

به نام خداوند بخشنده مهربان



دانشگاه علوم پزشکی ارومیه

دانشکده

طرح دوره (Course plan)

دوره یا ترم تحصیلی: ۱		نام و کد درس: مبانی سالمندشناسی، ۱۱	
پیش نیاز: تشریح و فیزیولوژی	گروه هدف: دانشجویان کارشناسی ارشد سلامت سالمندی	تعداد فراگیران: ۶	
تعداد واحد: ۲	تعداد کل جلسات: ۱۷	مکان برگزاری کلاس: دانشکده بهداشت	
زمان برگزاری کلاس: شنبه ۲ تا ۴	مدرس و مسئول درس: آيسان امراهی	ایمیل مدرس: aysan.amrahi73@gmail.com	

توصیف درس (Lesson Description)

درک فرایند سالمندی از دیرباز مورد توجه بسیاری از انسان ها و علوم مختلف بوده است. با وجودیکه علوم سالمندشناسی نسبت به بسیاری از علوم جدیدتر می باشد ولی در طول سالهای گذشته پیشرفت بسیار چشمگیری داشته است. برای مثال تا کنون بیش از سیصد تئوری در پاسخ به چگونگی و چرایی فرایند سالمندی ایجاد شده است. کسانی که قرار است به طور حرفه ای به برنامه ریزی و ارائه خدمات و مراقبت های سالمندی بپردازند بایستی از دانش و نگرش مناسبی از مفاهیم اساسی، دیدگاه ها، نظریه ها و جنبه های مختلف (فردی و اجتماعی) سالمندی برخوردار باشند.

اهداف درس

هدف کلی (Goal): آشنایی با مبانی و مفاهیم اساسی سالمندشناسی

اهداف اختصاصی (Objectives)

آگاهی از تعاریف، مفاهیم و تاریخچه سالمندشناسی فردی و جمعیت

آگاهی از اپیدمیولوژی سالمندی در جهان و ایران

آگاهی از شاخص های سلامت سالمندی

آگاهی از نظریه های سالمندی

آگاهی از کلیات تغییرات جسمانی، روانی، اجتماعی سالمندی

آگاهی از مفاهیم سالمندی فعال

آگاهی از سالمندشناسی محیطی

آگاهی از عوامل موثر بر سالمندی و طول عمر

آگاهی از ترس از سالمندی آگاهی از خود و هویت در سالمندی <u>انتظار می رود دانشجویان در پایان این دوره بتوانند:</u> به آگاهی و درک لازم از مبانی سالمندشناسی برسند.													
امکانات و مواد آموزشی (Educational Resources) کتاب، جزوه، کامپیوتر، اینترنت، ویدئو پروژکتور، پاورپوینت، وایت بورد، فیلم و عکس آموزشی													
روش ها و فنون آموزشی (Educational Methods / Techniques) سخنرانی، بحث گروهی، پرسش پاسخ، case study، بارش افکار، تمرین کلاسی													
استراتژی آموزشی (Educational Strategy) آموزش فراگیر محور													
مقررات کلاسی، تکالیف و تجارب یادگیری (Rules / Assignments / Learning experiences) حضور منظم در کلاس، مشارکت فعال در بحث کلاسی، انجام تمرین کلاسی، انجام homework، ارائه کلاسی													
ارزیابی دانشجو (Student Assessment) آزمون این دوره، شامل ترکیبی از پیش آزمون، آزمون شفاهی کلاسی، آزمونهای <i>Formative</i> و <i>Summative</i> خواهد بود: <table border="1"> <thead> <tr> <th>آیتم</th><th>نمره</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>حضور و مشارکت فعال</td><td>۲ نمره</td></tr> <tr> <td>انجام تمرین و تکالیف</td><td>۲ نمره</td></tr> <tr> <td>ارائه کلاسی</td><td>۴ نمره</td></tr> <tr> <td>آزمون کتبی</td><td>۱۲ نمره</td></tr> <tr> <td>مجموع نمره</td><td>۲۰</td></tr> </tbody> </table>		آیتم	نمره	حضور و مشارکت فعال	۲ نمره	انجام تمرین و تکالیف	۲ نمره	ارائه کلاسی	۴ نمره	آزمون کتبی	۱۲ نمره	مجموع نمره	۲۰
آیتم	نمره												
حضور و مشارکت فعال	۲ نمره												
انجام تمرین و تکالیف	۲ نمره												
ارائه کلاسی	۴ نمره												
آزمون کتبی	۱۲ نمره												
مجموع نمره	۲۰												

1. Bengtson VL, Gans D, Putney NM, Silverstein M. Theories about age and aging. Handbook of theories of aging. 2009;2:3-23.
2. Johnson ML, Bengtson VL, Coleman PG, Kirkwood TB, editors. The Cambridge handbook of age and ageing. Cambridge University Press; 2005 Dec 1.
3. Bond J, Coleman P, Peace SM, editors. Ageing in society: An introduction to social gerontology. Sage; 1993 Nov 1.
4. Rowe JW, Kahn RL. Successful aging. The gerontologist. 1997 Aug 1;37(4):433-40.
5. Fillit HM, Rockwood K, Woodhouse K, Philadelphia S. Brocklehurst's textbook of geriatric medicine and gerontology.
6. Michel JP, Beattie BL, Martin FC, Walston JD, editors. Oxford textbook of geriatric medicine. Oxford University Press; 2018.

۷. درسنامه سالمندشناسی و طب سالمندی براکلهurst: نظام سلامت و طب سالمندان: ۱۴۰۰

۸. ع اسدالهی. اصول و مبانی سالمندشناسی. ۱۴۰۴

جدول زمان بندی درس (Schedule): شنبه هر هفته از ساعت ۱۴ الی ۱۶ (جبرانی: ۱۶ الی ۱۸)

جلسه / هفته	تاریخ برگزاری کلاس	موضوع / محتوای درسی
۱	۱۴۰۴/۷/۱۹	تاریخچه، تعاریف و مفاهیم سالمندی
۲	۱۴۰۴/۷/۲۶	اپیدمیولوژی سالمندی در جهان و ایران
۳	۱۴۰۴/۷/۲۶	شاخص های سلامت سالمندی
۴	۱۴۰۴/۸/۳	نظریه های زیستی سالمندی
۵	۱۴۰۴/۸/۳	نظریه های اجتماعی سالمندی
۶	۱۴۰۴/۸/۱۰	نظریه های روانی سالمندی
۷	۱۴۰۴/۸/۱۰	تغییرات جسمانی سالمندی (تغییر در سیستم قلبی عروقی، سیستم تنفسی، سیستم کلیوی و ادراری)
۸	۱۴۰۴/۸/۱۷	تغییرات جسمانی سالمندی (تغییر در سیستم اندوکراین، سیستم گوارشی، سیستم حسی و ...)

مغزی، سیستم اسکلتی و عضلانی، سیستم ایمنی)		
تغییرات اجتماعی سالمندی	۱۴۰۴/۸/۲۴	۹
تغییرات روانی سالمندی	۱۴۰۴/۹/۱	۱۰
سالمندی فعال		۱۱
سالمندشناسی محیطی		۱۲
عوامل موثر بر طول عمر و سالمندی (مباحث longevity، سالمندی طبیعی و پاتولوژیک، عوامل ژنتیکی موثر بر طول عمر، اپی ژنتیک)		۱۳
عوامل موثر بر طول عمر و سالمندی (سبک زندگی)		۱۴
ترس از سالمندی		۱۵
خود و هویت در سالمندی (مقدمه ای بر مفهوم خود و هویت، نظریه های هویت، هویت معنوی، بحران هویت و...)		۱۶
خود و هویت در سالمندی (مفاهیم خودپنداره، عزت نفس، حفظ یکپارچگی خود و...)		۱۷