

سند	بسته خدمات ادغام یافته سلامت میانسالان
نگارش	اداره سلامت میانسالان
تاریخ صدور	
نام کامل فایل	سلامت میانسالان
شرح سند	خدمات ادغام یافته سلامت میانسالان
نویسنده/ مترجم	اداره سلامت میانسالان ، دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

#### برنامه سلامت میانسالان:

گروه سنی 30-59 سال حدود نیمی از جمعیت را در بر می گیرد. ارائه خدمات سلامتی به این گروه سنی بدلیل کثرت جمعیت ، مولد بودن و ... اهمیت ویژه ای داشته و توجه به سلامت این گروه از بعد اقتصادی و تولیدی اهمیت ویژه ای دارد و نحوه سلامت این گروه سنی تاثیر گذار بر سلامت گروه سنی کودکان ، نوجوانان و سالمندان می باشد. لذا با اصلاح شیوه زندگی و برنامه ریزی مناسب در این گروه سنی، می توان نقش موثری در جهت بهبود سلامت جامعه گام برداشت .

اداره سلامت میانسالان انتهای سال 84 تاسیس شد.  
رسالت برنامه میانسالان: ارتقا سطح سلامت میانسالان از طریق کنترل عوامل خطر و کاهش بار بیماریهای اولویت دار دوران بزرگسالی.

#### اهداف برنامه سلامت میانسالان:

**هدف نهایی :** کاهش مرگ زودهنگام، افزایش امید به زندگی و ارتقاء سطح سلامت میانسالان است که درچارچوب دستیابی به اهداف واسطه ای زیر دنبال می شود:

کاهش موارد مرگ میانسالان در چارچوب تعهدات بین المللی و ملی برای کاهش مرگ زودهنگام کاهش بار بیماری ها و مشکلات شایع دوران میانسالی (بیماری های قلبی و عروقی، بیماری های سرطانی، ، بیماری های عضلانی اسکلتی، بیماری های تغذیه ای، بیماری های ریوی ، حوادث، بیماری های ادراری تناسلی و اختلالات روانی)  
- کاهش عوامل خطر و کنترل عوامل خطر بیماری ها

توانمند سازی میانسالان در راستای افزایش سواد سلامت و سازماندهی خودمراقبتی آنان

#### ارائه دهندگان خدمت

؛bull& بهورز

؛bull& مراقب

؛bull& مراقب ماما (شهر)مامای تیم سلامت (روستا)

؛bull& پزشک

؛bull& کارشناس تغذیه

؛bull& کارشناس روان

#### فهرست مراقبت های مراقب ماما و مراقب و بهورز (5 خدمت اصلی برنامه)

1. تن سنجی و ارزیابی الگوی تغذیه
2. ارزیابی فعالیت بدنی
3. پیشگیری از سکتته های قلبی و مغزی از طریق خطر سنجی ومراقبت مراقبت ادغام یافته دیابت ، فشارخون بالا و اختلالات چربی های خون
4. غربالگری اولیه در گیری با مصرف دخانیات مواد الکل
5. ارزیابی سلامت روان میانسالان

## فهرست مراقبت های ماما

بررسی تاریخچه باروری و یائسگی زنان میانسال  
ارزیابی علائم و عوارض یائسگی زنان ( زنان 45 تا 59 سال )  
خونریزی غیر طبیعی واژینال  
ارزیابی وضعیت عفونت آمیزشی و ایدز  
ارزیابی اختلال عملکرد جنسی  
تشخیص زود هنگام و غربالگری سرطان پستان  
تشخیص زود هنگام و غربالگری سرطان سرویکس  
درخواست پاپ اسمیر و سونوگرافی یا ماموگرافی با توجه به شرایط افراد با آموزش خود مراقبتی وارجاع به پزشک مرکز  
در صورت نیاز