



دانشگاه علوم پزشکی مشهد
دانشکده پرستاری و مامایی

نام درس: یائسگی و مشاوره قبل و بعد از یائسگی - مبحث سالمندی

میزان واحد: ۰/۵ واحد

نوع درس: نظری

پیشنیاز یا همزمان: ندارد

گروه هدف: دانشجویان ترم ۳ مقطع کارشناسی ارشد مشاوره در مامایی

مسول درس: دکتر فاطمه زهرا کریمی

محل اجرا: دانشکده پرستاری و مامایی مشهد

هدف کلی درس :

بالا بردن سطح دانش فراگیر از تغییرات دوران یائسگی و سالمندی و مشکلات شایع آن، آموزش و مشاوره با زنان برای مقابله با عوارض این دوران.

اهداف اختصاصی درس :

از دانشجو انتظار می رود تا در طول مدت تدریس، دانش و مهارت لازم را به منظور شناسایی و مشکلات شایع دوران یائسگی، آموزش و مشاوره صحیح مددجویان را کسب نمایند.

۱. با اهمیت سالمندی و طب سالمندی آشنا شود.
۲. سالمندی را تعریف کند.
۳. فرآیند سالمندی را شرح دهد.
۴. روند تغییرات جمعیت و ساختمان سنی جمعیت و عوامل مؤثر بر آن را (با تاکید بر جمعیت سالمندی) توضیح دهد.
۵. مشکلات و بیماری های جسمی دوران سالمندی را شناسایی کند.
۶. مشکلات و بیماری های روانی دوران سالمندی را تشخیص دهد.
۷. سبک زندگی سالم در دوران سالمندی را تشریح کند.
۸. سیاست های موجود مرتبط با سالمندان در جهان و در ایران را تحلیل کند.
۹. نحوه مراقبت از سالمندان را طبق "دستورالعمل کشوری مراقبتهای ادغام یافته سالمندان" بیان کند.
۱۰. سالمندی پویا و مولفه های آن را توضیح دهد.
۱۱. نحوه سنجش سلامت سالمندان را بیان کند.
۱۲. نظریه های جسمی مربوط به سالمندی را تشریح کند.
۱۳. نظریه های روانی - اجتماعی مربوط به سالمندی را تشریح کند.
۱۴. نظریه های مربوط به سالمندی را با هم مقایسه کند.
۱۵. انواع پیری را شرح دهد.

۱۶. دیدگاه اسلام نسبت به سالمندی را بیان کند.

طرح اجرایی :
آموزش طی ۵ جلسه در طول ترم در روزهای یکشنبه ساعت ۸-۱۰ در دانشکده پرستاری و مامایی انجام خواهد شد .

وظایف فراگیران:

- ✓ حضور منظم در کلاس و خودداری از غیبت غیر موجه
- ✓ رعایت اخلاق و شئون اسلامی در کلاس
- ✓ رعایت کلیه قوانین دانشکده
- ✓ برقراری ارتباط مناسب با استاد و سایر دانشجویان
- ✓ مشارکت در بحث های کلاسی
- ✓ ارائه تکالیف محوله در زمان مقرر

نحوه ارزشیابی:

- ✓ رعایت شئون اخلاقی و قوانین حرفه ای: ۵٪ نمره
- ✓ ارزشیابی عملکرد دانشجو در طول کلاس و در امتحان پایان ترم: ۸۵٪ نمره
- ✓ مشارکت فعال در کلاس و ارائه تکالیف محوله: ۱۰٪ نمره

جدول زمانی برنامه کلاسی

روز	عناوین	مدرس
اول	مقدمه و اهمیت سالمندی- طب سالمندی- تعاریف و آمارهای مرتبط با سالمندی	استاد
دوم	تغییرات و بیماری های شایع جسمی- روانی سالمندی	استاد
سوم	سیاست های موجود مرتبط با سالمندان- مراقبت های ادغام یافته سلامت سالمندان	استاد
چهارم	تئوری های سالمندی- انواع پیری	استاد
پنجم	سبک زندگی سالم- سالمندی پویا و مولفه های آن	استاد، دانشجویان

منابع:

- ۱- فاطمه بهرام نژاد، ندا ثنائی، مرضیه بیک وردی، درسنامه جامع پرستاری سالمندی، انتشارات حیدری، آخرین ویرایش
- ۲- احمد علی اسدی نوقابی، پرستاری سالمندی، نشر جامعه نگر، آخرین ویرایش
- ۳- علی صدرالهی، زهرا خلیلی، روانشناسی سالمندی، نشر جامعه نگر، آخرین ویرایش
- ۴- علی صدرالهی. جامعه شناسی و مبانی بهداشت سالمندی، ، نشر جامعه نگر، آخرین ویرایش
- ۵- مراقبتهای ادغام یافته سلامت سالمندان، ویژه بهروز و مراقب سلامت- وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
- ۶- معاونت بهداشت، دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس، اداره سلامت سالمندان، ۱۳۹۸
- ۷- آوات غوثی، سیدمؤید علویان، سهیلا خوشبین، محمداسماعیل مطلق، عالیه فراهانی. راهنمای بهبود شیوه زندگی سالم در دوران سالمندی: تغذیه و تمرینات بدنی. جلد ۱. نشر تندیس. آخرین ویرایش

- ۸- آوات غوثی، سیدموید علویان، سهیلا خوشبین، محمداسماعیل مطلق، عالیہ فراہانی. راہنمای بہبود شیوہ زندگی سالم در دوران سالمندی. استخوان‌ها و مفاصل، حوادث و توصیه‌ها. جلد ۲. نشر تندیس. آخرین ویرایش
- ۹- آوات غوثی، سیدموید علویان، سهیلا خوشبین، محمداسماعیل مطلق، عالیہ فراہانی. راہنمای بہبود شیوہ زندگی سالم در دوران سالمندی. چند توصیه بہداشتی. جلد ۳. نشر تندیس. آخرین ویرایش
- ۱۰- آوات غوثی، سیدموید علویان، سهیلا خوشبین، محمداسماعیل مطلق، عالیہ فراہانی. راہنمای بہبود شیوہ زندگی سالم در دوران سالمندی. زندگی فعال. جلد ۴. نشر تندیس. آخرین ویرایش
- ۱۱- سایت سازمان جہان بہداشت <https://www.who.int/>
- ۱۲- Miller CA. Nursing for Wellness in Older Adults. LWW; Eighth, North American edition. ۲۰۱۸.