



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

به نام خدا

محتوی آموزشی برنامه بسته جامع خدمات تغذیه در برنامه تحول سلامت ویژه مراقب سلامت، بهورز،

ماما، کارشناس تغذیه، پزشک زمستان 1401

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

تغذیه، پزشک

***گروه هدف:** کارشناس تغذیه

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

- کارشناس تغذیه اهداف ارائه خدمات تغذیه ای در نظام شبکه را بداند.
- کارشناس تغذیه خدمات پیشگیرانه و مراقبت های تغذیه ای در برنامه تحول سلامت را بداند.
- کارشناس تغذیه ابزار و ملزومات ارائه خدمات تغذیه ای در اتاق کارشناس تغذیه را بداند.
- کارشناس تغذیه شرح وظایف کارشناس تغذیه را بداند.
- کارشناس تغذیه شرح برنامه آموزش های گروهی و سایر فعالیت های کارشناسان تغذیه مراکز جامع سلامت را بداند.
- کارشناس تغذیه تواتر نظارت بر عملکرد مراقبین سلامت در پایگاه های سلامت در طول سال را بداند.
- کارشناس تغذیه برنامه نظارت بر مهدهای کودک شهری و روستایی را بداند
- کارشناس تغذیه برنامه آموزش گروهی هدفمند گروه های سنی و فیزیولوژیک را بداند.
- کارشناس تغذیه برنامه آموزش سالانه گروه های جامعه را بداند.
- کارشناس تغذیه شرایط مراجعین نیازمند مشاوره و رژیم غذایی 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 این طرح مقرر گردیده که در هر یک از مراکز خدمات جامع 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. باتوجه به روند رو به افزایش

شیوع بیماری های غیروا گیر 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 های تغذیه 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 منظوری بهره برداری و استفاده کارشناسان تغذیه شاغل در مراکز خدمات جامع سلامت تهیه شده و حاوی مطالبی در خصوص تغذیه گروه های سنی، ریزمغذی ها، رهنمودهای غذایی ایران، تغذیه جامعه، مراقبتهای تغذیه ای در بیماریهای غیروا گیر 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)**

اهداف ارائه خدمات تغذیه ای در نظام شبکه چیست؟

پاسخ:

- 1- افزایش دسترسی جمعیت تحت پوشش به خدمات بهبود تغذیه جامعه، پیشگیری و کنترل انواع سوء تغذیه (چاقی، لاغری، کوتاه قدی، کمبود ریزمغذی ها)
- 2- ارتقاء سواد تغذیه ای جامعه و گروه‌های هدف خاص
- 3- اصلاح الگوی تغذیه مراجعین
- 4- بهبود و ارتقاء شاخص های سلامت تغذیه ای جامعه با گسترش مداخلات جامعه محور
- 5- پیشگیری و کنترل عوامل خطر تغذیه ای بیماری‌های غیروا گیر شایع
- 6- ارائه خدمات مشاوره تغذیه و تنظیم رژیم غذایی توسط کارشناس تغذیه برای به موارد ارجاعی
- 7- مراقبت های تغذیه ای در برنامه تحول سلامت

خدمات پیشگیرانه و مراقبت های تغذیه ای در برنامه تحول سلامت شامل چه مواردی می باشد؟

پاسخ:

- 1- شناسایی مشکلات تغذیه ای شایع در جمعیت تحت پوشش و اولویت بندی آنها
- 2- همکاری در تدوین و اجرای برنامه عملیاتی بهبود تغذیه جامعه در منطقه تحت پوشش
- 3- پایش روند شاخص های تغذیه ای با تاکید بر پیش دیابت، دیابت، پیش فشار خون بالا، فشار خون بالا، هایپر لیپیدمی، اضافه وزن و چاقی و سوء تغذیه مادران باردار و کودکان زیر 5 سال در جمعیت تحت پوشش
- 4- ارزیابی و تفسیر الگوی غذایی مراجعه کنندگان
- 5- اندازه گیری، ارزیابی و تفسیر شاخصهای آنتروپومتریک (تن سنجی) و ارائه مراقبتهای تغذیه ای برای گروه های هدف
- 6- ارزیابی و تفسیر روند وزن گیری مادران باردار همراه آموزش و مشاوره تغذیه برای موارد ارجاعی به کارشناس تغذیه
- 7- آموزش و ارائه توصیه های تغذیه ای به شکل چهره به چهره به مراجعین متناسب با وضعیت تغذیه‌ای آنها
- 8- آموزش گروهی هدفمند برای جمعیت تحت پوشش متناسب با نیازهای آموزشی و مشکلات موجود در منطقه
- 9- مشاوره تخصصی تغذیه و تنظیم رژیم غذایی برای گروه های هدف تعریف شده
- 10- پایش اجرای برنامه مکمل یاری ریزمغذی ها مطابق با دستور عملهای موجود
- 11- همکاری در شناسایی مادران باردار و کودکان زیر 5 سال مبتلا به سوء تغذیه نیازمند و توزیع سبدهای حمایتی تغذیه ای مطابق با دستور عملهای موجود برای افراد واجد شرایط
- 12- همکاری های بین بخشی و درون بخشی با آموزش و بازآموزی کارکنان بهداشتی سایر بخش ها (معلمان، مربیان بهداشت مدارس، مدیران و مربیان بهزیستی، اصناف، طالب حوزه های علمیه، کارشناسان جهاد کشاورزی، کارکنان ادارات و)...
- 13- نظارت و بازدید از نحوه اجرای برنامه های تغذیه جامعه در مدارس و مهدهای کودک، زنان روستایی و عشایری، ادارات و محل های کار

- 14- ارائه خدمات تغذیه ای در شرایط بحران و بلایا در مناطق آسیب دیده
- 15- پایش و ارزشیابی برنامه پیشگیری و کنترل اختلالات ناشی از کمبود ید
- 16- اجرا و پایش برنامه پیشگیری و کنترل اضافه وزن و چاقی کودکان و نوجوانان (ایران - اکو)
- 17- ارائه مراقبتهای تغذیه ای بیماران مبتلا به سل (سبد غذایی، آموزش و مشاوره تغذیه) در دانشگاههای مجری طرح
- 18- در این برنامه کلیه افراد ارجاع داده شده به کارشناس تغذیه پس از ارزیابی تخصصی وضعیت تغذیه ای، مشاوره و آموزش های تخصصی تغذیه ای را مطابق دستور عمل های موجود دریافت می کنند. همچنین آموزش گروهی برای گروه های سنی، فیزیولوژیک، بیماران و کارکنان بین بخشی توسط کارشناس تغذیه مرکز ارائه می شود.

اتاق کارشناس تغذیه، مطابق با استانداردهای فضای فیزیکی برنامه گسترش شبکه می بایست مجهز به چه ابزار و ملزوماتی باشد؟

پاسخ:

- تجهیزات شامل: میز و صندلی کار، صندلی برای مراجعین، ترازوی بزرگسال، ترازوی کودک، قدسنج دیواری، گونیای بزرگسال، قدسنج کودک، متر نواری، وزنه های شاهد نیم و دو کیلویی، کامپیوتر، پرینتر، ماشین حساب، قفسه یا فایل جهت نگهداری متون آموزشی و دستورعمل ها
- مورد دیواری حاوی نمودارها و گراف های آماری شاخصهای 6 ماهه اخیر تغذیه، برنامه آموزشهای گروهی و بازدید ها
- بسته اجرایی تغذیه در برنامه تحول نظام سلامت در حوزه بهداشت ویژه مراقب سلامت، بهورز، کارشناس تغذیه و پزشک
- بسته آموزشی تغذیه در برنامه تحول سلامت ویژه کارشناس تغذیه
- مطالب آموزشی جهت ارائه به گروههای هدف دستورعمل های ابلاغی دفتر بهبود تغذیه جامعه
- ابزارهای کمک آموزشی برای آموزش های فردی و گروهی تا حد امکان از قبیل هرم غذایی (به صورت ماکت یا پوستر)، آلبوم عکس از مقیاس ها و واحد گروه های غذایی، بسته های خالی از محصولات لبنی و روغن جهت آموزش عملی نحوه برچسب خوانی و میزان چربی و نمک محصولات غذایی، بسته های نمک خوراکی تصفیه ید دار

شرح وظایف کارشناس تغذیه مراکز خدمات جامع سلامت چیست؟

پاسخ:

- 1- تدوین برنامه عملیاتی
- 2- شناسایی و اولویت بندی مشکلات تغذیه ای شایع در منطقه و بیماری های غیرواگیر

- 3- آگاهی از شاخص های تغذیه ای منطقه و شیوع بیماریهای غیرواگیر در استان و پایش استان
- 4- کنترل شاخص های آنتروپومتریک و ثبت در پرونده الکترونیک
- 5- ارزیابی تغذیه ای و ثبت در پرونده الکترونیک
- 6- اقدام به آموزش چهره به چهره و ثبت توضیحات در پرونده الکترونیک
- 7- تنظیم و ثبت برنامه غذایی در پرونده الکترونیک: برای مبتلایان به سوء تغذیه، دیابت، پره دیابت، فشار خون بال، هایپر لیپیدمی، چاقی و الغری ارجاع شده از سوی پزشک مطابق دستور عمل، علاوه بر ارائه آموزش فردی و مشاوره تغذیه، رژیم غذایی مربوطه را پس از محاسبه مقدار مورد نیاز از هر یک از گروه های غذایی، تنظیم و ثبت می شود.
- 8- پیگیری مراقبتهای تغذیه ای و ثبت در پرونده الکترونیک
- 9- ارائه آموزشهای گروهی هدفمند: الزم است در ابتدای هر سال، کارشناس تغذیه با هماهنگی کارشناس تغذیه ستاد شهرستان، برنامه آموزش تغذیه مرکز را تدوین، و بر روی بورد اتاق خود نصب نماید.
- 10- تشکیل هسته های آموزشی و نظارت بر آموزش ها: کارشناس تغذیه موظف است فعالیتهای آموزشی در زمینه تغذیه را برای جمعیت تحت پوشش مدیریت کرده و بر اجرای صحیح آن نظارت داشته باشد.
- 11- جلب همکاری های درون و بین بخش در اجرای برنامه های جامعه محور
- 12- همکاری و نظارت بر ارائه خدمات تغذیه ای توسط مراقبین سلامت و بهورزان
- 13- نظارت و پیگیری فرایند اجرایی برنامه های حمایتی مادر و کودک و توزیع سبدهای غذایی در مناطق تحت پوشش برنامه

برنامه آموزش های گروهی و سایر فعالیت های کارشناسان تغذیه مراکز جامع سلامت را شرح

دهید؟

پاسخ:

بطور متوسط دو روز در هفته به آموزش های گروهی و سایر فعالیتهای مرتبط با تغذیه جامعه توسط کارشناس تغذیه مرکز جامع سلامت اختصاص دارد. کارشناس تغذیه موظف به ارائه حداقل 8 جلسه آموزش تغذیه در ماه در داخل و یا خارج مرکز جامع سلامت مجموعاً به شرح زیر می باشد:

- 1- آموزش گروهی هدفمند (ویژه گروههای هدف شامل: مادران باردار و شیرده، مادران دارای کودک زیر 5 سال، نوجوان، جوان، میانسال و سالمند) در مرکز یا پایگاه می باشد
 - تابعه در ارائه خدمات تغذیه ای در بیماران، آموزش فردی متناسب با شرایط بیماری ضروری است
- 2- آموزش جامعه (ویژه سفیران سلامت، فرهنگسراها، پایگاه های بسیج، مساجد، مدارس و مهدهای کودک) در محل مربوطه که شامل آموزش و پرسش و پاسخ می باشد. برای هر یک از گروه های هدف در منطقه تحت پوشش کارشناس تغذیه، یک جلسه آموزشی در سال پیش بینی می شود

تواتر نظارت بر عملکرد مراقبین سلامت در پایگاه های سلامت در طول سال چگونه است؟

پاسخ:

نظارت بر عملکرد مراقبین سلامت با تواتر 2 بازدید در طول سال انجام می شود.

برنامه نظارت بر مهدهای کودک شهری و روستایی چگونه است؟

پاسخ:

همزمان با آموزش مربیان مهدهای کودک، بازدید و نظارت بر اجرای برنامه مهدهای کودک شهری و روستایی، آموزش اولیا و مربیان مهدهای کودک یک بار از هر مهد کودک تحت پوشش در سال نیز صورت می گیرد.

برنامه آموزش گروهی هدفمند گروههای سنی و فیزیولوژیک توسط کارشناس تغذیه مرکز خدمات جامع سلامت چگونه است؟

پاسخ:

کارشناسان تغذیه موظف به ارائه حداقل 4 جلسه آموزش گروهی در ماه به گروههای سنی و فیزیولوژیک می باشند.

مادران دارای کودکان زیر 5 سال و مادران شیرده با دفعات آموزشی حداقل فصلی (متناسب با ورود گروه هدف جدید به مراقبتهای شبکه)

مادران باردار سالم با دفعات آموزشی حداقل 2 بار در سال (متناسب با ورود گروه هدف جدید به مراقبتهای شبکه)

نوجوانان، جوانان، میانسالان، سالمندان سالم با تواتر حداقل یکبار در سال (متناسب با ورود گروه هدف جدید به مراقبتهای شبکه)

بیماران (دیابت، فشار خون بالا، اختلالات چربی خون، چاقی، سوء تغذیه) با تواتر حداقل 1 بار در سال (متناسب با ورود گروه هدف جدید به مراقبتهای شبکه)

برنامه آموزش سالانه گروه های جامعه توسط کارشناس تغذیه مرکز جامع سلامت چگونه می

باشد؟

پاسخ:

حداقل یک روز در هفته به آموزش جامعه توسط کارشناس تغذیه اختصاص دارد. کارشناسان تغذیه موظف به ارائه حداقل 4 جلسه آموزش جامعه در ماه می باشند.

- ✓ اولیا، مدیران و مربیان مدارس /دانش آموزان (جلسات مجزا) ، هر مدرسه حداقل یکبار در طول سال تحصیلی (با آموزش در محل)
- ✓ اولیا، مدیران و مربیان مهدهای کودک، هر مهد کودک حداقل یک بار در سال (با آموزش در محل)
- ✓ فرهنگسراها، پایگاه های بسیج، مساجد، سایر مراکز جمعی، هر یک از گروههای هدف حداقل یک بار در سال (با آموزش در محل)

کدام مراجعین به کارشناس تغذیه، نیازمند مشاوره و رژیم غذایی هستند؟

پاسخ:

1- بیماران در همه گروه های سنی با شرایط زیر:

دیابت، فشار خون بالا، هایپرلیپیدمی، چاقی (نمایه توده بدنی 30 و بالاتر)، سل (پس از ادغام برنامه کشوری)

با یکی از شرایط زیر:

عدم سابقه دریافت مشاوره تغذیه و رژیم غذایی عدم موفقیت در کنترل بیماری علی رغم دریافت مشاوره در مراجعات قبلی (موارد نیازمند پیگیری)

2- کودکان با شرایط زیر: با کم وزنی، کم وزنی شدید، لاغری، لاغری شدید، وزن طبیعی اما روند رشد

نامعلوم یا نزولی یا متوقف شده، اضافه وزن، کوتاه قدی و کوتاه قدی شدید، قد طبیعی اما روند افزایش قد نامعلوم یا متوقف شده یا نزولی

3- نوجوانان: لاغری و اضافه وزن

4- میانسالان: لاغر با هر دور کمر، اضافه وزن با هر دور کمر در صورت پیشروی به سمت چاقی، طبیعی با دور کمر بیشتر از 90

5- سالمندان: لاغر یا اضافه وزن و امتیاز الگوی غذایی 0-7

6- بارداران: لاغر، اضافه وزن، چاق و روند وزنگیری نامطلوب

***طرح تمرین:**

کارشناس تغذیه در یک مرکز جامع سلامت شهری در تیرماه شروع به کار نموده است جدول گانت آموزشی ماه مرداد را چگونه تدوین نماید؟

***حل تمرین:**

پاسخ: با توجه به اینکه کارشناس تغذیه باید 4 جلسه آموزشی را در ماه به گروه های سنی و فیزیولوژیک و 4 جلسه به آموزش جامعه اختصاص دهد. یعنی موظف به برگزاری 8 جلسه آموزشی در ماه می باشد. می تواند برنامه ریزی به شرح ذیل داشته باشد:

گروه های سنی و فیزیولوژیک:

- 1- جلسه آموزشی با مادران باردار
- 2- جلسه آموزشی با مادران دارای کودک
- 3- جلسه آموزشی برای بیماران دیابتی مراقبت شده در مرکز
- 4- جلسه آموزشی برای میانسالان

آموزش جامعه:

- 1- جلسه آموزشی با موضوع..... در مهدکودک
- 2- جلسه آموزشی با موضوع..... در پایگاه بسیج
- 3- جلسه آموزشی با موضوع..... در اداره.....
- 4- جلسه آموزشی با موضوع..... در سرای سالمندان

لازم به ذکر است موضوعات آموزش در جلسات بر اساس اولویت های اعلام شده از ستاد شهرستان منطبق با اهداف و برنامه های برنامه عملیاتی، در ابتدای هر سال تعیین و به مراکز خدمات جامع سلامت ابلاغ می گردد.

***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، وظایف کارشناس تغذیه، مشاوره تغذیه، طرح تحول سلامت، مراقب سلامت

گرد آورنده: فاطمه چاهوشی