



معاونت آموزشی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان

طرح دوره (Course Plan)

مشخصات کلی

نام دانشکده: بهداشت	گروه آموزشی: بهداشت عمومی
نام درس: بهداشت سالمندان	رشته تحصیلی: کارشناسی بهداشت عمومی

مشخصات درس

نام درس: بهداشت سالمندان	پیش نیاز: -
تعداد واحد: ۲ واحد نظری	
زمان برگزاری: نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴	
نام مدرس مسئول درس: دکتر ناهید شهابی	نام مدرس یا مدرسین: دکتر ناهید شهابی
شماره تماس و آدرس پست الکترونیکی: ۰۹۱۷۱۶۰۰۲۸۱ nahid.shahabi@hums.ac.ir	

اهداف درس

هدف کلی: آشنایی دانشجویان با اصول بهداشت در دوران سالموردگی و تامین سلامتی سالمندان و درک عواملی که موجب افزایش طول عمر و در نتیجه افزایش جمعیت سالمخوردده می گردد.



اهداف اختصاصی 1:

از فراگیر انتظار می رود در پایان دوره آموزشی بتواند:

سالمندی را تعریف کند.

جمعیت شناسی و تغییرات هرم سنی در ایران و جهان را توضیح دهد.

عوامل موثر بر تغییرات جمعیت سالمندان در جامعه را توضیح دهد.

تغییرات فیزیولوژیک و آناتومیک سالمندان را توضیح دهد.

اپیدمیولوژی بیماریهای شایع جسمانی و روانی در سالمندان را توضیح دهد.

مراقبت از سالمندان را توضیح دهد.

پیری رو درس - عوامل مهم در طولانی کردن عمر را توضیح دهد.

پیشگیری از بیماریهای دوران سالمندی از دوران کودکی و جوانی را توضیح دهد .

عوامل موثر بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان شامل: تغذیه - فعالیتهای فیزیکی و اجتماعی - اوقات فراغت

وظایف / تکالیف دانشجویان

- رعایت نظم و مقررات کلاس بویژه حضور بموقع، عدم خوردن و آشامیدن و استفاده از گوشی تلفن همراه

- شرکت فعال در بحث های گروهی

- ارائه کنفرانس های علمی

- انجام تکالیف

- مطالعه منابع و محتوای ارائه شده

- شرکت در آزمون پایان دوره

ارزشیابی دانشجو

¹ منظور از اهداف اختصاصی ، همان اهداف اصلی می باشد که به اجزای کوچکتر تقسیم شده است .



مبنای ارزشیابی	درصد از نمره کل
نتیجهٔ آزمون پایان دوره	۸۰
حضور و مشارکت فعال در کلاس، کیفیت ارائه کنفرانس های علمی و انجام تکالیف	۲۰

منابع پیشنهادی برای مطالعه

کتاب جامع بهداشت عمومی تألیف اساتید دانشگاههای علوم پزشکی کشور جلد سوم فصل یازدهم، آخرین انتشار

دستورالعمل سالمندان وزارت بهداشت



دانشگاه علوم پزشکی
خدمات بهداشتی و درمانی مرمرین

شماره جلسه	عنوان مطلب	روش تدریس	نام مدرس
۱	تعریف سالمندی	سخنرانی - بحث گروهی	دکتر ناهید شهابی
۲	جمعیت شناسی و تغییرات هرم سنی در ایران و جهان	سخنرانی - بحث گروهی	دکتر ناهید شهابی
۳	عوامل موثر بر تغییرات جمعیت سالمندان در جامعه	سخنرانی - بحث گروهی	دکتر ناهید شهابی
۴	تغییرات فیزیولوژیک و آناتومیک سالمندان	سخنرانی - بحث گروهی - کنفرانس	دکتر ناهید شهابی
۵	اپیدمیولوژی بیماریهای شایع جسمانی در سالمندان	سخنرانی - بحث گروهی	دکتر ناهید شهابی
۶	اپیدمیولوژی بیماریهای شایع روانی در سالمندان	سخنرانی - بحث گروهی	دکتر ناهید شهابی
۷	مراقبت از سالمندان	سخنرانی - بحث گروهی	دکتر ناهید شهابی
۸	پیری زودرس	سخنرانی - بحث گروهی - کنفرانس	دکتر ناهید شهابی
۹	عوامل مهم در طولانی کردن عمر	سخنرانی - بحث گروهی	دکتر ناهید شهابی
۱۰	پیشگیری از بیماریهای دوران سالمندی از دوران کودکی و جوانی	سخنرانی - بحث گروهی	دکتر ناهید شهابی
۱۱	تاثیر تغذیه بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان	سخنرانی - بحث گروهی	دکتر ناهید شهابی
۱۲	تاثیر تغذیه بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان	سخنرانی - بحث گروهی - کنفرانس دانشجو	دکتر ناهید شهابی
۱۳	تاثیر فعالیتهای فیزیکی بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان	سخنرانی - بحث گروهی	دکتر ناهید شهابی
۱۴	تاثیر فعالیتهای اجتماعی بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان	سخنرانی - بحث گروهی	دکتر ناهید شهابی
۱۵	تاثیر اوقات فراغت بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان	سخنرانی - بحث گروهی	دکتر ناهید شهابی
۱۶	تاثیر بازنشستگی بر افزایش کیفیت زندگی سالمندان	سخنرانی - بحث	دکتر ناهید شهابی



	گروهی		
دکتر ناهید شهابی	سخنرانی - بحث گروهی	امتحان پایان ترم	۱۷