



ارایه دهنده: دکتر فرشته جوانمردی

متخصص پزشکی خانواده

استادیار گروه پزشکی اجتماعی دانشگاه علوم

پزشکی جندی شاپور اهواز

ارایه ی خدمات سلامت

-بیمارستان و درمانگاه

-مراکز مراقبتهای اولیه



مراکز جامع خدمات سلامت:

(شهری و روستایی)



خانه ی بهداشت



پایگاه سلامت

تفاوتها

- پایگاه سلامت فقط شامل مراقب سلامت می باشد.
- مرکز جامع خدمات سلامت شهری دارای بخشهای مختلف مثل پزشکی و دندانپزشکی و ماما و مراقب سلامت و کارشناس تغذیه و کارشناس روانشناس و داروخانه و بعضا واحد پیشگیری و بهداشت محیط می باشد.
- جمعیت تحت پوشش استاندارد هر پایگاه حدود 12500 نفر می باشد.
- جمعیت تحت پوشش حدود 50000 نفر می باشد.

تفاوتها

- **مرکز جامع خدمات روستایی** شامل پزشک و دندان پزشک و ماما و مراقب سلامت و بعضا کارشناس تغذیه و کارشناس روانشناس و واحد پیشگیری و بهداشت محیط می باشد.
- **خانه ی بهداشت** فقط دارای بهورز که معمولا بومی آن منطقه هستند.
- جمعیت تحت پوشش آن حدود 9000 نفر تعریف شده.
- جمعیت تحت پوشش آن حدود 1000 نفر بصورت استاندارد تعریف شده.

سیب(سامانه یکپارچه بهداشت)

پرونده ی الکترونیک سلامت هست که تمام اطلاعات سلامت افراد،تاریخچه ایمن سازی داروها،پاراکلینیک و خدمات سلامتی که به فرد ارائه شده در آن درج شده است.

ارایه ی خدمت در مراکز مراقبتهای اولیه به صورت
multidisciplinary یا بصورت تیم می باشد.

نقش پزشکی خانواده:

- رهبر تیم سلامت
- برقرار کننده ی ارتباط با جامعه و بین بخشی
- مدیر سلامت منطقه ی تحت پوشش
- تصمیم گیرنده در نظام مراقبت و صیانت کننده از
- استانداردهای بسته های خدمت
- ارایه خدمت

اجزا مراقبت‌های اولیه

-آموزش سلامت

-بهبود تغذیه

-دسترسی به آب آشامیدنی سالم و بهسازی محیط

-بهداشت مادر و کودک و باروری سالم

-ایمن سازی و واکسیناسیون

-مبارزه با بیماری‌های واگیر و غیرواگیر

-درمان مناسب بیماری‌ها و مراقبت‌ها

-دسترسی به داروهای اساسی

-بهداشت دهان و دندان

-سلامت روان

-بهداشت حرفه ای

-مدیریت و کاهش خطر بلایا و پیشگیری از سوانح و حوادث

-

انواع غربالگری:

- 1- چک علایم حیاتی: (فشار خون، تب)
- 2- پرسشنامه (تغذیه، منتال، کودک آزاری، همسر آزاری
ASQ و
- 3- آزمایشات و پاراکلینیک شامل -

tsh, pku, G6pd

گروه سنی کودکان: (زیر 5 سال)

-ایمن سازی

- غربالگریها (سه آزمایش روتین نوزادان شامل بررسی تیروئید TSH، فنیل کتونوری PKU و فاویسم G6PD) (پرسشنامه ASQ.... جهت بررسی تکامل کودکان) (آزمایش CBC.... برای بررسی آنمی فقر آهن در کودک یک ساله) (چک فشارخون برای اولین بار در کودک سه ساله) (نمودار رشد)

-آموزش (مادران)

-تغذیه و مکمل ها (آهن، ویتامین آ-د)

-

گروه نوجوانان، جوانان، میانسالان:

__واکسیناسیون (یادآور، گارداسیل)

- غربالگریهای مثل BMI

یا پرسشنامه‌ی روان (شش سوال و نمره‌ی کمتر از 10 نرمال)
، تغذیه، عادات مثل سیگار و الکل، خشونت‌های خانوادگی و خودکشی و خطر سنجی
بیماریهای قلبی و عروقی، غربالگری سرطان سینه در خانمهای بالای 40 سال (با
ماموگرافی و تفسیر BIRAD اگر 4 و 5 بود در یکسال اخیر مشکوک بوده نیازمند ارجاع است
اگر 2 و 3 بوده پیگیری میشود اگر 1 بود و شرح حال و معاینه نرمال بود سالم است و
اگر صفر بود جهت بررسی مجدد ارجاع به متخصص)، سرطان سرویکس در خانمها، بیماریهای
آمیزشی، سرطان کولون بالای 50 سال با تست FIT، تستهای لیپید پروفایل و قند خون و
فشار خون.... ارزیابی فعالیت بدنی با آزمون par-q غربالگری سل

- آموزش مهارتهای زندگی و سبک زندگی سالم

گروه سنی سالمندان (65 سال و بیشتر)

-واکسیناسیون

-غربالگریها مثل:

*پرسشنامه ی تغذیه MNA و تعیین BMI

*-پرسشنامه روان (نمره 6 و بیشتر ،احتمال افسردگی وجود دارد و نیازمند ارجاع به پزشک میباشد.

نمره کمتر از 6 بیانگر عدم افسردگی می باشد.)

-* غربالگریهای مربوط به خطر سنجی بیماریهای قلبی و عروقی و سکنه ها (میزان خطر 10 ساله ی سکنه ی

قلبی و مغزی کشنده یا غیر کشنده برای ارزیابی این مورد از دیتاهای جنس، سن، ابتلا به دیابت

، سیگار، فشار خون سیستولیک و توتال کلسترول استفاده میشود)

*تست تعادل در حرکت (بیشتر از 12 ثانیه طول بکشد غیر طبیعی است)

*پرسشنامه Activity Daily Living (ADL)

-مکمل های تغذیه ای مثل ویتامین D و کلسیم و مولتی ویتامین ها

-آموزش تغذیه و فعالیت فیزیکی و ترک سیگار (5 سال بعد از ترک خطر قلبی عروقی نصف و بعد از 10 سال

خطر مشابه افراد غیر سیگاری میشود) و قلیان و همچنین آموزشهای مربوط به falling (سقوط در طی یکسال

اخیر اهمیت زیادی دارد) و تغییرات اورتو ستاتیک فشار خون (شامل 30 ثانیه نشستن قبل از برخاستن و

نوشیدن آب شامیدنی خصوصا صبحها قبل از برخاستن از خواب و استفاده از جوراب واریس)

-پیگیری بیماریهای مزمن و داروها

لیست داروهای خانه بهداشت:

مسکنها: استامینوفن، آسپرین، مفنامیک اسید
گوارش: آلومینیم ام جی، او-ار-اس، سولفات روی
پیشگیری از بارداری: ال-دی
درمان اکسیور و اسکاریس: مبندازول، پی پرازین
آنتی هیستامین: دیفن هیدرامین، کلرفنیرامین سالبوتامول
جلدی: کالاندولا، کالامین دی، متیل سالیسیلات و تتراسیکلین
و پرمترین، دایمتیکون، لیندان (گامابنزن)، پماد سوختگیونیتر و فورازون
برفک دهان: نیستاتین

- **محلول جلدی ضد عفونی کننده:** بتادین، سرم نمکی، الکل 70 درجه، صابون
- **چشمی:** سولفاستامید 10 % و تتراسیکلین 1% %

مکملها: ویتامین آ-د، آهن، مولتی ویتامین مینال، اسید فولیک، ویتامین د، کلسیم، ویتامین کا
جهت زایمان: اکسی توسین

آنتی بیوتیکها: پنی سیلین وی، آموکسی یلین، سفتریاکسون، جنتامایسین، امپی سیلین، کواموکسی
کلاو

محلول بینی: کلرورسدیم

