر است. هر یک سهم سبزی نیز معادل یک عدد سبزی غیر برگه مانند گوجه فرنگی ، بادنجان یا هویج ، و یا یک لیوان سبزی برگه نظیر سبزی خوردن یا کاهو است.

در پرسشی که درباره مصرف روزانه شیر و لبنیات است ، اگر فرد پاسخگو عنوان کند که روزانه اصلا شیر و لبنیات مصرف نمی کند یا گاهی بندرت مصرف می کند، صفر امتیاز کسب خواهد نمود. اگر عنوان کند که روزانه کمتر از دو سهم شیر و

لبنیات مصرف می کند یک امتیاز کسب می نماید و اگر عنوان کند که روزانه 2 سهم یا بیشتر شیر و لبنیات مصرف می کند دو امتیاز کسب خواهد نمود.

در پریشی که درباره مصرف فست فود (انواع ساندویچ های آماده حاوی سوسیس یا کالباس یا سمبوسه یا پیتزا های حاوی سوسیس ، کالباس و پنیر پیتزای فراوان) و نوشابه های گاز دار است، اگر فرد پاسخگو عنوان کند که در هفته دوبار یا بیشتر فست فود یا نوشابه های گاز دار مصرف می کند صفر امتیاز کسب خواهد نمود. اگر عنوان کند که در ماه حدود یک تا دوبار مصرف می کند یک امتیاز کسب خواهد نمود و اگر عنوان کند که هرگز در طول یک ماه از فست فود یا نوشابه های گاز دار استفاده نمی کند و یا در طول سال ممکن است چند نوبت محدود استفاده کند دو امتیاز کسب خواهد نمود.

در پریشی که درباره روغن مصرفی است، اگر فرد پاسخگو عنوان کند که فقط از روغن های نیمه جامد ، جامد یا حیوانی برای طبخ غذا استفاده می کند صفر امتیاز کسب خواهد نمود . اگر عنوان کند که تلفیقی از روغن های گیاهی مایع و روغن های نیمه جامد را برای طبخ غذا مورد استفاده قرار می دهد یک امتیاز کسب خواهد نمود. و اگر عنوان کند که فقط از روغن های گیاهی مایع معمولی و مخصوص سرخ کردنی برای طبخ غذا استفاده می کند دو امتیاز کسب خواهد نمود.

در پریشی که درباره میزان فعالیت بدنی در هفته است، اگر فرد پاسخگو عنوان کند که در هفته هیچ فعالیت بدنی هدفمندی انجام نمی دهد ، صفر امتیاز کسب خواهد نمود . اگر عنوان کند کمتر از 150 دقیقه در هفته فعالیت بدنی می پردازد یک امتیاز کسب خواهد نمود و اگر عنوان کند در هفته مجموعاً 150 (پنج جلسه سی دقیقه ای) به فعالیت بدنی مانند پیاده روی تند شنا یا دوچرخه سواری می پردازد، دو امتیاز کسب خواهد نمود. انجام فعالیت بدنی با مدت زمان مورد نظر طی کمتر از 3 جلسه مطلوب نموده و امتیاز خواهد گرفت.

پوشی وزن را اندازه گیری و نمایه توده بدنی (BMI) را محاسبه ، طبقه بندی و توضیح دهید؟

BMI کمتر از 18.5 (لاغر)

شرح اقدامات مراقب / بهورز: آموزش الگوی تغذیه سالم بر حسب امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه (در صورت مراجعه به پایگاه بصورت حضوری و در صورت تماس تلفنی، بصورت غیر حضوری -ارجاع به پزشک جهت انجام بررسی ها و اقدامات پزشکی - ارجاع به کارشناس تغذیه و پی گیری جهت تماس تلفنی گیرنده خدمت با کارشناس تغذیه - یکماه بعد پیگیری - ادامه مراقبت ها مطابق بسته خدمت

BMI 18.5-24.9 طبیعی شاخص ارزیابی (امتیاز الگوی تغذیه 14)

شرح اقدامات مراقب / بهورز: تشویق برای ادامه الگوی تغذیه مناسب (در صورت مراجعه به پایگاه بصورت حضوری و در صورت تماس تلفنی، بصورت غیر حضوری) - ادامه مراقبت مطابق بسته خدمت (در صورت مراجعه به پایگاه بصورت حضوری و در صورت تماس تلفنی، بصورت غیر حضوری) -

7-13 امتیاز الگوی تغذیه: شرح اقدامات مراقب / بهورز: آموزش الگوی تغذیه سالم بر حسب امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه (در صورت مراجعه به پایگاه بصورت حضوری و در صورت تماس تلفنی، بصورت غیر حضوری) . پی گیری برای تماس تلفنی سه ماه بعد جهت کنترل مجدد الگوی تغذیه

0-6 امتیاز الگوی تغذیه: آموزش الگوی تغذیه سالم بر حسب امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه (در صورت مراجعه به پایگاه بصورت حضوری و در صورت تماس تلفنی، بصورت غیر حضوری). پی گیری برای تماس تلفنی سه ماه بعد جهت کنترل مجدد الگوی تغذیه

BMI (25-29.9) اضافه وزن

(شرح اقدامات مراقب / بهورز: آموزش الگوی تغذیه سالم بر حسب امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه (در صورت مراجعه به پایگاه بصورت حضوری و در صورت تماس تلفنی، بصورت غیر حضوری) - آموزش در خصوص تحرک و فعالیت بدنی - آموزش در خصوص تاثیر اضافه وزن و چاقی بر افزایش احتمال ناباروری در زنان و مردان متاهل

3 ماه بعد برای تماس با کارشناس تغذیه پی گیری - ارجاع به کارشناس تغذیه جهت دریافت آموزش های لازم و رژیم غذایی از طریق تماس تلفنی

BMI 30 و بالاتر چاق

شرح اقدامات مراقب / بهورز: آموزش الگوی تغذیه سالم بر حسب امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه در صورت مراجعه به پایگاه بصورت حضوری و در صورت تماس تلفنی، بصورت غیر حضوری) - آموزش در خصوص تحرک و فعالیت بدنی - آموزش در خصوص تاثیر اضافه وزن و چاقی بر افزایش احتمال ناباروری - تاکید جهت دریافت توصیه های تغذیه ای تخصصی از کارشناس تغذیه مرکز بصورت تلفنی و پیگیری آن - ارجاع غیر فوری به پزشک جهت انجام بررسی ها و اقدامات پزشکی - ارجاع به کارشناس تغذیه و پی گیری جهت تماس تلفنی - یک ماه بعد پیگیری برای تماس با کارشناس تغذیه

پرسی ارزیابی وضعیت قلبی عروقی از نظر ارزیابی و مراقبت بیماری فشارخون بالا توضیح دهد

وجود علائم و نشانه های بیماری های زمینه ای فشارخون ثانویه: -سردرد، تعریق، طپش قلب حمله ها و ضعف و کرامپ عضلانی به طور ناگهانی، گیجی منگی، گر گرفتگی و برافروختگی -وجود عوارض فشارخون بالا شامل علائمی مثل سردرد، تاری و اختلال دید، درد قفسه سینه، سرگیجه و تنگی نفس به هنگام فعالیت -وجود عوارض دارویی مثل سرگیجه، خواب آلودگی، تنگی نفس شدید، طپش قلب، تهوع، استفراغ و حساسیت (طبقه بندی دارای علائم و نشانه ها) و ارجاع فوری به پزشک

-سابقه ابتلاء به بیماری فشارخون بالا در طبقه بندی بیمار مبتلا به فشارخون بالا

اقدام شامل ارجاع غیرفوری به پزشک برای بررسی وضعیت بیماری و تعیین بیماری فشارخون اولیه یا ثانویه

میزان فشارخون بر حسب میلی متر جیوه سیستولیک کمتر از 120 و دیاستولیک کمتر از 80 میلی متر جیوه (فشارخون طبیعی) آموزش اصلاح شیوه زندگی و حفظ شیوه زندگی سالم [رژیم غذایی مناسب، کنترل وزن (در صورت چاق بودن یا داشتن اضافه وزن)، توصیه به محدودیت مصرف نمک و انجام فعالیت بدنی و]

- فشارخون سیستولیک 120-139، دیاستولیک 80-89

طبقه بندی: پیش فشارخون بالا،

آموزش اصلاح شیوه زندگی و حفظ شیوه زندگی سالم (رژیم غذایی مناسب، کنترل وزن (در صورت چاق بودن یا داشتن اضافه وزن)، توصیه به محدودیت مصرف نمک و انجام فعالیت بدنی و).

- میانگین فشارخون سیستولیک مابین 130-159 و دیاستولیک 90-99 میلی متر جیوه باشد

طبقه بندی فشارخون بالای مرحله یک

اقدام: ارجاع غیر فوری به پزشک

میانگین فشارخون سیستولیک 160 میلی متر جیوه و دیاستولیک بیشتر از 100 باشد

طبقه بندی فشارخون بالای مرحله دو

اقدام: -ارجاع فوری به پزشک طی 1 یا 2 روز آینده

میانگین فشارخون سیستولیک 180 و دیاستولیک 110 میلی متر جیوه و بالاتر

فشارخون بالای مرحله دو

اقدام: ارجاع فوری به پزشک-شرایط اورژانسی

پرسی ارزیابی عوامل خطر ژنتیک 18 تا 29 سال را توضیح دهید؟

-در فرد یا خویشاوندان وی (تا درجه 3) فرد مبتلا به یکی از بیماری های ارثی اکنون وجود دارد؟

فردی که از کودکی دارای مشکل انعقاد خون باشد. مثل هموفیلی

فردی که از کودکی نیازمند تزریق خون مکرر باشد. مثل تالاسمی

فردی که از زمان کودکی دارای ناتوانی ذهنی و یا ناتوانی حرکتی و یا ناهنجاری باشد. فردی که از زمان کودکی مبتلا به اختلال بینایی یا اختلال شنوایی باشد.

کودکی که می بایست رژیم غذایی خاصی داشته باشد

نتیجه ارزیابی: فرد یا خویشاوندان وی (تا) فرد مبتلا به یکی از 3درجه بیماری های ارثی وجود داشته یا هم اکنون وجود دارد.

طبقه بندی: احتمال وجود عامل خطر ژنتیک

- آیا یک اختلال در خویشاوندان (تا درجه 3) فرد تکرار شده است؟ در خویشاوندان تا درجه 3، حداقل دو نفر که از زمان کودکی مبتلا به یک بیماری مشابه هستند وجود داشته باشد یا هم اکنون وجود دارد

نتیجه ارزیابی: اختلال تکرار شونده در خویشاوندان وجود دارد.

طبقه بندی: احتمال وجود عامل خطر ژنتیک

- آیا فرد یا خویشاوندان درجه 1 وی سابقه سکت قلبی یا مرگ ناگهانی زیر 65 سالگی وجود دارد؟ در صورت پاسخ بله طبقه بندی احتمال وجود عامل خطر ژنتیک

- آیا در فرد و یا خویشاوندان (تا درجه 2) وی سرطان زودرس یا تکرار سرطان وجود داشته یا هم اکنون وجود دارد. طبقه بندی احتمال وجود عامل خطر ژنتیک

پرسی مراقبت از نظر وضعیت واکسیناسیون جوانان را توضیح دهد؟

در صورت انجام واکسیناسیون توام دبیرستان واکسیناسیون کامل است

پرسی ارزیابی هپاتیت را توضیح دهد؟

وجود زردی در چشم یا پوست، پررنگ شدن ادرار و کم رنگ شدن مدفوع، تهوع و استفراغ، درد شکم احتمال ابتلا به هپاتیت B و C

وجود حتی یکی از علائم در شرح حال زیر:

حال عمومی بد (تب، زردی شدید، تهوع، استفراغ و اسهال و درد شکمی) سابقه مصرف دارو، سابقه مصرف الکل، سابقه اعتیاد بخصوص اعتیاد تزریقی

اقدام: ارجاع فوری به پزشک

وجود حتی یکی از علائمی زیر: اختلال سطح هوشیاری- اختلال رفتار- خونریزی حد- استفراغ شدید- حاملگی

اقدام: اعزام فوری به بیمارستان

پرسی مراقبت از نظر سل ریوی را توضیح دهد؟

از جوان یا همراه وی عوامل خطر و نشانه زیر را سؤال کنید • سرفه طول کشیده (بیش از دو هفته) عامل خطر: سابقه تماس با فرد مبتلا به سل

دارای نشانه یا - بدون نشانه (سرفه مساوی یا کم تر از 2 هفته) به همراه عامل خطر

اولین نمونه خلط را بگیرید - به جوان و همراه وی تغذیه مناسب، تهویه و کنترل راه های انتقال بیماری و گرفتن نمونه های خلط آموزش دهید. تهیه 3 نمونه از خلط - جوان را به پزشک ارجاع غیر فوری دهید.

- بدون نشانه و فاقد سرفه - با عامل خطر

طبقه بندی: در معرض خطر ابتلا به سل

اقدام: به جوان و همراه وی تغذیه مناسب، تهویه و کنترل راه های انتقال بیماری را آموزش دهید - جوان را یک ماه دیگر پیگیری کنید

پرسش غربال مثبت ارزیابی سلامت روان را توضیح دهد؟

تکمیل پرسشنامه 6 سوالی (بر اساس جدول ارزیابی سلامت روان راهنمای بالینی و برنامه اجرایی) و کسب امتیاز بیشتر و مساوی 10 امتیاز و ارجاع غیر فوری به پزشک مرکز

پرسش احتمال اورژانس روانپزشکی را توضیح دهد؟

پاسخ مثبت به سوال آیا اخیراً به خودکشی فکر کرده اید

پرسش غربال منفی سلامت روان را توضیح دهد؟

امتیاز پایین تر از 10 بر اساس پرسشنامه و پاسخ منفی به سوال 3 (آیا شما هیچ مشکل اعصاب و روان دارید که نیازمند مشاوره و درمان باشد) و سوال 4 (سابقه بیماری را چک کنید ج-آیا تا به حال تشخیص مشکل اعصاب و روان داشته اید؟-آیا در حال حاضر دارو مصرف میکنید ه-آیا تمایل دارید پزشک تیم سلامت درمان را پیگیری کند؟

پرسش تشخیص قبلی بیماری صرع را توضیح دهد؟

پاسخ مثبت به سوال آیا فرد در گذشته تشخیص بیماری صرع را داشته است

پرسش غربال مثبت صرع را توضیح دهید؟

پاسخ مثبت به سوال 6 و 7 (آیا هر چند وقت یک بار در بیداری یا در خواب به مدت چند دقیقه دچار حمله تشنج یا غش میشود بیهوش شده و دست و پا میزند زبانش را گاز میگیرد و از دهانش کف (گاز خون آلود) خارج میشود و بعد از بازگشت به حالت عادی از وقایع پیش آمده چیزی را به خاطر نمیآورد؟ از مراجعین یا همراهان سوال شود: آیا گاهی اوقات مات زده شده به گونه ای که چند لحظه ای به جایی خیره میشود لبها یا زبانش را به حالت غیر ارادی حرکت داده یا میلیسد؟

پرسش آسیب اجتماعی (خشونت خانگی (همسر آزاری) را توضیح دهید.

از زنان متأهل سوال شود: 1-شماره کتک زده است

2- به شما توهین کرده است

3- شما را به آسیب تهدید کرده است

4- سر شما فریاد زده است

امتیاز بالاتر از 10 براساس راهنما خشونت خانگی (همسر آزاری) تلقی می شود

پرسش / طلاق / جدایی / فوت را توضیح دهد؟

پاسخ مثبت به سوال آیا در یکسال اخیر تجربه طلاق (یا در معرض طلاق) ، جدایی یا فوت همسر داشته است؟

پرسش خانواده آسیب پذیر را توضیح دهد؟ آیا در خانواده موارد زیر وجود دارد؟

فرد دارای معلولیت جسمی ، روانی - فرد مبتلا به بیماری خاص - فرد مبتلا به اعتیاد - فرد زندانی - فقر

پرسش بتواند مورد مثبت غربالگری اولیه درگیری با مصرف دخانیات الکل و مواد را می داند؟

پاسخ مثبت به سوال درباره مصرف سه ماه گذشته آن موارد پرسیده شود طبق راهنما در صورت مصرف مواد دخانی در سه ماهه اخیر (سن اولین بار مصرف) و (دفعات و مقدار مصرف مواد دخانی در ماه گذشته) سوال گردد

پرسش خطر مواجهه با مواد دخانی و ابتلا به بیماری های ناشی از مواجهه با دود دخانیات را توضیح

دهد؟ سوالات را از والدین یا مراقب دارای فرزند زیر 18 سال پرسید

پاسخ مثبت به سوال:

فقط از مصرف کننده دخانیات در سه ماه اخیر نیستند پرسیده شود: - آیا در ماه گذشته کسی در حضور شما در منزل ، محل کار یا اماکن عمومی دخانیات مصرف کرده است؟

پرسش مشکوک به اختلال شنوایی را توضیح دهد؟

نتیجه تست مثبت است - فرد آزمایش شونده نتوانسته است هر سه آیتم گفته شده (عدد و یا کلمه و یا تلفیق عدد و کلمه) در سطح صدای نجوا بطور صحیح تکرار کند و یا نتوانسته است بیش از 50 درصد موفقیت در تکرار سه مجموعه مختلف سه عددی متوالی را به دست آورد.

* طرح تمرین:

تمرین 1) نحوه محاسبه BMI را توضیح داده و در صورت ارزیابی جوانی با BMI 27 در چه طبقه بندی قرار می

گیرد؟

تمرین 2- جوان 21 ساله با فشارخون سیستولیک 150 و دیاستولیک 95 میلی متر جیوه، در چه طبقه بندی قرار میگیرد و چه اقدامی باید انجام شود؟

تمرین 3- جوانی در دوره دبیرستان واکسن توام دریافت نکرده است نتیجه ارزیابی و اقدام لازم را توضیح دهید؟

تمرین 4- جوانی با شکایت زردی چشم و پر رنگ شدن ادرار و با سابقه زندان در چه طبقه بندی قرار می گیرد؟ و اقدام لازم را توضیح دهید؟

تمرین 5- جوانی با ارزیابی حمله تشنج و بیهوش شدن که از دهانش کف خارج شده و بعد از بازگشت به حالت عادی چیزی به خاطر نمی آورد در چه طبقه بندی قرار میگیرد و چه اقدامی نیاز است؟

تمرین 6- جوانی در خانواده ای که دارای فرد مبتلا به اعتیاد می باشد زندگی میکند طبقه بندی و اقدام را توضیح دهید؟

تمرین 7- جوانی 23 ساله نتوانسته 3 آیتم عدد و کلمه و یا تلفیق عدد و کلمه بطور صحیح تکرار کند طبقه بندی و اقدام را توضیح دهید؟

تمرین 8- جوانی با پاسخ مثبت به سوال آیا اخیرا به خودکشی فکر کرده اید طبقه بندی و اقدام را توضیح دهید؟

تمرین 9- جوانی 25 ساله با فشارخون سیستولیک 170 و دیاستولیک 105 مراجعه کرده طبقه بندی و اقدام را توضیح دهید؟

***حل تمرین:**

جواب تمرین 1-

BMI بدین صورت محاسبه می شود که وزن بر حسب کیلوگرم بر مجذور قد بر حسب متر (قد به توان 2

BMI بین 25 تا کمتر از 30 باشد اضافه وزن دارد.

شرح اقدامات مراقب/بهورز:

آموزش الگوی تغذیه سالم

آموزش در خصوص تحرک و فعالیت بدنی

آموزش در خصوص تاثیر اضافه وزن و چاقی بر افزایش احتمال ناباروری در زنان و مردان متاهل

پیگیری 3 ماه بعد برای تماس با کارشناس تغذیه

ارجاع به کارشناس تغذیه جهت دریافت آموزش های لازم و رژیم غذایی از طریق تماس تلفنی

جواب تمرین 2- طبقه بندی فشارخون بالای مرحله یک قرار می گیرد

اقدام: ارجاع غیر فوری به پزشک جهت تشخیص و تایید بیماری و بررسی بیش تر طی یک هفته بعد -ارجاع به پزشک هر دو هفته یکبار تا کنترل فشارخون -توصیه به اصلاح شیوه زندگی و آموزش شیوه زندگی سالم آرژیم غذایی مناسب، کنترل وزن (در صورت چاق بودن یا داشتن اضافه وزن)، توصیه به محدودیت مصرف نمک وانجام فعالیت بدنی و...

جواب تمرین 3-واکسیناسیون ناقص است

معرفی به جهت دریافت واکسن مرکز خدمات جامع سلامت و پیگیری فعال یکماه بعد جهت اطمینان از تکمیل واکسیناسیون و هر 10 سال یکبار تکرار

جواب سوال 4-طبقه بندی احتمال ابتلا به هیپاتیت های b و c

اقدام:آموزش بیمار و اطرافیان بیماردر زمینه هیپاتیت و بررسی c و b

ارجاع غیر فوری به پزشک

جواب تمرین 5-غربال مثبت صرع و اقدام:ارجاع غیر فوری به پزشک مرکز

جواب تمرین 6-طبقه بندی خانواده آسیب پذیر و اقدام:ارجاع غیر فوری به کارشناس روان

جواب تمرین 7-طبقه بندی مشکوک به اختلال شنوایی است اقدام:ارجاع غیر فوری به پزشک و شنوایی شناس جهت معاینه و بررسی بیشتر

جواب تمرین 8-احتمال اورژانس روانپزشکی و ارجاع فوری به پزشک مرکز

جواب تمرین 9-طبقه بندی:فشارخون بالای مرحله 2

اقدام: ارجاع فوری به پزشک طی 1 یا 2 روز آینده

***منابع مورد استفاده:**

راهنمای بالینی و برنامه اجرایی تیم سلامت برای ارائه خدمات رده سنی 18-29 سال ویژه غیر پزشک

***برای مطالعه بیشتر:**

راهنمای بالینی و برنامه اجرایی تیم سلامت برای ارائه خدمات رده سنی 18-29 سال ویژه غیر پزشک

***کلید واژه:**

نمایه توده بدنی، ایمن سازی، طبقه بندی، فشارخون، اختلال شنوایی، سلامت روان

***گرد آورنده: مژگان انوری کارشناس مسئول مدارس استان**