

الحمد لله رب العالمين

Three bright green apples are arranged on a white surface. One apple is in the foreground, slightly to the right, showing its stem. Two other apples are behind it, one to the left and one to the right. The apples are glossy and have a few small white specks. The background is white, and the bottom of the image has a solid green gradient bar.

سلامت و بیماری

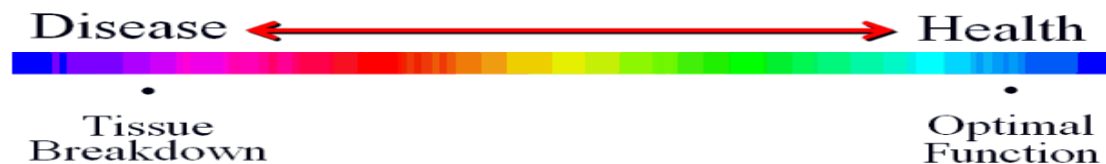
تعریف سلامتی

WHO: حالت کامل رفاه جسمی، ذهنی و اجتماعی و نه صرفاً عدم وجود بیماری یا ناتوانی

پندر، مورداگ و پارسونز ۲۰۰۲:

واقعیت های فطری و یادگیری بالقوه انسان از طریق رفتارهای هدف مدار، مراقبت شایسته از خود و ارتباطات رضایت بخش با دیگران و سازگاری برای مفضا انسجام سافتاری و هماهنگی با محیط.

The absence of disease does not guarantee the presence of health.



مدل های سلامتی و ناخوشی

● شیوه ی نظری درک یک مفهوم یا عقیده

● جهت درک ارتباط بین مفاهیم و نگرش مددجویان نسبت به سلامتی و رفتارهای سلامتی

● شامل عقاید و نگرش های مربوط به سلامتی و ناخوشی

● موثر بر رفتار سلامتی

● رفتارهای بهداشتی مثبت و عمومی: ایمن سازی، الگوی فواید مناسب، ورزش و تغذیه کافی

● رفتارهای بهداشتی منفی: سیگار کشیدن، سوء مصرف الکل یا دارو، فقر غذایی و اجتناب از مصرف داروهای لازم



HEALTH BELIEF MODEL

مدل اعتقاد به سلامتی

ROSEN STOCKE, BECKER, MAIMAN

سال ۱۹۷۴-۷۵

رابطه بین اعتقاد شفاف و رفتار وی

فراهم کردن روشی جهت درک و پیش بینی رفتار مددجویان در ارتباط با سلامتی آنها و نحوه پذیرش مراقبت های درمانی



سه جزء اصلی مدل اعتقاد به سلامتی

- درک فرد و آمادگی پذیرش نافوشی
- درک فرد از جدی بودن نافوشی
- درک فرد از فواید و موانع انجام اقدامات پیشگیری کننده



مدل ارتقای سلامتی

HEALTH PROMOTION MODEL

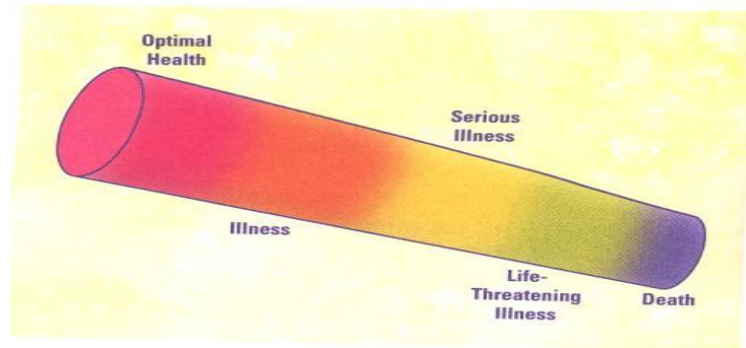
- توسط پندر
- نسخه مکمل برای مدل های مفضا سلامتی
- سلامتی را به عنوان یک وضعیت پویای مثبت تعریف می کند که فقط شامل فقدان بیماری نمی شود.
- جهت افزایش سطح سلامتی مددجو
- اجزای مدل: تجارب و خصوصیات فردی، دانش و عاطفه مربوط به رفتار و پیامدهای رفتاری



HOLISTIC HEALTH MODELS

مدل های سلامتی کل نگر

- مراقبت بهداشتی با یک دیدگاه جامع از سلامتی و با توجه به رفاه روحی و عاطفی و در نظر گرفتن ابعاد دیگر تندرستی جسمی
- تلاش برای ایجاد شرایطی که باعث ارتقای سلامتی در مد اعلاى خود
- استفاده از فرآیند پرستاری
- توجه به تجربیات شفصی مددجو درباره حفظ سلامتی یا کمک به درمان



ادامه...

- ✦ در نظر گرفتن توانایی های طبیعی بدن برای بهبودی
- ✦ استفاده از مدافلات مکمل و جایگزین مانند موسیقی درمانی، یادآوری فاضلات، درمان با آرام سازی (تن آرامی درمانی)، لمس درمانی و تصویرپردازی هدایت شونده که اقتصادی غیرتهاجمی و غیردارویی و مکمل مراقبت پزشکی سنتی هستند.



متغیرهای موثر بر سلامتی

متغیرهای دافلی 🌸

متغیرهای فاربی 🌿



متغیرهای داخلی

❁ مرحله ی تکاملی فرد

❁ زمینه ی هوشی

❁ درک عملکرد

❁ عوامل معنوی

❁ عوامل عاطفی



مرحله تکاملی فرد

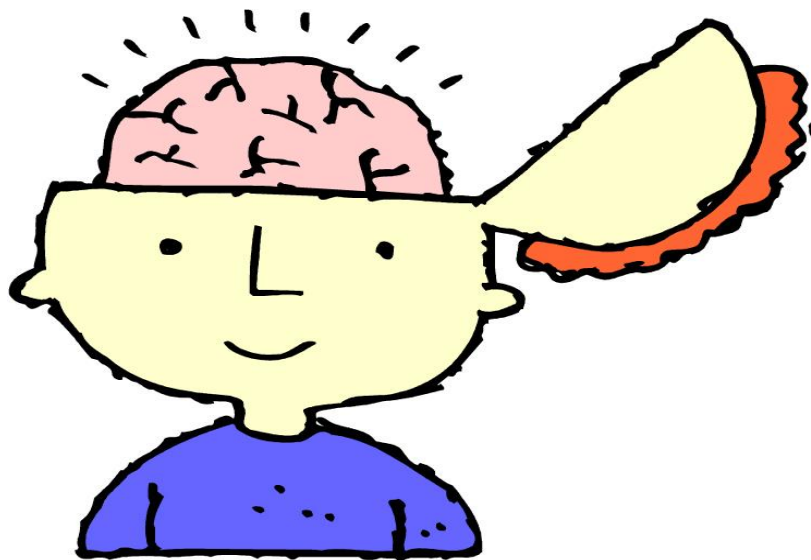
- الگوی فکری و رفتاری فرد در سراسر زندگی تغییر می کند.
- مورد توجه قرار دادن سطح رشد و تکامل بهت برنامه ریزی مراقبتی
- مفهوم بیماری برای کودک، نوجوان و بزرگسال
- آموزش تنظیم خانواده به بزرگسال و نوجوان
- تطبیق شرکت در مراقبت از خود مددجو با انتظارات و توانایی های مددجو



زمینه هوشی

■ توانایی های شناختی، طرز تفکر فرد را شکل می دهند که شامل توانایی درک عوامل موثر بر نافوشی و به کارگیری آن در اعمال مربوط به سلامت و نافوشی است.

■ توانایی های شناختی به سطح تکامل فرد نیز بستگی دارد.



درک عملکرد

- شیوه ی درک افراد از عملکرد جسمی خود، بر باورهای سلامتی و اعمال مربوط به آن تاثیر می گذارد.
- اطلاعات ذهنی: میزان فستگی، تنگی نفس، درد
- اطلاعات عینی: فشارفون، بررسی صدای ریه، اندازه گیری قد



عوامل عاطفی

■ تنش

■ افسردگی

■ ترس

■ روش مقابله با تنش در هر مرحله از زندگی بر نحوه ی واکنش مددجو به نافوشی موثر فواید بود.



عوامل معنوی

- معنویت در نحوه ی زندگی شامل: ارزش ها و اعتقادات، برقراری ارتباط با خانواده و دوستان و توانایی جستجوی امید به زندگی
- استفاده از ابعاد معنوی جهت درگیر کردن موثر آنها در مراقبت مامایی



متغیرهای خارجی

- اقدامات خانواده
- عوامل اقتصادی و اجتماعی
- زمینه‌ی فرهنگی



اقدامات خانواده

- نمونه‌ی استفاده خانواده‌های مددجویان از خدمات بهداشتی، بطور معمول بر اعمال بهداشتی آنها موثر است.
- فامی که معاینه پاپ اسمیر انجام نداده است.



Cartoon : Mohammad Kargar



عوامل اقتصادی و اجتماعی

- متغیرهای روانی اجتماعی شامل: ثبات روابط زناشویی، عادات مربوط به سبک زندگی و محیط کار، جلب موافقت و حمایت شبکه های اجتماعی
- متغیرهای اقتصادی از طریق افزایش فطر بیماری و تاثیر بر مرحله ورود به سیستم مراقبت بهداشتی و پذیرش درمان اعمال اثر می کنند.



زمینه فرهنگی

- زمینه فرهنگی بر اعتقادات، ارزش ها و رسوم و دستیابی به سیستم مراقبت بهداشتی فردی و ارتباط بین مددجو و پرستار موثر است.
- تاثیر بر اعتقادات شفصی درباره ی نافوشی، درمان و ...
- داشتن اطلاعات از الگوهای رفتاری، زبان و..مددجو



بیماری

- هر نوع وضعیت غیر عادی در جسم یا روان که سبب بروز ناراحتی، عملکرد بد و یا نگرانی خود فرد مبتلا یا اطرافیان او می شود.
- بیماری ماد: شدید و طول مدت کوتاه تر، بروز ناگهانی نشانه ها، در مدت کوتاهی فروکش کردن
- بیماری مزمن: بیشتر از ۶ ماه، تحت تاثیر قرار دادن تمام جوانب عملکردی فرد، ناتوانی رومی و جسمی فرد



سطوح مراقبت پیشگیری کننده

پیشگیری اولیه

- با هدف ارتقای سلامتی شامل برنامه های آموزش بهداشت، ایمن سازی و فعالیت های مناسب جسمی و تغذیه ای
- مددجویانی که از نظر عاطفی و جسمی سالم یا در معرض بیماری های فاص

پیشگیری سطح دوم

- افرادی که دچار مشکلات مربوط به سلامتی هستند یا در فطر بروز عوارض یا بدتر شدن وضعیت
- تشخیص و اقدام فوری
- شامل تکنیک های غربالگری و درمان مراحل اولیه بیماری

پیشگیری سطح سوم

- وجود یک نقص یا ناتوانی، دائمی یا غیرقابل برگشت
- تمرکز بر ناتوانی
- رسیدن به سطح بالایی از عملکرد
- جلوگیری از کاهش بیشتر عملکرد



عوامل خطر

- هر موقعیت، عادت، شرایط اجتماعی، فیزیولوژیک یا روانی، تکاملی یا هوشی، روی گفته می شود که باعث افزایش پذیرش نافوشتی یا ماده توسط فرد یا گروهی از افراد می شود.
- افزایش دادن شانس ابتلای مددجو به یک بیماری فاص یا افتلال عملکرد



عوامل خطر شامل:

• عوامل ژنتیکی و فیزیولوژیک

• سن

• جنس

• نژاد

• محیط فیزیکی

• سبک زندگی



با تشکر و سپاس