



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

به نام خدا

محتوی آموزشی برنامه خدمات تغذیه در برنامه تحول سلامت ویژه مراقب سلامت، بهورز، ماما، کارشناس

تغذیه، پزشک - زمستان 1401

***عنوان برنامه:** خدمات تغذیه در برنامه تحول سلامت ویژه مراقب سلامت، بهورز، ماما، کارشناس تغذیه،

پزشک

***گروه هدف:** مراقب سلامت، بهورز، ماما، کارشناس تغذیه

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

- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای نوجوانان دارای اضافه وزن و چاق ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای نوجوانان دارای لاغری و لاغری شدید ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای نوجوانان دارای کوتاه قدی و کوتاه قدی شدید ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای نوجوانان با بیماری دیابت با پره دیابت با دیس لیپیدمی یا فشارخون بالا ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای جوانان و میانسالان لاغر ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای جوانان و میانسالان دارای اضافه وزن و چاق ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای جوانان و میانسالان با بیماری دیابت با پره دیابت با دیس لیپیدمی یا فشارخون بالا ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای سالمندان لاغر ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای سالمندان دارای اضافه وزن ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای سالمندان چاق ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای سالمندان با بیماری دیابت با پره دیابت با دیس لیپیدمی یا فشارخون بالا ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای بارداران لاغر ارجاع شده را بداند.

- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای بارداران دارای اضافه وزن ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای بارداران چاق ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای بارداران با وزنگیری نامطلوب ارجاع شده را بداند.
- کارشناس تغذیه اقدامات لازم برای بارداران با بیماری دیابت با پره دیابت با دیس لیپیدمی یا فشارخون بالا ارجاع شده را بداند.

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

طرح تحول نظام سلامت با هدف بهبود خدمات رسانی به آحاد جامعه در حوزه بهداشت و درمان، از سال 1393 آغاز گشت. در بخش بهداشت این طرح مقرر گردیده که در هر یک از مراکز جامع خدمات سلامت جمعیتی معادل 30 تا 50 هزار نفر را تحت پوشش قرار می دهد، یک نفر کارشناس تغذیه مستقر گردد تا به افراد ارجاع شده از سوی مراقبین سلامت و پزشکان، خدمات مشاوره تغذیه و رژیم درمانی مورد نظر را ارائه دهد. با توجه به روند رو به افزایش شیوع بیماری های غیرواگیر در کشور، تمرکز اصلی خدمات مشاوره تغذیه و رژیم درمانی طرح تحول نظام سلامت در بخش بهداشت علاوه بر مراقبت تغذیه ای و مشاوره برای مادران باردار و کودکان مبتلا به سوءتغذیه ارجاع داده شده، بر روی پیشگیری و کنترل اضافه وزن و چاقی، دیابت ملیتوس نوع 2، هایپر لیپیدمی، بیماری های قلبی-عروقی و پرفشاری خون می باشد در همین راستا، دفتر بهبود تغذیه جامعه به عنوان متولی برنامه ریزی و سیاستگذاری در حوزه سلامت تغذیه ای جامعه، با تدوین بسته های خدمتی و مجموعه های آموزشی جهت دست اندرکاران امور بهداشتی و درمانی، به ویژه کارشناسان تغذیه شاغل در مراکز جامع خدمات سلامت، درصدد اجرای مطلوب برنامه و خدمت رسانی مناسب به مراجعین مراکز بهداشتی و بیماران مبتلا به بیماریهای تعریف شده در زمینه تغذیه و رژیم درمانی می باشد. این مجموعه آموزشی به منظور استفاده و بهره برداری کارشناسان تغذیه شاغل در مراکز جامع خدمات سلامت تهیه شده و حاوی مطالبی در خصوص تغذیه گروه های سنی، ریزمغذی ها، رهنمودهای غذایی ایران، تغذیه جامعه، مراقبتهای تغذیه ای در بیماریهای غیرواگیر شایع است. امید است کارشناسان تغذیه در تعامل با اعضای تیم سلامت گام های موثری در ارتقاء سطح سلامت جامعه بردارند.

***معرفی برنامه:**

در برنامه تحول نظام سلامت، در پایگاه سلامت، بطور متوسط جمعیتی معادل 12500 نفر تحت پوشش قرار می گیرند و مراقبین سلامت در پایگاه خدمات سلامت از جمله خدمات و مراقبت های تغذیه ای را ارائه می دهند. هر 3 تا 4 پایگاه سلامت تحت پوشش یک مرکز خدمات جامع سلامت قرار دارد. در مرکز خدمات جامع سلامت یک پزشک عمومی، یک کارشناس تغذیه و یک کارشناس سلامت روان مستقر هستند که به موارد ارجاعی از سوی مراقبین سلامت خدمات سلامت را ارائه می دهند. کارشناس تغذیه در مرکز خدمات جامع سلامت، بطور متوسط جمعیتی معادل 40 هزار نفر را تحت مراقبت های تغذیه ای قرار داده و همزمان خدمات تغذیه جامعه را نیز به

جمعیت تحت پوشش مراکز ارائه می دهد. مراقبین سلامت و کارشناسان تغذیه باید مطابق با دستورعمل های موجود، آموزشهای لازم جهت ارائه خدمات تغذیه ای را قبل از شروع به کار دریافت نموده و در دوره های بازآموزی های ضمن خدمت نیز شرکت نمایند. این برنامه ها، جهت تبادل اطلاعات و تجربیات، آشنائی با اطلاعات به روز شده، یادگیری از یکدیگر و ارتقاء دانش و مهارت ارائه دهنده خدمت اجرا می شوند و مشارکت فعال در آنها الزامی خواهد بود.

فعالیت ها (به صورت پرسش و پاسخ)

اقدامات کارشناس تغذیه برای نوجوان دارای اضافه وزن و چاق (زد اسکور نمایه توده بدنی به سن بالاتر از 1+) ارجاع شده چیست؟

پاسخ:

✓ آموزش گروهی هدفمند برای کلیه نوجوانان مبتلا به اضافه وزن و چاقی و والدین آنها

در مراجعه اول: تکمیل فرم ارزیابی تخصصی تغذیه

1. بررسی پرونده الکترونیک از نظر شاخص های تن سنجی و ارزیابی تغذیه ای ثبت شده توسط بهورز/مراقب سلامت

2. بررسی نتایج آزمایشات در پرونده

3. بررسی مکمل های مصرفی (ویتامین D، آهن، مکمل های ورزشی برای بدنسازی، چاقی و لاغری و ...) در پرونده

4. اندازه گیری مجدد شاخص های تن سنجی

5. ارزیابی دقیق الگوی غذایی و عادات تغذیه ای

6. انجام مصاحبه انگیزشی و ارزیابی میزان آمادگی فرد برای اصلاح رفتارهای غذایی و کنترل وزن

7. آموزش تغذیه چهره به چهره و مشاوره فردی

8. اعلام تاریخ کلاس آموزش گروهی ویژه گروه سنی

9. تنظیم برنامه و رژیم غذایی بر اساس شرایط فرد

10. تعیین نوبت بعدی مراجعه

11. درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده در سامانه

12. ارجاع فرد به پذیرش جهت ثبت تاریخ مراجعه بعدی

در مراجعه دوم به بعد: تکمیل فرم پیگیری تغذیه (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)

پیگیری فرد توسط مراقب سلامت و کارشناس جهت مراجعه 1 ماه بعد به مرکز

ادامه پیگیری به فاصله 1 ماه تا 6 بار و سپس مراجعه هر 2 ماه یکبار

1. ارزیابی وزن و قد و نمایه توده بدنی

2. بررسی و کنترل عامل خطر (میزان تغییرات وزن و قد و نمایه توده بدنی نسبت به مراجعه قبلی)

3. توضیح به فرد در خصوص مطلوب یا نامطلوب بودن تغییرات

4. بررسی الگوی تغذیه و شیوه زندگی جدید نوجوان

5. بررسی میزان پیروی از توصیه ها و رژیم غذایی تنظیم شده
 6. آموزش و مشاوره تغذیه مجدد در موارد عدم پیروی از توصیه ها
 7. تنظیم و ثبت برنامه غذایی جدید در صورت نیاز بر اساس شرایط جدید بیمار
 8. درج پسخوراند برای پزشک ارجاع دهنده
 9. تعیین تاریخ مراجعه بعدی برای ماه بعد
 10. ارجاع به کارشناس سلامت روان در صورت نیاز
- در صورت عدم دستیابی به نتیجه مطلوب ، ارجاع به سطح 2 از طریق پزشک

اقدامات کارشناس تغذیه برای نوجوان با لاغری شدید و لاغری (زد اسکور نمایه توده بدنی به سن

کمتر از 2-) ارجاع شده چیست؟

پاسخ:

✓ آموزش گروهی هدفمند

در مراجعه اول: تکمیل فرم ارزیابی تخصصی تغذیه

1. بررسی پرونده الکترونیک از نظر شاخص های تن سنجی و ارزیابی تغذیه ای ثبت شده توسط بهورز/مراقب سلامت
2. بررسی نتایج آزمایشات در پرونده
3. بررسی مکمل های مصرفی (ویتامین D، آهن، مکمل های ورزشی برای بدنسازی، چاقی و لاغری و ...) در پرونده
4. اندازه گیری مجدد شاخص های تن سنجی
5. ارزیابی دقیق الگوی غذایی و عادات تغذیه ای
6. انجام مصاحبه انگیزشی و ارزیابی میزان آمادگی فرد برای اصلاح رفتارهای غذایی و کنترل وزن
7. آموزش تغذیه چهره به چهره و مشاوره فردی
8. اعلام تاریخ کلاس آموزش گروهی ویژه گروه سنی
9. تنظیم برنامه و رژیم غذایی بر اساس شرایط فرد
10. تعیین نوبت بعدی مراجعه
11. درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده در سامانه
12. ارجاع فرد به پذیرش جهت ثبت تاریخ مراجعه بعدی

در مراجعه دوم به بعد: تکمیل فرم پیگیری تغذیه (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)

- پیگیری توسط مراقب سلامت جهت مراجعه فرد به مرکز پیگیری پس از 3 ماه حداکثر تا دو نوبت
1. ارزیابی وزن و قد و نمایه توده بدنی
 2. بررسی و کنترل عامل خطر (میزان تغییرات وزن و قد و نمایه توده بدنی نسبت به مراجعه قبلی)
 3. توضیح به فرد در خصوص مطلوب یا نامطلوب بودن تغییرات
 4. بررسی الگوی تغذیه و شیوه زندگی جدید نوجوان
 5. بررسی میزان پیروی از توصیه ها و رژیم غذایی تنظیم شده

6. آموزش و مشاوره تغذیه مجدد در موارد عدم پیروی از توصیه ها
7. تنظیم و ثبت برنامه غذایی جدید در صورت نیاز بر اساس شرایط جدید بیمار
8. درج پسخوراند برای پزشک ارجاع دهنده
9. تعیین تاریخ مراجعه بعدی برای ماه بعد
10. ارجاع به کارشناس سلامت روان در صورت نیاز
11. در صورت عدم دستیابی به نتیجه مطلوب ، ارجاع به سطح 2 از طریق پزشک

اقدامات کارشناس تغذیه برای نوجوان با کوتاه قدی شدید و کوتاه قدی (زد اسکور قد به سن کمتر از 2-) ارجاع شده چیست؟

پاسخ:

✓ آموزش گروهی هدفمند

در مراجعه اول: تکمیل فرم ارزیابی تخصصی تغذیه

1. بررسی پرونده الکترونیک از نظر شاخص های تن سنجی و ارزیابی تغذیه ای ثبت شده توسط بهورز/مراقب سلامت
2. بررسی نتایج آزمایشات در پرونده
3. بررسی مکمل های مصرفی (ویتامین D، آهن و ...) در پرونده
4. اندازه گیری مجدد شاخص های تن سنجی
5. ارزیابی دقیق الگوی غذایی و عادات تغذیه ای
6. انجام مصاحبه انگیزشی و ارزیابی میزان آمادگی فرد برای اصلاح رفتارهای غذایی و کنترل وزن
7. آموزش تغذیه چهره به چهره و مشاوره فردی
8. اعلام تاریخ کلاس آموزش گروهی ویژه گروه سنی
9. تنظیم برنامه و رژیم غذایی بر اساس شرایط فرد
10. تعیین نوبت بعدی مراجعه
11. درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده در سامانه
12. ارجاع فرد به پذیرش جهت ثبت تاریخ مراجعه بعدی

در مراجعه دوم به بعد: تکمیل فرم پیگیری تغذیه (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)

پیگیری فرد توسط مراقب سلامت و کارشناس جهت مراجعه فرد به مرکز پیگیری پس از 3 ماه حداکثر تا دو نوبت

1. ارزیابی وزن و قد و نمایه توده بدنی و پیگیری افزایش قد
2. بررسی و کنترل عامل خطر (میزان تغییرات وزن و قد و نمایه توده بدنی نسبت به مراجعه قبلی)
3. توضیح به فرد در خصوص مطلوب یا نامطلوب بودن تغییرات
4. بررسی الگوی تغذیه و شیوه زندگی جدید نوجوان
5. بررسی میزان پیروی از توصیه ها و رژیم غذایی تنظیم شده
6. آموزش و مشاوره تغذیه مجدد در موارد عدم پیروی از توصیه ها
7. تنظیم و ثبت برنامه غذایی جدید در صورت نیاز بر اساس شرایط جدید بیمار
8. تعیین تاریخ مراجعه بعدی برای ماه بعد
9. درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده

در صورت عدم حصول نتیجه، ارجاع به سطح 2 از طریق پزشک

اقدامات کارشناس تغذیه برای نوجوان با بیماری دیابت با پره دیابت با دیس لیپیدمی یا فشارخون بالا ارجاع شده چیست؟

پاسخ:

✓ آموزش گروهی هدفمند

در مراجعه اول: تکمیل فرم ارزیابی تخصصی تغذیه

1. بررسی پرونده الکترونیک از نظر شاخص های تن سنجی و ارزیابی تغذیه ای ثبت شده توسط بهورز/مراقب سلامت
2. بررسی نتایج آزمایشات در پرونده
3. بررسی مکمل های مصرفی (ویتامین D، آهن، مکمل های ورزشی برای بدنسازی، چاقی و لاغری و ...) در پرونده
4. اندازه گیری مجدد شاخص های تن سنجی
5. ارزیابی دقیق الگوی غذایی و عادات تغذیه ای
6. انجام مصاحبه انگیزشی و ارزیابی میزان آمادگی فرد برای اصلاح رفتارهای غذایی و کنترل عامل خطر
7. آموزش تغذیه چهره به چهره و مشاوره فردی
8. اعلام تاریخ کلاس آموزش گروهی ویژه گروه سنی
9. تنظیم برنامه و رژیم غذایی بر اساس شرایط فرد
10. تعیین نوبت بعدی مراجعه
11. درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده در سامانه
12. ارجاع فرد به پذیرش جهت ثبت تاریخ مراجعه بعدی

در مراجعه دوم به بعد: تکمیل فرم پیگیری تغذیه (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)

تواتر مراجعه:

در بیماران مبتلاء به فشارخون بالا، و هایپرلیپیدمی هر 3 ماه یکبار

افراد مبتلاء به چاقی و چاقی شکمی هر ماه 1 بار مراجعه تا 6 ماه و بعد از آن هر 2 ماه یکبار

در دیابت مراجعه هر ماه یکبار تا 3 ماه و در صورت عدم کنترل، مراجعات ماهانه تا 6 ماه ادامه پیدا کند و بعد از

آن 3 ماه یکبار

پیگیری تا 3 نوبت طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک تا زمان کنترل قند، چربی یا فشارخون

در آئمی مراجعه پس از 3 ماه و سپس هر 3 ماه تا یکسال

1. ارزیابی وزن و قد و نمایه توده بدنی
2. بررسی آزمایشات و کنترل عامل خطر (میزان تغییرات فشار خون، قند خون، چربی خون و هموگلوبین نسبت به مراجعه قبلی)
3. توضیح به فرد در خصوص مطلوب یا نامطلوب بودن تغییرات
4. بررسی الگوی تغذیه و شیوه زندگی جدید فرد
5. بررسی میزان پیروی از توصیه ها و رژیم غذایی تنظیم شده
6. آموزش و مشاوره تغذیه مجدد در موارد عدم پیروی از توصیه ها

7. تنظیم و ثبت برنامه غذایی جدید در صورت نیاز بر اساس شرایط جدید بیمار
 8. درج پسخوراند برای پزشک ارجاع دهنده
 9. تعیین تاریخ مراجعه بعدی برای ماه بعد
 10. ارجاع به کارشناس سلامت روان در صورت نیاز
- در صورت عدم دستیابی به نتیجه مطلوب، ارجاع به سطح 2 از طریق پزشک

اقدامات کارشناس تغذیه برای جوانان و میانسالان لاغر (نمایه توده بدنی کمتر از 18/5) چیست؟

پاسخ:

- ✓ آموزش گروهی هدفمند
- در مراجعه اول: تکمیل فرم ارزیابی تخصصی تغذیه
- ✓ بررسی پرونده الکترونیک از نظر شاخص های تن سنجی و ارزیابی تغذیه ای ثبت شده توسط بهورز/مراقب سلامت
- ✓ بررسی نتایج آزمایشات در پرونده
- ✓ بررسی مکمل های مصرفی (ویتامین D، آهن، مکمل های ورزشی برای بدنسازی، چاقی و لاغری و ...) در پرونده
- ✓ اندازه گیری مجدد شاخص های تن سنجی
- ✓ ارزیابی دقیق الگوی غذایی و عادات تغذیه ای
- ✓ انجام مصاحبه انگیزشی و ارزیابی میزان آمادگی فرد برای اصلاح رفتارهای غذایی و کنترل وزن
- ✓ آموزش تغذیه چهره به چهره و مشاوره فردی
- ✓ اعلام تاریخ کلاس آموزش گروهی ویژه گروه سنی
- ✓ تنظیم برنامه و رژیم غذایی بر اساس شرایط فرد
- ✓ تعیین نوبت بعدی مراجعه
- ✓ درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده در سامانه
- ✓ ارجاع فرد به پذیرش جهت ثبت تاریخ مراجعه بعدی
- در مراجعه دوم به بعد: تکمیل فرم پیگیری تغذیه (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)
- تواتر مراجعه: یک ماه بعد تا 3 نوبت
- ✓ پیگیری فرد توسط مراقب سلامت و کارشناس پس از 3 ماه حداکثر تا دو نوبت جهت مراجعه فرد به مرکز
- ✓ ارزیابی وزن و قد و نمایه توده بدنی و پیگیری افزایش وزن
- ✓ بررسی و کنترل عامل خطر (میزان تغییرات وزن و قد و نمایه توده بدنی نسبت به مراجعه قبلی)
- ✓ توضیح به فرد در خصوص مطلوب یا نامطلوب بودن تغییرات
- ✓ بررسی الگوی تغذیه و شیوه زندگی جدید نوجوان
- ✓ بررسی میزان پیروی از توصیه ها و رژیم غذایی تنظیم شده
- ✓ آموزش و مشاوره تغذیه مجدد در موارد عدم پیروی از توصیه ها
- ✓ تنظیم و ثبت برنامه غذایی جدید در صورت نیاز بر اساس شرایط جدید بیمار
- ✓ تعیین تاریخ مراجعه بعدی برای ماه بعد
- ✓ درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده

- ✓ ارجاع به کارشناس سلامت روان در صورت نیاز
- ✓ در صورت عدم حصول نتیجه، ارجاع به سطح 2 از طریق پزشک

اقدامات کارشناس تغذیه برای جوانان و میانسالان اضافه وزن و چاق (نمایه توده بدنی بالاتر از

25) چیست؟

پاسخ:

- ✓ آموزش گروهی هدفمند

در مراجعه اول: تکمیل فرم ارزیابی تخصصی تغذیه

1. بررسی پرونده الکترونیک از نظر شاخص های تن سنجی و ارزیابی تغذیه ای ثبت شده توسط بهورز/مراقب سلامت
2. بررسی نتایج آزمایشات در پرونده
3. بررسی مکمل های مصرفی (ویتامین D، مکمل های ورزشی برای بدنسازی، چاقی و لاغری و ...) در پرونده
4. اندازه گیری مجدد شاخص های تن سنجی
5. ارزیابی دقیق الگوی غذایی و عادات تغذیه ای
6. انجام مصاحبه انگیزشی و ارزیابی میزان آمادگی فرد برای اصلاح رفتارهای غذایی و کنترل وزن
7. آموزش تغذیه چهره به چهره و مشاوره فردی
8. اعلام تاریخ کلاس آموزش گروهی ویژه گروه سنی
9. تنظیم برنامه و رژیم غذایی بر اساس شرایط فرد
10. تعیین نوبت بعدی مراجعه
11. درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده در سامانه
12. ارجاع فرد به پذیرش جهت ثبت تاریخ مراجعه بعدی

در مراجعه دوم به بعد: تکمیل فرم پیگیری تغذیه (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)

- پیگیری فرد توسط مراقب سلامت و کارشناس جهت مراجعه 1 ماه بعد به مرکز ادامه پیگیری به فاصله 1 ماه تا 6 بار و سپس مراجعه هر 2 ماه یکبار
1. ارزیابی وزن و قد و نمایه توده بدنی
 2. بررسی و کنترل عامل خطر (میزان تغییرات وزن و قد و نمایه توده بدنی نسبت به مراجعه قبلی)
 3. توضیح به فرد در خصوص مطلوب یا نامطلوب بودن تغییرات
 4. بررسی الگوی تغذیه و شیوه زندگی جدید فرد
 5. بررسی میزان پیروی از توصیه ها و رژیم غذایی تنظیم شده
 6. آموزش و مشاوره تغذیه مجدد در موارد عدم پیروی از توصیه ها
 7. تنظیم و ثبت برنامه غذایی جدید در صورت نیاز بر اساس شرایط جدید بیمار
 8. درج پسخوراند برای پزشک ارجاع دهنده
 9. تعیین تاریخ مراجعه بعدی برای ماه بعد
 10. ارجاع به کارشناس سلامت روان در صورت نیاز
 11. پیگیری جهت مراجعه فرد به مرکز در صورت عدم حصول بهبودی و کنترل وزن با رژیم غذایی (حداقل 5 درصد کاهش وزن بعد از 6 ماه)، ارجاع به سطح 2 از طریق پزشک

اقدامات کارشناس تغذیه برای جوانان و میانسالان با بیماری دیابت با پره دیابت با دیس لیپیدمی یا فشارخون بالا ارجاع شده چیست؟

پاسخ:

✓ آموزش گروهی هدفمند

در مراجعه اول: تکمیل فرم ارزیابی تخصصی تغذیه

1. بررسی پرونده الکترونیک از نظر شاخص های تن سنجی و ارزیابی تغذیه ای ثبت شده توسط بهورز/مراقب سلامت
 2. بررسی نتایج آزمایشات در پرونده
 3. بررسی مکمل های مصرفی (مگادوز ویتامین D، مکمل های ورزشی برای بدنسازی، چاقی و لاغری و ...) در پرونده
 4. اندازه گیری مجدد شاخص های تن سنجی
 5. ارزیابی دقیق الگوی غذایی و عادات تغذیه ای
 6. انجام مصاحبه انگیزشی و ارزیابی میزان آمادگی فرد برای اصلاح رفتارهای غذایی و کنترل عامل خطر
 7. آموزش تغذیه چهره به چهره و مشاوره فردی
 8. اعلام تاریخ کلاس آموزش گروهی ویژه گروه سنی
 9. تنظیم برنامه و رژیم غذایی بر اساس شرایط فرد
 10. تعیین نوبت بعدی مراجعه
 11. درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده در سامانه
 12. ارجاع فرد به پذیرش جهت ثبت تاریخ مراجعه بعدی
- در مراجعه دوم به بعد: تکمیل فرم پیگیری تغذیه (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)

تواتر مراجعه:

در بیماران مبتلاء به فشارخون بالا، و هایپرلیپیدمی هر 3 ماه یکبار

افراد مبتلاء به چاقی و چاقی شکمی هر ماه 1 بار مراجعه تا 6 ماه و بعد از آن هر 2 ماه یکبار

در دیابت مراجعه هر ماه یکبار تا 3 ماه و در صورت عدم کنترل، مراجعات ماهانه تا 6 ماه ادامه پیدا کند و بعد از

آن 3 ماه یکبار

پیگیری تا 3 نوبت طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک تا زمان کنترل قند، چربی یا فشارخون

1. ارزیابی وزن و قد و نمایه توده بدنی
2. بررسی آزمایشات و کنترل عامل خطر (میزان تغییرات فشار خون، قند خون و چربی خون نسبت به مراجعه قبلی)
3. توضیح به فرد در خصوص مطلوب یا نامطلوب بودن تغییرات
4. بررسی الگوی تغذیه و شیوه زندگی جدید فرد
5. بررسی میزان پیروی از توصیه ها و رژیم غذایی تنظیم شده
6. آموزش و مشاوره تغذیه مجدد در موارد عدم پیروی از توصیه ها
7. تنظیم و ثبت برنامه غذایی جدید در صورت نیاز بر اساس شرایط جدید بیمار
8. درج پسخوراند برای پزشک ارجاع دهنده
9. تعیین تاریخ مراجعه بعدی برای ماه بعد

10. ارجاع به کارشناس سلامت روان در صورت نیاز

در صورت عدم دستیابی به نتیجه مطلوب، ارجاع به سطح 2 از طریق پزشک

اقدامات کارشناس تغذیه برای سالمندان لاغر (نمایه توده بدنی کمتر 21) ارجاع شده چیست؟

پاسخ:

✓ آموزش گروهی هدفمند

در مراجعه اول: تکمیل فرم ارزیابی تخصصی تغذیه

✓ بررسی پرونده الکترونیک از نظر شاخص های تن سنجی و ارزیابی تغذیه ای ثبت شده توسط بهورز/مراقب سلامت

✓ بررسی نتایج آزمایشات در پرونده

✓ بررسی مکمل های مصرفی (ویتامین D، کلسیم و ...) در پرونده

✓ اندازه گیری مجدد شاخص های تن سنجی

✓ ارزیابی دقیق الگوی غذایی و عادات تغذیه ای

✓ انجام مصاحبه انگیزشی و ارزیابی میزان آمادگی فرد برای اصلاح رفتارهای غذایی و کنترل وزن

✓ آموزش تغذیه چهره به چهره و مشاوره فردی برای اصلاح وزن

✓ اعلام تاریخ کلاس آموزش گروهی ویژه گروه سنی

✓ تنظیم برنامه و رژیم غذایی بر اساس شرایط فرد

✓ تعیین نوبت بعدی مراجعه

✓ درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده در سامانه

✓ ارجاع فرد به پذیرش جهت ثبت تاریخ مراجعه بعدی

در مراجعه دوم به بعد: تکمیل فرم پیگیری تغذیه (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)

پی گیری فرد توسط مراقب سلامت و کارشناس پس از 1 ماه جهت مراجعه فرد به مرکز

ادامه پی گیری به فاصله 1 ماه تا سه نوبت

✓ ارزیابی وزن و قد و نمایه توده بدنی و پیگیری افزایش وزن

✓ بررسی آزمایشات و کنترل عامل خطر (میزان تغییرات وزن و قد و نمایه توده بدنی نسبت به مراجعه قبلی)

✓ توضیح به فرد در خصوص مطلوب یا نامطلوب بودن تغییرات

✓ بررسی الگوی تغذیه و شیوه زندگی جدید

✓ بررسی میزان پیروی از توصیه ها و رژیم غذایی تنظیم شده

✓ آموزش و مشاوره تغذیه مجدد در موارد عدم پیروی از توصیه ها

✓ تنظیم و ثبت برنامه غذایی جدید در صورت نیاز بر اساس شرایط جدید بیمار

✓ تعیین تاریخ مراجعه بعدی برای ماه بعد

✓ ارجاع به کارشناس سلامت روان در صورت نیاز

✓ درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده

در صورت عدم حصول نتیجه، ارجاع به سطح 2 از طریق پزشک

اقدامات کارشناس تغذیه برای سالمندان اضافه وزن (نمایه توده بدنی 27 تا 29/9) ارجاع شده

چیست؟

پاسخ:

✓ آموزش گروهی هدفمند

در مراجعه اول: تکمیل فرم ارزیابی تخصصی تغذیه

1. بررسی پرونده الکترونیک از نظر شاخص های تن سنجی و ارزیابی تغذیه ای ثبت شده توسط بهورز/مراقب سلامت
2. بررسی نتایج آزمایشات در پرونده
3. بررسی مکمل های مصرفی (ویتامین D، کلسیم و ...) در پرونده
4. اندازه گیری مجدد شاخص های تن سنجی
5. ارزیابی دقیق الگوی غذایی و عادات تغذیه ای
6. انجام مصاحبه انگیزشی و ارزیابی میزان آمادگی فرد برای اصلاح رفتارهای غذایی و کنترل وزن
7. آموزش تغذیه چهره به چهره و مشاوره فردی
8. اعلام تاریخ کلاس آموزش گروهی ویژه گروه سنی
9. تنظیم برنامه و رژیم غذایی بر اساس شرایط فرد با تاکید بر دریافت میزان کافی از پروتئین، کلسیم و ویتامین D دریافتی بویژه در سالمندان با اختلالات متابولیک و عملکردی
10. تعیین نوبت مراجعه بعدی
11. درج پسخوراند برای مراقب ارجاع دهنده در سامانه
12. ارجاع فرد به پذیرش جهت ثبت تاریخ مراجعه بعدی

در مراجعه دوم به بعد: تکمیل فرم پیگیری تغذیه (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)

پیگیری فرد توسط مراقب سلامت و کارشناس جهت مراجعه سه ماه بعد برای کنترل وزن و پیروی از توصیه ها ادامه پیگیری به فاصله 3 ماه تا 2 بار

1. ارزیابی وزن و قد و نمایه توده بدنی
2. بررسی کنترل عامل خطر (میزان تغییرات وزن و قد و نمایه توده بدنی نسبت به مراجعه قبلی)
3. توضیح به فرد در خصوص مطلوب یا نامطلوب بودن تغییرات
4. بررسی الگوی تغذیه و شیوه زندگی جدید سالمند
5. بررسی میزان پیروی از توصیه ها و رژیم غذایی تنظیم شده
6. آموزش و مشاوره تغذیه مجدد در موارد عدم پیروی از توصیه ها
7. تنظیم و ثبت برنامه غذایی جدید در صورت نیاز بر اساس شرایط جدید فرد
8. درج پسخوراند برای مراقب سلامت/بهورز ارجاع دهنده
9. تعیین تاریخ مراجعه بعدی

اقدامات کارشناس تغذیه برای سالمندان چاق (نمایه توده بدنی بالاتر از 30) ارجاع شده چیست؟

پاسخ:

✓ آموزش گروهی هدفمند

در مراجعه اول: تکمیل فرم ارزیابی تخصصی تغذیه

13. بررسی پرونده الکترونیک از نظر شاخص های تن سنجی و ارزیابی تغذیه ای ثبت شده توسط بهورز/مراقب سلامت

14. بررسی نتایج آزمایشات در پرونده
 15. بررسی مکمل های مصرفی (ویتامین D، کلسیم و ...) در پرونده
 16. اندازه گیری مجدد شاخص های تن سنجی
 17. ارزیابی دقیق الگوی غذایی و عادات تغذیه ای
 18. انجام مصاحبه انگیزشی و ارزیابی میزان آمادگی فرد برای اصلاح رفتارهای غذایی و کنترل وزن
 19. آموزش تغذیه چهره به چهره و مشاوره فردی
 20. اعلام تاریخ کلاس آموزش گروهی ویژه گروه سنی
 21. تنظیم برنامه و رژیم غذایی بر اساس شرایط فرد
 22. تعیین نوبت بعدی مراجعه
 23. درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده در سامانه
 24. ارجاع فرد به پذیرش جهت ثبت تاریخ مراجعه بعدی
- در مراجعه دوم به بعد: تکمیل فرم پیگیری تغذیه (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)
- پیگیری فرد توسط مراقب سلامت و کارشناس جهت مراجعه 1 ماه بعد به مرکز ادامه پیگیری به فاصله 1 ماه تا 6 بار و سپس مراجعه هر 2 ماه یکبار
10. ارزیابی وزن و قد و نمایه توده بدنی
 11. بررسی کنترل عامل خطر (میزان تغییرات وزن و قد و نمایه توده بدنی نسبت به مراجعه قبلی)
 12. توضیح به فرد در خصوص مطلوب یا نامطلوب بودن تغییرات
 13. بررسی الگوی تغذیه و شیوه زندگی جدید سالمند
 14. بررسی میزان پیروی از توصیه ها و رژیم غذایی تنظیم شده
 15. آموزش و مشاوره تغذیه مجدد در موارد عدم پیروی از توصیه ها
 16. تنظیم و ثبت برنامه غذایی جدید در صورت نیاز بر اساس شرایط جدید بیمار
 17. درج پسخوراند برای پزشک ارجاع دهنده
 18. تعیین تاریخ مراجعه بعدی برای ماه بعد
 19. ارجاع به کارشناس سلامت روان در صورت نیاز
- پیگیری جهت مراجعه فرد به مرکز در صورت عدم حصول بهبودی و کنترل وزن با رژیم غذایی (حداقل 5 درصد کاهش وزن بعد از 6 ماه)، ارجاع به سطح 2 از طریق پزشک

اقدامات کارشناس تغذیه برای سالمندان با بیماری دیابت با پره دیابت با دیس لیپیدمی یا فشارخون بالا ارجاع شده چیست؟

پاسخ:

1. آموزش گروهی هدفمند
- در مراجعه اول: تکمیل فرم ارزیابی تخصصی تغذیه
2. بررسی پرونده الکترونیک از نظر شاخص های تن سنجی و ارزیابی تغذیه ای ثبت شده توسط بهورز/مراقب سلامت
 3. بررسی نتایج آزمایشات در پرونده
 4. بررسی مکمل های مصرفی (ویتامین D، کلسیم و ...) در پرونده
 5. اندازه گیری مجدد شاخص های تن سنجی

6. ارزیابی دقیق الگوی غذایی و عادات تغذیه ای
7. انجام مصاحبه انگیزشی و ارزیابی میزان آمادگی فرد برای اصلاح رفتارهای غذایی و کنترل عامل خطر
8. آموزش تغذیه چهره به چهره و مشاوره فردی
9. اعلام تاریخ کلاس آموزش گروهی ویژه گروه سنی
10. تنظیم برنامه و رژیم غذایی بر اساس شرایط فرد
11. تعیین نوبت بعدی مراجعه
12. درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده در سامانه
13. ارجاع فرد به پذیرش جهت ثبت تاریخ مراجعه بعدی

در مراجعه دوم به بعد: تکمیل فرم پیگیری تغذیه (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)

تواتر مراجعه:

در بیماران مبتلاء به فشارخون بالا، و هایپرلیپیدمی هر 3 ماه یکبار
افراد مبتلاء به چاقی و چاقی شکمی هر ماه 1 بار مراجعه تا 6 ماه و بعد از آن هر 2 ماه یکبار
در دیابت مراجعه هر ماه یکبار تا 3 ماه و در صورت عدم کنترل، مراجعات ماهانه تا 6 ماه ادامه پیدا کند و بعد از

آن 3 ماه یکبار

پیگیری تا 3 نوبت طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک تا زمان کنترل قند، چربی یا فشارخون

1. ارزیابی وزن و قد و نمایه توده بدنی
 2. بررسی آزمایشات و کنترل عامل خطر (میزان تغییرات فشار خون، قند خون و چربی خون نسبت به مراجعه قبلی)
 3. توضیح به فرد در خصوص مطلوب یا نامطلوب بودن تغییرات
 4. بررسی الگوی تغذیه و شیوه زندگی جدید فرد
 5. بررسی میزان پیروی از توصیه ها و رژیم غذایی تنظیم شده
 6. آموزش و مشاوره تغذیه مجدد در موارد عدم پیروی از توصیه ها
 7. تنظیم و ثبت برنامه غذایی جدید در صورت نیاز بر اساس شرایط جدید بیمار
 8. درج پسخوراند برای پزشک ارجاع دهنده
 9. تعیین تاریخ مراجعه بعدی برای ماه بعد
 10. ارجاع به کارشناس سلامت روان در صورت نیاز
- در صورت عدم دستیابی به نتیجه مطلوب، ارجاع به سطح 2 از طریق پزشک

اقدامات کارشناس تغذیه برای بارداران لاغر ارجاع شده چیست؟

پاسخ:

- ✓ آموزش گروهی هدفمند
- در مراجعه اول: تکمیل فرم ارزیابی تخصصی تغذیه
- ✓ بررسی پرونده الکترونیک از نظر شاخص های تن سنجی و ارزیابی تغذیه ای ثبت شده توسط بهورز/ماما
- ✓ بررسی نتایج آزمایشات در پرونده
- ✓ بررسی مکمل های مصرفی (ویتامین D، آهن، اسیدفولیک، مولتی ویتامین مینرال و ...) در پرونده
- ✓ اندازه گیری مجدد شاخص های تن سنجی و کنترل روند وزن گیری

- ✓ ارزیابی دقیق الگوی غذایی و عادات تغذیه ای
 - ✓ انجام مصاحبه انگیزشی و ارزیابی میزان آمادگی فرد برای اصلاح رفتارهای غذایی و کنترل وزن
 - ✓ آموزش تغذیه چهره به چهره و مشاوره فردی برای وزن گیری مناسب
 - ✓ اعلام تاریخ کلاس آموزش گروهی ویژه مادران باردار
 - ✓ تنظیم برنامه و رژیم غذایی بر اساس شرایط فرد
 - ✓ تعیین نوبت بعدی مراجعه
 - ✓ درج پسخوراند برای ماما یا پزشک ارجاع دهنده در سامانه
 - ✓ ارجاع فرد به پذیرش جهت ثبت تاریخ مراجعه بعدی
- در مراجعه دوم به بعد: تکمیل فرم پیگیری تغذیه (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)**
- ✓ پیگیری فرد توسط ماما و کارشناس جهت مراجعه 1 ماه بعد به مرکز
 - ✓ ادامه پیگیری پس از 1 ماه تا 3 نوبت طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک، تا زمان کنترل وزن
 - ✓ ارزیابی وزن و قد و نمایه توده بدنی و پی گیری وضعیت وزنگیری
 - ✓ بررسی کنترل عامل خطر (میزان تغییرات وزن و قد و نمایه توده بدنی نسبت به مراجعه قبلی)
 - ✓ توضیح به فرد در خصوص مطلوب یا نامطلوب بودن تغییرات
 - ✓ بررسی الگوی تغذیه و شیوه زندگی جدید مادر باردار
 - ✓ بررسی میزان پیروی از توصیه ها و رژیم غذایی تنظیم شده
 - ✓ آموزش و مشاوره تغذیه مجدد در موارد عدم پیروی از توصیه ها
 - ✓ تنظیم و ثبت برنامه غذایی جدید در صورت نیاز بر اساس شرایط جدید بیمار
 - ✓ درج پسخوراند برای ماما یا پزشک ارجاع دهنده
 - ✓ تعیین تاریخ مراجعه بعدی برای ماه بعد
 - ✓ ارجاع به کارشناس سلامت روان در صورت نیاز
 - ✓ پیگیری جهت مراجعه فرد به مرکز
- در صورت عدم حصول بهبودی و کنترل وزن با رژیم غذایی، ارجاع به سطح 2 از طریق

اقدامات کارشناس تغذیه برای بارداران دچار اضافه وزن ارجاع شده چیست؟

پاسخ:

آموزش گروهی هدفمند

در مراجعه اول:

- ✓ کنترل شاخصهای تن سنجی
- ✓ ارائه آموزش و مشاوره تخصصی تغذیه ای و آموزش برای کنترل وزن
- ✓ کنترل نتایج آزمایشگاهی موجود
- ✓ انجام ارزیابی های تخصصی تغذیه ای در فرم مندرج در سامانه
- ✓ تنظیم رژیم غذایی
- ✓ درج پسخوراند برای مراقب سلامت/ ماما یا پزشک ارجاع دهنده در پیگیری (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)
- ✓ پیگیری جهت مراجعه فرد به مرکز

✓ نیاز به ارجاع از سوی پزشک نیست

تواتر مراجعه:

- ✓ پیگیری پس از 2 هفته و سپس همزمان با مراجعه به پزشک مطابق بسته خدمت تا حصول نتیجه
- ✓ کنترل شاخصهای تن سنجی و پیگیری وضعیت وزنگیری
- ✓ ارزیابی میزان پیروی از رژیم غذایی تنظیم شده در صورت لزوم
- ✓ آموزش و مشاوره تغذیه در موارد عدم پیروی از اصول تغذیه سالم
- ✓ درج پسخوراند برای مراقب سلامت، ماما یا پزشک ارجاع دهنده

اقدامات کارشناس تغذیه برای بارداران چاق ارجاع شده چیست؟

پاسخ:

آموزش گروهی هدفمند

در مراجعه اول:

- ✓ کنترل نتایج آزمایشگاهی موجود
- ✓ کنترل شاخصهای تن سنجی
- ✓ ارزیابی آزمایشات سرمی
- ✓ انجام ارزیابی های تخصصی تغذیه ای در فرم مندرج در سامانه
- ✓ ارائه آموزش و مشاوره تخصصی تغذیه ای
- ✓ تنظیم رژیم غذایی
- ✓ درج پسخوراند برای مراقب سلامت، ماما یا پزشک ارجاع دهنده در پیگیری (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)
- ✓ پیگیری جهت مراجعه فرد به مرکز
- ✓ نیاز به ارجاع از سوی پزشک نیست

تواتر مراجعه:

- ✓ پی گیری پس از 2 هفته و سپس همزمان با مراجعات به پزشک مطابق بسته خدمت تا حصول نتیجه
- ✓ کنترل شاخصهای تن سنجی و پی گیری وضعیت وزنگیری
- ✓ ارزیابی میزان پیروی از رژیم غذایی تنظیم شده
- ✓ آموزش و مشاوره تغذیه در موارد عدم پیروی از اصول تغذیه سالم
- ✓ درج پس خوراند برای پزشک
- ✓ پیگیری تا 3 نوبت طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک تا زمان کنترل قند خون و کنترل وزن در صورت عدم حصول بهبودی و کنترل وزن با رژیم غذایی، ارجاع به پزشک مرکز برای بررسی بیشتر

اقدامات کارشناس تغذیه برای بارداران با وزنگیری نامطلوب ارجاع شده چیست؟

پاسخ:

آموزش گروهی هدفمند

در مراجعه اول:

- ✓ کنترل نتایج آزمایشگاهی موجود

- ✓ کنترل شاخصهای تن سنجی
- ✓ انجام ارزیابی های تخصصی تغذیه ای در فرم مندرج در سامانه سیب
- ✓ ارائه آموزش و مشاوره تخصصی تغذیه ای
- ✓ تنظیم رژیم غذایی
- ✓ تاکید برای مراجعه به پزشک (در موارد ارجاع مستقیم از مراقب به کارشناس تغذیه)
- ✓ درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده در پیگیری (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)
- ✓ پیگیری جهت مراجعه فرد به مرکز
- ✓ نیاز به ارجاع از سوی پزشک نیست

تواتر مراجعه:

- ✓ پی گیری پس از 2 هفته در 4 دوره (و در صورتیکه بهبودی و کنترل وزن با رژیم غذایی حاصل نشد ارجاع به سطح تخصصی از طریق پزشک)
- ✓ آموزش و مشاوره و پیگیری رژیم غذایی
- ✓ کنترل شاخص های تن سنجی و پی گیری وضعیت وزنگیری
- ✓ در ج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده
- ✓ ادامه پیگیری همزمان با مراجعه به پزشک مطابق بسته خدمت

اقدامات کارشناس تغذیه برای بارداران مبتلا به پره دیابت، دیابت، فشار خون بالا، پیش فشار

خون بالا، هایپر لیپیدمی ارجاع شده چیست؟

پاسخ:

آموزش گروهی هدفمند

در مراجعه اول:

- ✓ کنترل شاخصهای تن سنجی
- ✓ کنترل نتایج آزمایشگاهی موجود
- ✓ انجام ارزیابی های تخصصی تغذیه ای در فرم مندرج در سامانه پارسا
- ✓ ارائه آموزش و مشاوره تخصصی تغذیه ای
- ✓ تنظیم رژیم غذایی
- ✓ تاکید برای مراجعه به پزشک (در موارد ارجاع مستقیم از مراقب سلامت یا به کارشناس تغذیه)
- ✓ درج پسخوراند برای مراقب سلامت، ماما یا پزشک ارجاع دهنده در پیگیری (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)
- ✓ پیگیری جهت مراجعه فرد به مرکز
- ✓ نیاز به ارجاع از سوی پزشک نیست

تواتر مراجعه:

- ✓ در دیابت و فشار خون بالا کنترل شده طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک
- ✓ در پیش فشار خون بالا و فشار خون بالا کنترل نشده طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک تا زمان کنترل فشار خون

- ✓ در پره دیابت، دیابت کنترل نشده پی گیری 2 هفته بعد، سپس طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک تا زمان کنترل قند خون
- ✓ در هایپر لیپیدمی کنترل نشده پیگیری 2 هفته بعد، سپس طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک، تا زمان کنترل قند خون
- ✓ کنترل شاخصهای تن سنجی و پیگیری وضعیت وزن
- ✓ ارزیابی میزان پیروی از رژیم غذایی تنظیم شده
- ✓ آموزش و مشاوره تغذیه در موارد عدم پیروی از اصول تغذیه سالم
- ✓ در ج پسخوراند برای مراقب سلامت، ماما یا پزشک ارجاع دهنده
- ✓ پیگیری تا 3 نوبت طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک تا زمان کنترل قند خون
- ✓ در صورت عدم حصول بهبودی و کنترل بیماری با رژیم غذایی، ارجاع به پزشک مرکز برای بررسی بیشتر

*** طرح تمرین:**

- 1- پسر 8 ساله به همراه مادرش با ارجاع مراقب سلامت بعلت چاقی به کارشناس تغذیه مراجعه نموده است اقدامات کارشناس تغذیه برای این نوجوان چیست؟ وزن نوجوان: 42 و قد: 130
- 2- خانم باردار در ماه هفتم بارداری بادیابت بارداری کنترل شده، توسط مراقب سلامت به کارشناس تغذیه ارجاع داده شده و مراجعه نموده است کارشناس تغذیه چه اقداماتی را باید انجام دهد؟

*** حل تمرین:**

پاسخ 1: فرد را جهت شرکت در کلاس آموزش گروهی هدفمند تشویق می کند. و تاریخ کلاس آموزش گروهی ویژه گروه سنی را به فرد اعلام می کند.

در مراجعه اول: تکمیل فرم ارزیابی تخصصی تغذیه

ابتدا بررسی پرونده الکترونیک از نظر شاخص های تن سنجی و ارزیابی تغذیه ای ثبت شده توسط بهورز/مراقب سلامت

سپس بررسی نتایج آزمایشات در پرونده و بررسی مکمل های مصرفی (ویتامین D، آهن، مکمل های ورزشی برای بدنسازی، چاقی و لاغری و ...) در پرونده و اندازه گیری مجدد شاخص های تن سنجی ارزیابی دقیق الگوی غذایی و عادات تغذیه ای را انجام می دهد.

انجام مصاحبه انگیزشی و ارزیابی میزان آمادگی فرد برای اصلاح رفتارهای غذایی و کنترل وزن آموزش تغذیه چهره به چهره و مشاوره فردی و تنظیم برنامه و رژیم غذایی بر اساس شرایط فرد و سپس تعیین نوبت بعدی مراجعه

درج پسخوراند برای مراقب یا پزشک ارجاع دهنده در سامانه

پاسخ 2:

فرد را جهت شرکت در کلاس آموزش گروهی هدفمند تشویق می کند. و تاریخ کلاس آموزش گروهی مربوط بارداران را به فرد اعلام می کند.

ابتدا کنترل شاخصهای تن سنجی، کنترل نتایج آزمایشگاهی موجود، انجام ارزیابی های تخصصی تغذیه ای در فرم مندرج در سامانه پارسا، ارائه آموزش و مشاوره تخصصی تغذیه ای و تنظیم رژیم غذایی درج پسخوراند برای مراقب سلامت، ماما یا پزشک ارجاع دهنده در پیگیری (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه) و سپس پیگیری تا 3 نوبت طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک تا زمان کنترل قند خون

***منابع مورد استفاده:**

بسته جامع خدمات تغذیه در برنامه تحول سلامت ویژه مراقب سلامت، بهورز، ماما، کارشناس تغذیه و پزشک

***برای مطالعه بیشتر:**

سایت آموزشی دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به آدرس :

Nut.behdasht.gov.ir

***کلید واژه:**

کارشناس تغذیه، لاغر، اضافه وزن، چاقی، طرح تحول سلامت، مراقب سلامت

گردآورنده: فاطمه چاهوشی