



گروه آموزشی: MPH

دانشکده: بهداشت

مقطع و رشته‌ی تحصیلی: MPH پودمانی گرایش سلامت سالمندی

نام درس: بهداشت سالمندان	تعداد واحد: ۲	نوع واحد: نظری	پیش نیاز: ندارد	زمان برگزاری
کلاس: یکشنبه و سه شنبه ساعت ۸-۱۲ توجیه: کلاس‌ها، ماهی یک بار تشکیل می‌شود: به صورت:				
۲۰ مهر لغایت ۲۲ مهر				
۱۸ آبان لغایت ۲۰ آبان				
۱۶ آذر لغایت ۱۸ آذر				
۱۴ دی لغایت ۱۶ دی				
مکان برگزاری: دانشکده بهداشت	تعداد دانشجویان: ۳ نفر	مسئول درس: دکتر طاهره دهداری		
مدرس: دکتر طاهره دهداری				

شرح دوره: (لطفاً شرح دهید)

با توجه به افزایش جمعیت سالمندان در ایران، شناخت تغییرات این دوره از زندگی، عوامل موثر بر کیفیت زندگی سالمندان، برنامه‌های اجرا شده در سطح جهان جهت افزایش سلامت سالمندان، برنامه‌ریزی و سیاست‌گذاری‌های مناسب در راستای ارتقاء سلامت این قشر امری ضروری می‌باشد.

هدف کلی:

آشنایی دانشجویان با بهداشت سالمندان، عوامل موثر بر سلامت آنها و برنامه‌های کشوری و بین‌المللی در خصوص ارتقاء سلامت سالمندان

اهداف بینابینی نظری (۲۶ ساعت):

آشنایی دانشجویان با :

- روند سالمندی جمعیت و آمارهای مربوطه
- علل افزایش جمعیت سالمندان و آمارهای مرتبط
- شاخص‌های مربوط به سالمندی جمعیت
- دیدگاه‌های مختلف تقویمی، بیولوژیک، روانی و اجتماعی در مورد سالمندی
- سالمندان بیشتر در معرض خطر
- تقسیم بندی سنی سالمندان
- نظریه‌های مختلف روانشناسان در مورد سالمندی
- تغییرات جسمانی- روانی و اجتماعی سالمندان
- بیماری‌های شایع در سالمندان
- عوامل موثر بر کیفیت زندگی سالمندان
- لزوم توجه به ارتقای سلامت زنان سالمند
- سالمندی پویا Active aging
- خانه سالمندان و سالمند تنها



- نیازهای مراقبتی سالمندان و مثلث سالمندی
- ویژگی‌های اجتماعی-اقتصادی سالمندان
- رویکرد توانبخشی مبتنی بر جامعه
- Global Age-friendly Cities ، Age-friendly built environments
- Aging in place program
- برنامه‌های سازمان جهانی بهداشت و دیگر برنامه‌های مطرح در دنیا برای ارتقای سلامت سالمندان
- سیاست گذاری در زمینه داشتن سالمند سالم
- لزوم افزایش آگاهی و تغییر نگرش جامعه در مورد سالمندان

#### شیوه‌های تدریس:

- سخنرانی به صورت آنلاین  سخنرانی برنامه ریزی شده  پرسش و پاسخ به صورت آنلاین
- بحث گروهی  یادگیری مبتنی بر حل مسئله (PBL)  یادگیری مبتنی بر تیم (TBL)
- سایر موارد (لطفاً نام ببرید): آموزش مجازی ۲ واحد نظری درس. آموزش مجازی در قالب کلاس آنلاین، بارگذاری مطالب به صورت PDF و فایل صوتی سخنرانی استاد ارائه می شود.

سایر موارد (لطفاً نام ببرید) : یک جلسه کنفرانس آنلاین توسط دانشجو برگزار می شود.

#### وظایف و تکالیف دانشجو: (لطفاً شرح دهید)

۱. حضور به موقع در کلاس های آنلاین برگزار شده
۲. شرکت فعال در بحث ها و پرسش و پاسخ های کلاس حضوری و مجازی
۳. انجام و ارائه کنفرانس آنلاین

#### وسایل کمک آموزشی:

- وایت برد  تخته و گچ  پروژکتور اسلاید
- سایر موارد (لطفاً نام ببرید): نرم افزارهای آموزش مجازی و آنلاین

#### نحوه ارزشیابی و درصد نمره: (از نمره کل)

- آزمون میان ترم:  آزمون پایان ترم: ۷۰ درصد نمره
- انجام تکالیف ۲۰ درصد نمره  شرکت فعال در کلاس: ۱۰ درصد نمره
- سایر موارد (لطفاً نام ببرید) -----

#### نوع آزمون

- تشریحی  پاسخ کوتاه  چندگزینه‌ای  جور کردنی  صحیح - غلط



سایر موارد (لطفا نام ببرید): آزمون به صورت آنلاین برگزار می شود.

**منابع پیشنهادی برای مطالعه: (لطفا نام ببرید):**

۱. جعفر روایی، محمدعلی مروتی شریف آباد، حسن رضایی بندری. درسنامه جامع سلامت سالمندی. تهران: نشر آثار سبحان. چاپ اول، ۱۳۹۴.
۲. محمدرضا شیدفر، عبدالرضا شقاقی. بهداشت سالمندان: چگونه از دوران پیری لذت ببریم. تهران: نشر سیاوش
۳. حمید توکلی قوچانی، محمدرضا آرمان. سالمندی پویا. مشهد: انتشارات دانشگاه فردوسی مشهد. چاپ اول، ۱۳۸۲.
۴. حسین حاتمی و همکاران. کتاب جامع بهداشت عمومی. جلد ۱، فصل ۱۱، گفتار ۲۱.
۵. سهیلا خوش بین، آوات غوثی، عالیہ فراهی، محمد اسماعیل مطلق. راهنمای ۴ جلدی بهبود شیوه زندگی سالم در دوره سالمندی. تهران: نشر تندیس، چاپ اول ۱۳۸۶.
۶. فرانک تفرشی، شهناز عباس نیا. مراقبت های بهداشتی از سالمندان. کتابچه راهنما برای کارکنان مراقبت های اولیه بهداشتی. تهران: سازمان بهزیستی کشور، چاپ اول ۱۳۸۷.
7. United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2013). World Population Ageing 2013. ST/ESA/SER.A/348.
8. Age-friendly built environments: Opportunities for local government. Population Projections, Australia, 2002-2101 (ABS Cat No.3222.0).
9. Lena Kanström, Gianna Zamaro, Claes Sjöstedt & Geoff Green. Healthy ageing profiles. Guidance for producing local health profiles of older people. WHO Regional Office for Europe Scherfigsvej 8. DK-2100 Copenhagen Ø, Denmark, WHO, 2008.
10. Global Age-friendly Cities: A Guide. WHO, 2007.
11. Strategy and action plan for healthy ageing in Europe, 2012–2020. WHO, 2012.
12. Active Ageing: A Policy Framework. A contribution of the World Health Organization to the Second United Nations World Assembly on Ageing, Madrid, Spain, April 2002.
۱۳. مریم تاجور، فرشته فرزبان پور. بهداشت سالمندان و مروری بر جنبه های مختلف زندگی آنان. تهران: نشر فردا، چاپ اول، ۱۳۸۲.
14. Ann Bowling. Ageing well: quality of life in old age. McGraw-Hill: Open University Press, first edition, 2005.
15. Mary Robinson et al. Global health & global aging. Jossey-Bass, 2007.



**جدول هفتگی کلیات ارائه درس**

استاد مربوط	عنوان مطالب	جلسه
دکتر طاهره دهداری	روند سالمندی جمعیت و آمارهای مربوطه	۱
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با علل افزایش جمعیت سالمندان و آمارهای مرتبط	۲
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با شاخص‌های مربوط به سالمندی جمعیت	۳
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان دیدگاه‌های مختلف تقویمی، بیولوژیک، روانی و اجتماعی در مورد سالمندی	۴
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با سالمندان بیشتر در معرض خطر و تقسیم بندی سنی سالمندان	۵
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با نظریه‌های مختلف روانشناسان و جامعه‌شناسان در مورد سالمندی	۶
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با تغییرات جسمانی- روانی و اجتماعی سالمندان و نیازهای مراقبتی سالمندان و مثلث سالمندی	۷
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با بیماری‌های شایع در سالمندان (۱)	۸
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با بیماری‌های شایع در سالمندان (۲)	۹
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با عوامل موثر بر کیفیت زندگی سالمندان و خانه سالمندان و سالمند تنها	۱۰
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با لزوم توجه به ارتقای سلامت زنان سالمند	۱۱
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با سالمندی پویا Active aging	۱۲
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با ویژگی‌های اجتماعی- اقتصادی سالمندان	۱۳
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با رویکرد توانبخشی مبتنی بر جامعه و محیط‌های دوستدار سالمند Global Age- ، Age-friendly built environments friendly Cities	۱۴
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با Aging in place program	۱۵
دکتر طاهره دهداری	آشنایی دانشجویان با برنامه‌های سازمان جهانی بهداشت و دیگر برنامه‌های مطرح در دنیا برای ارتقای سلامت سالمندان، سیاست گذاری در زمینه داشتن سالمند سالم و لزوم افزایش آگاهی و تغییر نگرش جامعه در مورد سالمندان	۱۶
دانشجویان	ارائه کنفرانس	۱۷