به نام خداوند بخشنده مهربان

**دانشگاه علوم پزشکی ارومیه**

**دانشکده**

**طرح دوره (Course plan)**

| | | |
|---|---|---|
| **دوره یا ترم تحصیلی: ۱** | | **نام و کد درس: خدمات توانبخشی سالمندان ۱۷۷۳۵۱۳۰** |
| **پیش نیاز : تشریح و فیزیولوژی، مبانی سالمندشناسی و بیولوژی، فیزیولوژی سالمندی** | **گروه هدف : دانشجویان کارشناسی ارشد سلامت سالمندی** | **تعداد فراگیران : ۷** |
| **تعداد واحد: ۰,۵ واحد نظری و ۰,۵ واحد کارآموزی (دروس اختصاصی اختیاری)** | **تعداد کل جلسات : ۴ جلسه نظری و ۵ جلسه عملی** | **مکان برگزاری کلاس : دانشکده بهداشت** |
| **زمان برگزاری کلاس: چهار شنبه ۱۰:۳۰-۸:۳۰** | **مدرس و مسئول درس: دکتر فاطمه عادلی راد** | **ایمیل مدرس:**adeli.f@umsu.ac.ir |

## **توصیف درس** *(Lesson Description)*

محور تمام فعالیت ها و مراقبت ها در دوران سالمندی حفظ استقلال در فعالیت های روزمره زندگی و ارتقای عملکرد فیزیکی، روانی، اقتصادی و اجتماعی سالمندان می باشد. لذا این درس در دو بخش نظری و عملی تنظیم شده است. در بخش نظری دانشجو با مفاهیم، اصول و روشهای توانبخشی در سالمندان نیازمند به خدمات توانبخشی و حمایتی آشنا می شود. در بخش عملی که به شیوه ی کارآموزی اجرا خواهد شد دانشجویان با حضور در مراکز ارائه خدمات توانبخشی به مشاهده ابزار و روش های کار و مشارکت در اجرای آنها زیر نظر اساتید خواهند پرداخت.

## **اهداف درس**

### **هدف کلی(Goal)**

آشنایی با مفاهیم اصول و روشهای توانبخشی در سالمندان نیازمند به خدمات توانبخشی، حمایتی، ابزارهای کمکی و اندامهای مصنوعی و همچنین مشارکت در اجرا و کاربست روشها و ابزارهای توانبخشی در سالمندان مراکز ارائه خدمات توانبخشی

### **اهداف اختصاصی(Objectives)**

فراگیر در پایان برنامه آموزشی قادر خواهد بود:

۱. مفاهیم و اصول بنیادین توانبخشی، نقش توانبخشی مبتنی بر جامعه (CBR) در ارتقای کیفیت زندگی سالمندان و وظایف اعضای تیم چندرشته ای را تبیین کند.

۲. استانداردهای ارگونومیک و اصول مناسب سازی محیط های مسکونی، عمومی و درمانی را با هدف پیشگیری از خطرات محیطی و کاهش خطر سقوط سالمندان تحلیل و ارزیابی کند.

۳. وسایل کمکی و تجهیزات توانبخشی را بر اساس محدودیت های عملکردی، نیازهای فردی و شرایط بالینی سالمندان انتخاب و به درستی به کار گیرد.

۴. اصول فیزیولوژیک و تمرینات ورزشی مناسب در سالمندان مبتلا به سکته مغزی، بیماری پارکینسون، سارکوپنی، بیماری های قلبی ـ ریوی و شکستگی لگن را با توجه به شرایط بالینی و محدودیت های عملکردی آنان تبیین و به کار گیرد.

۵. سازوکارهای فیزیولوژیک درد در سالمندی و رویکردهای دارویی و غیردارویی مدیریت درد را در شرایط بالینی مختلف تحلیل و راهبردهای مناسب مدیریت درد را انتخاب کند.

۶. نقش فناوری های کمکی و اصول ارگونومی در حفظ توانایی های عملکردی سالمندان، پیشگیری از افت عملکرد جسمانی، رعایت ملاحظات اخلاقی در مداخلات توانبخشی و کاهش بار مراقبتی خانواده ها را ارزیابی و راهکارهای مناسب را پیشنهاد دهد.

**امکانات و مواد آموزشی** *(Educational Resources)*

کتاب، جزوه، کامپیوتر، دیتا ویدئو پروژکتور، پاورپوینت، وایت بورد، عکس، فیلم آموزشی

**روش ها و فنون آموزشی** *(Educational Methods / Techniques)*

سخنرانی، پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش افکار، حل مسئله

**استراتژی آموزشی** *(Educational Strategy)*

فراگیر محور

**مقررات کلاسی، تکالیف و تجارب یادگیری** *(Rules / Assignments / Learning experiences)*

حضور منظم در کلاس درس، گوش دادن به توضیحات مدرس، مشارکت فعال در بحث های کلاسی، یادداشت برداری در طول برگزاری جلسات آموزشی، مطالعه مطالب ارائه شده، ارائه تکالیف کلاسی، آماده شدن برای ارزشیابی.

**تکلیف عملی:**

۱- دانشجو موظف است برای یکی از سالمندان اطراف خود یک برنامه جامع توانبخشی، شامل ارزیابی وضعیت، محیط، وسایل کمکی و نیازهای مراقبتی طراحی کند.

**ارزیابی دانشجو** *(Student Assessment)*

| آیتم | نمره |
|---|---|
| انجام تکلیف عملی | ۴ |
| مشارکت کلاسی | ۱ |
| امتحان پایان ترم | ۱۵ |
| **مجموع نمره** | **۲۰** |

**نوع آزمون های میان ترم و پایان ترم:** چهارگزینه ای و تشریحی

**رفرنس و منابع آموزشی** *(References)*


1- K. Rao Poduri. (2019). Geriatric Rehabilitation: From Bedside to Curbside, CRC Press.
2- Jeffrey B. Halter, Joseph Ouslander. Stephanie Studensk (2017). Hazzard’s Geriatrie Medicine and Gerontology, 7th edition. MeGraw Hill Education.
3- Fillit HM, Rockwood K. JB Young JB. (2016). Brocklehurst's Textbook of Geriatric Medicine and Gerontology. Elsevier Health Sciences.
4- Kauffman TI, et al. (2014). A Comprehensive Guide to Geriatric Rehabilitation. 3rd Edition. Churchill Livingstone. Elsevier.
5- World Health Organizaton. How to use the ICF: A practcal manual for using the Internatonal Classifcaton of Funetoning, Disability and Health (ICF). Exposure draf for comment. October 2013. Geneva: WHO
6- Multani NK & Verma SK. (2008). Prine|ales of Geriatric Physiotherapy. Ist edition. Jp Medical Ltd.
7- Squires. AJ. (1996). Rehabilitation of older people. a handbook for the multidisciplinary team. Springer.
۸ -بهارلوئی. ح و روستایی. م. تجویز ورزش در سالمندان، (۱۳۹۵). انتشارات دارخوین ، اصفهان.


**جدول زمان بندی درس** *(Schedule)*:

| جلسه / هفته | تاریخ برگزاری کلاس | موضوع / محتوای درسی |
|---|---|---|
| ۱ | | - تعریف توانبخشی اصول و اهداف آن در سالمندان<br>- سازمان دهی توانبخشی ارائه دهندگان خدمات تیم توانبخشی محیط فیزیکی<br>- شناخت مراکز ارائه دهنده خدمات توانبخشی سالمندان<br>- توانبخشی اجتماعی و حرفه ای در سالمندان<br>- توانبخشی مبتنی بر جامعه Community Based Rehabilitation<br>- پیشگیری از بار مراقبت برای مراقبان از سالمند Care Giver Burden<br>- آشنایی با مباحث اخلاقی در مداخلات مربوط به افراد سالمند |

| | | |
|---|---|---|
| ۲ | | - آشنایی با مناسب سازی محیط کار و زندگی سالمند و پیشگیری از زمین خوردن و عدم تعادل<br>- پیشگیری از بیماری های خاص مرتبط با عوامل محیطی<br>- استانداردهای اماکن عمومی منازل مسکونی مراکز نگهداری خانه های سالمندان بیمارستان و مراکز بهداشتی درمانی برای نگهداری و ادامه زندگی با کیفیت برای سالمندان<br>- نقش و مبنای ارگونومی و تغییرات محیط در پیشگیری از اختلالات ناشی از سالمندی<br>- نقش و بکارگیری تکنولوژی در محیط زندگی و فضاهای فیزیکی سالمندان |
| ۳ | | - اصول ورزش و تمرینات فیزیکی توانبخشی ریه، قلب، بیماری های عروق محیطی، قطع عضو، سکته مغزی، پارکینسون، تعویض مفصل، سقوط، آرتروز، شکستگی لگن و سارکوپنی در سالمندان<br>- آشنایی با مفاهیم پایه در کیفیت زندگی و ابعاد آن در سالمندان |
| ۴ | | - اصول تمرین درمانی<br>- مدیریت و توانبخشی درد در سالمندان<br>- بکارگیری وسایل توانبخشی و اصول تجویز وسایل کمکی<br>- ارزیابی وضعیت عملکردی سالمندان<br>- مدیریت درد در سالمند |
| ۵ | | - عملی: ارزیابی وضعیت عملکردی سالمندان<br>- مناسب سازی انواع اماکن و فضاها و محل زندگی سالمند<br>- انتخاب وسایل توانبخشی و وسایل کمکی مناسب و صحیح بر اساس وضعیت و شرح سالمند |
| ۶ | | - عملی: ارائه تمرینات بازتوانی مناسب و صحیح در موارد توانبخشی (ریه، قلب) |
| ۷ | | - عملی: ارائه تمرینات بازتوانی مناسب و صحیح در موارد توانبخشی (بیماری های عروق محیطی و سکته مغزی) |
| ۸ | | - عملی: ارائه تمرینات بازتوانی مناسب و صحیح در موارد توانبخشی (زمین خوردن، آرتروز، شکستگی لگن) |
| ۹ | | - عملی: ارائه تمرینات بازتوانی مناسب و صحیح در موارد توانبخشی (سارکوپنی و بی اختیاری ادراری، تعویض مفصل) |
| ۱۰ | | - جمع بندی مطالب بیان شده، رفع اشکالات مربوط به دانشجویان، نقد و بررسی تکالیف عملی |