



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح دوره (Course Plan)

نام درس: بهداشت سالمندان	کد درس: ۲۳
مقطع تحصیلی: کارشناسی پیوسته	رشته تحصیلی: بهداشت عمومی
گروه آموزشی: آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت	پیش نیاز: ندارد
تعداد و نوع واحد: ۲ واحد تئوری	محل برگزاری: دانشکده بهداشت
روز و ساعت برگزاری:	مدرسین (مسئول درس مشخص شود): دکتر مهرانسادات مهدی زاده
طراحی اولیه ✓ بازنگری	
هدف کلی دوره: آشنایی دانشجویان با اصول بهداشت سالمندی و حفظ و ارتقاء سلامت در دوران سالمندی	
✓ اهداف اختصاصی دوره فراگیران باید بتوانند: ✓ سالمندی را تعریف کند. ✓ عوامل موثر بر تغییرات جمعیتی و رشد جمعیت سالمندی را شرح دهد. ✓ چگونگی ایجاد تغییرات فیزیولوژیک و آناتومیک دوران سالمندی را شرح دهد. ✓ بیماریهای جسمی و روانی و اجتماعی شایع در دوران سالمندی و عوامل موثر بر آن را توضیح دهد. ✓ راههای پیشگیری از بیماریهای دوران سالمندی را شرح دهد. ✓ عوامل موثر بر پیری زودرس را شرح دهد. ✓ بهداشت خواب و اهمیت آن در دوران سالمندی را شرح دهد. ✓ مشکلات مرتبط با سلامت جنسی و روشهای ارتقاء آن در دوران سالمندی را شرح دهد. ✓ عوامل موثر بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان را شرح دهد.	
جدول ترتیب ارائه محتوای آموزشی در طول دوره	
جلسه / مدرس	رئوس مطالب
اول / دکتر مهدی زاده	تعریف و اهمیت توجه به بهداشت سالمندی
دوم / دکتر مهدی زاده	تئوریهای مطرح در خصوص سالمندی
سوم / دکتر مهدی زاده	تغییرات فیزیولوژیک و آناتومیک دوران سالمندی
چهارم / دکتر مهدی زاده	بیماریهای جسمی شایع در دوران سالمندی و عوامل موثر بر آن ۱ (عضلانی اسکلتی حسی عصبی)
پنجم / دکتر مهدی زاده	بیماریهای جسمی شایع در دوران سالمندی و عوامل موثر بر آن ۲ (گوارشی و اداری تناسلی)
ششم / دکتر مهدی زاده	راه های پیشگیری از آسیب و زمین خوردن سالمندان



دانشکده بهداشت

دفتر توسعه آموزش

طرح دوره (Course Plan)

هفتم/ دکتر مهدی زاده	بیماریها و مشکلات روانی شایع در دوران سالمندی و عوامل موثر بر آن
هشتم/ دکتر مهدی زاده	مشکلات اجتماعی شایع در دوران سالمندی و عوامل موثر بر آن
نهم/ دکتر مهدی زاده	عوامل موثر بر پیری زودرس
دهم/ دکتر مهدی زاده	بهداشت خواب و اهمیت آن در دوران سالمندی
یازدهم/ دکتر مهدی زاده	مشکلات مرتبط با سلامت جنسی و روشهای ارتقاء آن در دوران سالمندی
دوازدهم/ دکتر مهدی زاده	تغذیه و کیفیت زندگی سالمندان
سیزدهم/ دکتر مهدی زاده	فعالیت جسمی و کیفیت زندگی و سالمندی پویا
چهاردهم/ دکتر مهدی زاده	اوقات فراغت، بازنشستگی و کیفیت زندگی سالمندان
پانزدهم/ دکتر مهدی زاده	اهمیت خودمراقبتی و اصول و روش های مراقبت از سالمندان
شانزدهم/ دکتر مهدی زاده	آشنایی با برنامه سلامت سالمندان در نظام شبکه بهداشت
هفدهم/ مهدی زاده	آزمون نهایی
روش های آموزشی (نحوه ارائه درس): حضوری با تاکید بر یادگیری فعال و مشارکتی	
وسایل آموزشی: دیتا پروژکتور، کتب و متون علمی معرفی شده و استفاده از محتواهای آنلاین معتبر برای یادگیری مستقل	
وظایف و تکالیف دانشجویان: دانشجویان ضمن حضور منظم در کلاس های درس و کسب اطلاعات لازم در زمینه مباحث مختلف می بایست مشارکت فعال در مباحث نظری و عملی ارایه شده داشته باشد و فعالیت نماید.	
روش های ارزیابی دانشجویان (لطفا سهم هر روش بر حسب درصد نوشته شود):	
۱- مشارکت فعال و حضور منظم در مباحث کلاسی و جلسات درس ۲۰٪	
۲- ارایه کار عملی در کلاس ۳۰٪	
۳- آزمون نهایی ۵۰٪	
۴- روش های ارزیابی در طول دوره: سوال شفاهی، سوالات کوتاه پاسخ، تکالیف عملی	
۵- روش های ارزیابی در انتهای دوره: (آزمون تستی چهارگزینه ای و تشریحی و ارزشیابی تکالیف عملی)	
منابع اصلی درس:	
۱- تاجور مریم بهداشت سالمندان انتشارات نسل فردا آخرین چاپ	
۲- گروه مولفین دانشگاه علوم پزشکی تهران، درسنامه جامع بهداشت عمومی، انتشارات ارجمند آخرین چاپ	
۳- دستورالعمل های وزارت بهداشت درمان آموزش پزشکی	