



HeLPS-NET



برنامه شبکه جامع خودمراقبتی و ارتقای سواد سلامت

مهر ۱۴۰۴



برنامه شبکه جامع خودمراقبتی و ارتقای سواد سلامت

دکتر شهرام رفیعی فر

دفتر آموزش و ارتقای سلامت
معاون بهداشت
وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی

خودمراقبتی

خودمراقبتی، توانایی افراد، خانواده‌ها و جوامع برای ارتقای سلامت، پیشگیری از بیماری، حفظ سلامت و مقابله با بیماری با یا بدون حمایت کارکنان نظام سلامت است.

دامنه خودمراقبتی شامل:

- ارتقای سلامت،
- پیشگیری و کنترل بیماری،
- استفاده از داروها بدون نیاز به پزشک،
- مراقبت از افراد خانواده،
- درخواست مراقبت‌های اولیه، ثانویه یا ثالثیه در صورت نیاز و
- توانبخشی و مراقبت‌های تسکینی.

مداخلات خودمراقبتی

❖ مداخلات خودمراقبتی شامل اقدامات و ابزارهایی هستند که از خودمراقبتی پشتیبانی می کنند.

❖ این مداخلات شامل داروها، دستگاه‌ها، روش‌های تشخیصی و/یا مداخلات دیجیتالی مبتنی بر شواهد و با کیفیت بالا هستند که می توانند به طور کامل یا جزئی خارج از خدمات درمانی رسمی ارائه شوند و با یا بدون حمایت کارکنان نظام سلامت مورد استفاده قرار گیرند.

❖ اقدامات خودمراقبتی شامل شیوه‌ها، عادت ها و انتخاب‌های سبک زندگی است.

سیستم‌های سلامت

خودمراقبتی

خودمدیریتی:

توانایی فرد برای مدیریت وضعیت سلامت خود
خود دارو درمانی، خوددرمانی، خودآزمایی، خودتزئینی،
خودتجویزی، خودمصرفی

خودآزمایشی:

انجام آزمایش توسط خود فرد
خودنمونه‌گیری، خودغربالگری، خودتشخیصی، خودجمع‌آوری،
خودپایشی

خودآگاهی:

آگاهی فرد از وضعیت جسمی، روانی و رفتاری خود
خودیاری، خودآموزشی، خودتنظیمی، خودکارآمدی،
خودتعیین‌گری

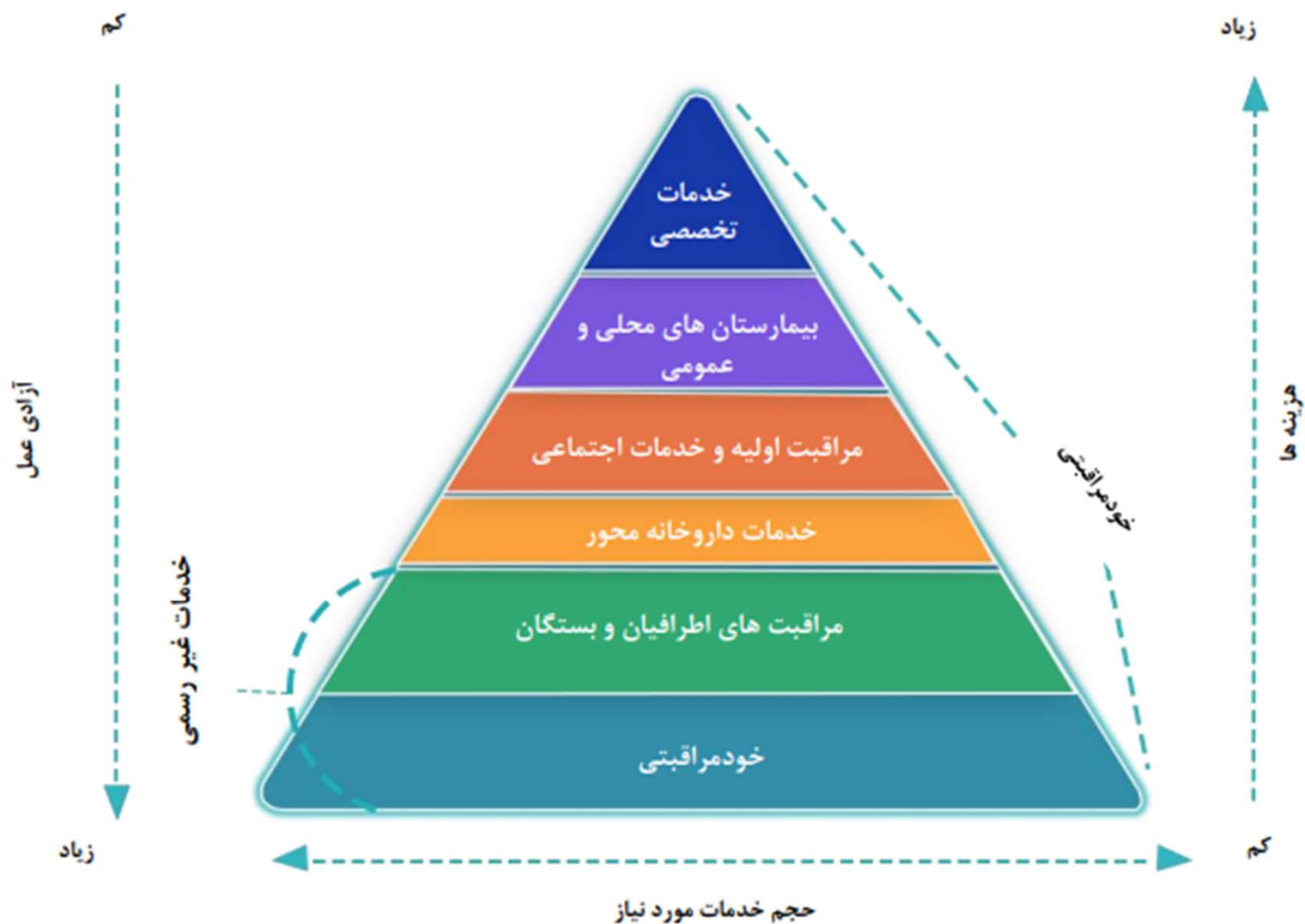
زندگی روزمره

خودمراقبتی در
چارچوب مداخلات
مرتبط با سیستم‌های
سلامت

انواع خودمراقبتی



نسبت حجم، هزینه ها و آزادی عمل در سطوح حوزه سلامت

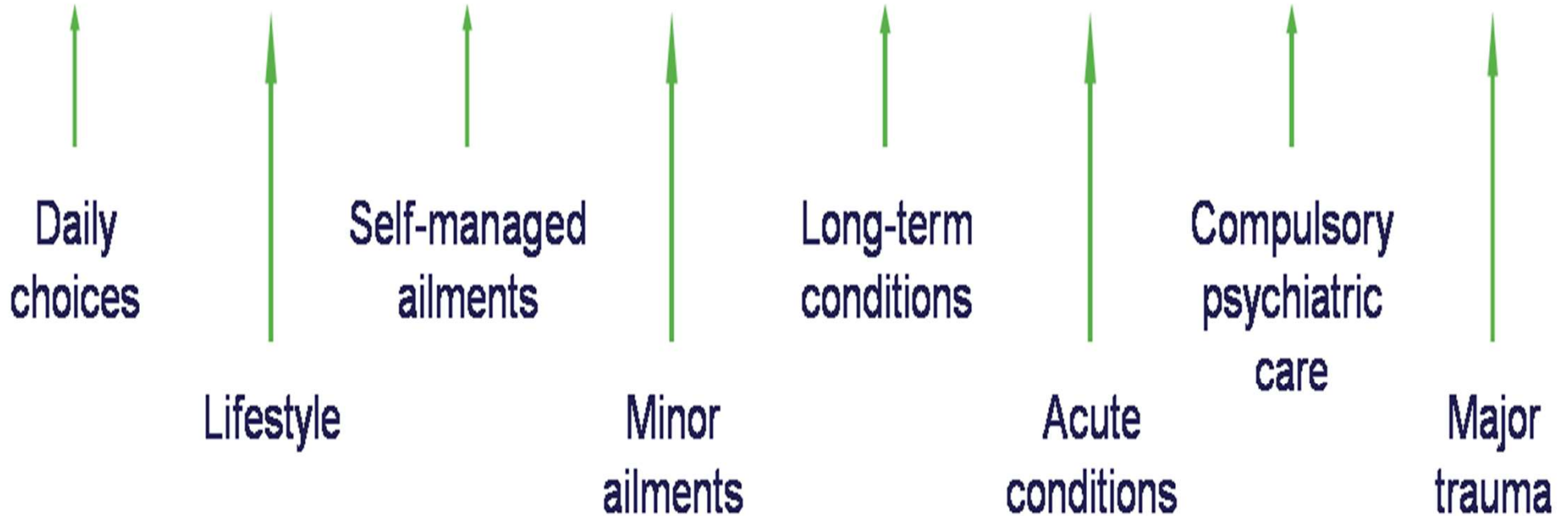


طیف خودمراقبتی

Pure self care

The self care continuum

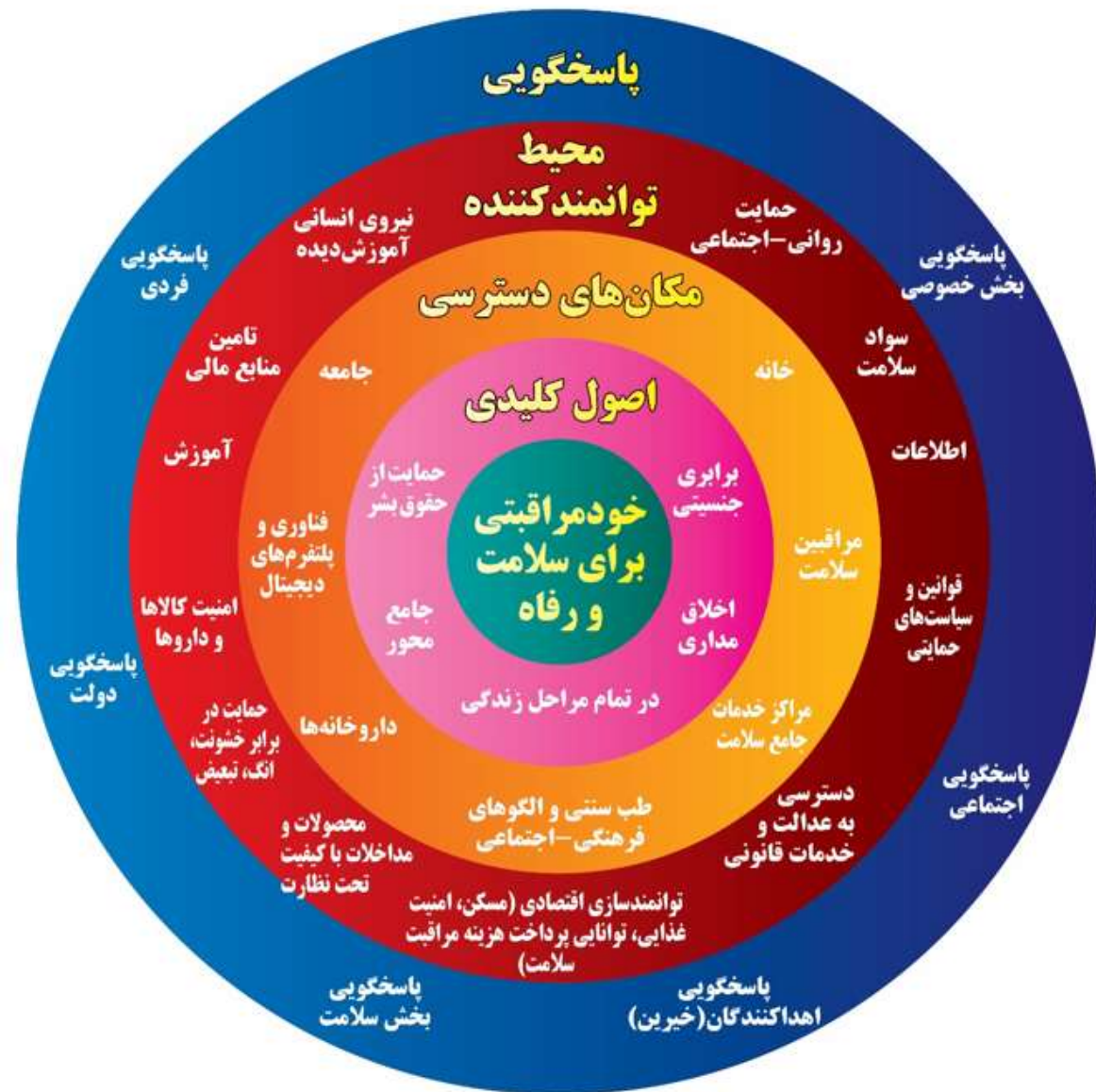
Pure medical care



چارچوب مفهومی

خودمراقبتی

سازمان بهداشت جهانی – ۲۰۲۴



چارچوب مفهومی WHO برای خودمراقبتی



- ❖ چارچوب مفهومی، نقطه آغاز برای پرداختن به حوزه در حال تحول خودمراقبتی و شناسایی مداخلات خودمراقبتی برای به روزرسانی های آینده را فراهم می کند.
- ❖ این چارچوب، عناصر اصلی هر دو رویکرد «مردم محور» و «نظام سلامت» را نشان می دهد که می توانند از معرفی، پذیرش و گسترش مداخلات خودمراقبتی پشتیبانی کنند.
- ❖ رویکرد مردم محور به سلامت و رفاه، در هسته این چارچوب قرار دارد.

چارچوب مفهومی WHO برای خودمراقبتی (ادامه)



- ❖ چارچوب مذکور بر پایه یک رویکرد جامع، قادر ساز و مردم محور نسبت به سلامت و رفاه استوار است و از آن حمایت می کند. این رویکرد بر اصول کلیدی حقوق بشر، اخلاق و برابری جنسیتی تأکید دارد.
- ❖ مردم محوری به معنای اتخاذ رویکردی جامع به مراقبت از هر فرد است؛ به گونه ای که شرایط فردی، نیازها و خواسته های او در سراسر چرخه زندگی در نظر گرفته شود و همچنین محیطی که فرد در آن زندگی می کند نیز مد نظر قرار گیرد.

ارتباط مداخلات خودمراقبتی با اجزای نظام

سلامت، مراقبت‌های بهداشتی اولیه (PHC) و

پوشش همگانی سلامت (UHC)

سازمان جهانی بهداشت - ۲۰۲۴

این شکل نشان می‌دهد که چگونه مراقبت‌های اولیه بهداشتی (PHC) و پوشش همگانی سلامت (UHC)، خودمراقبتی را با شش بلوک ساختاری نظام‌های سلامت سازمان جهانی بهداشت (WHO) پیوند می‌دهند.



مراقبت‌های
بهداشتی اولیه
PHC

۱- توانمندسازی
و جلب مشارکت
جامعه

۲- توجه گسترده‌تر
به عوامل مؤثر بر
سلامت

۳- خدمات
بهداشتی جامع و
یکپارچه

نقش مداخلات خودمراقبتی در پیشبرد PHC



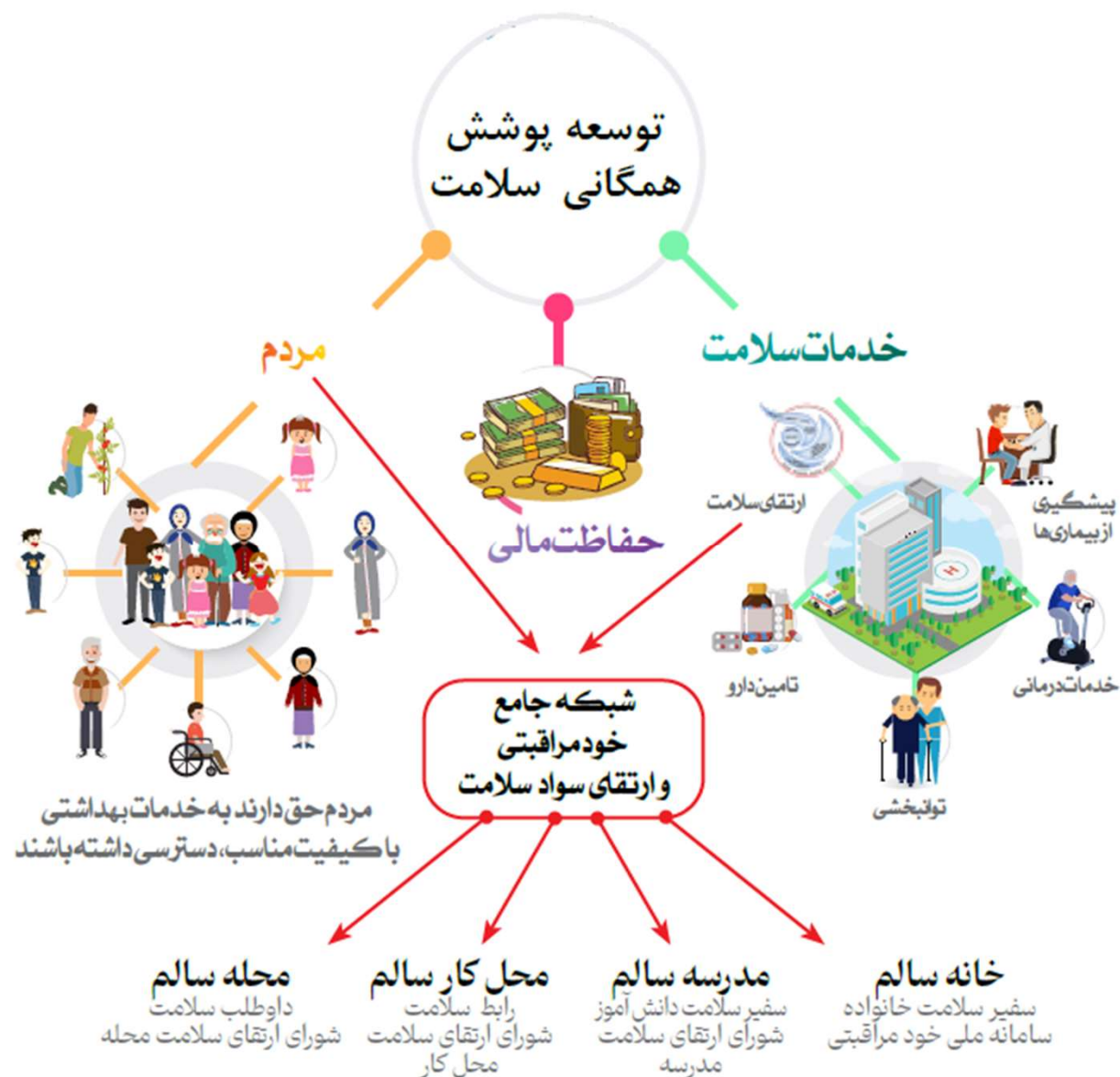
مداخلات خودمراقبتی از اصول کلیدی PHC پیروی می کند:

۱. پاسخ به نیازهای مردم از طریق خدمات جامع و یکپارچه سلامت
۲. پرداختن نظام مند به عوامل تعیین کننده سلامت
۳. توانمندسازی افراد، خانواده ها و جوامع برای ارتقای سلامت خود

نقش مداخلات خودمراقبتی در پیشبرد UHC



- ❖ مراقبت‌های اولیه سلامت (PHC) یک جزء اساسی است که برای دستیابی به پوشش همگانی سلامت (UHC) ضروری است.
- ❖ مداخلات خودمراقبتی می‌تواند به طور قابل توجهی در ایجاد تغییر الگو در ارائه خدمات بهداشتی برای بهبود «مراقبت‌های اولیه سلامت» در حمایت از «پوشش همگانی سلامت» نقش داشته باشد.
- ❖ یکی از اهداف توسعه پایدار «تضمین زندگی سالم و ارتقای رفاه برای همه در تمام سنین» است و شاخص اصلی برای این هدف - به طور خلاصه - دستیابی به UHC است.



چرا خودمراقبتی مهم است (WHO-۲۰۲۲)؟

1

جمعیت جهان در حال افزایش است و بسیاری از کشورها با کمبود منابع انسانی و مالی مواجه هستند.

2

خودمراقبتی می تواند بخشی از بار نظام سلامت را کاهش دهد.

3

خودمراقبتی کمک می کند تا افراد، به ویژه در مناطق دورافتاده، سریع تر به مداخلات سلامت دسترسی پیدا کنند.

4

در شرایط بحرانی مانند پاندمی ها مثل کووید-۱۹ خودمراقبتی نقش حیاتی دارد.



روند افزایشی سرانه
هزینه‌های سلامت در
جهان



عدم توجه عملیاتی و مالی
توسعه ساختار مراقبتی
روستایی به شهرها و کلان
شهرها



سرمایه مالی و انسانی قابل توجه
ساماندهی شبکه شهری سلامت



عدم اقبال به مراجعه به مراکز
بهداشتی و درمانی



نقش مهم نظارت و پیگیری
(Monitoring & Follow up)
بلند مدت در
نظام سلامت کارآمد



پایداری و اثربخشی
بیشتر اقدامات سلامت در
خودمراقبتی و اقدامات
پیشگیرانه نسبت به
درمان

چرا خودمراقبتی؟



توسعه استفاده از ابزارهای
الکترونیکی و هوش مصنوعی



پیچیدگی مدیریت کیفیت و
اثربخشی حوزه سلامت به علت
تعدد بازیگران و ناهمسانی
زنجیره



نقش مهم آموزش و انگیزه
فردی در زندگی سالم

راه حل جهانی:

تبدیل مردم به مراقب / پرسنل
سلامت و تبدیل منزل به خانه
بهداشت با استفاده از تکنولوژی
های روز

تأثیر خودمراقبتی

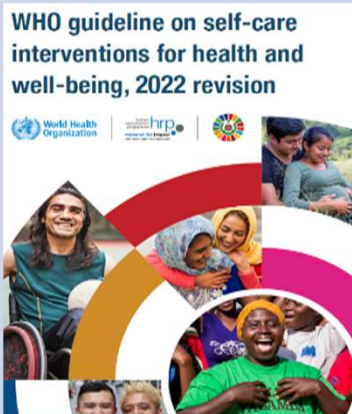
❖ طبق برآورد سال ۲۰۲۲ WHO: هر یک دلار سرمایه گذاری در پیشگیری از بیماری های غیرواگیر، با ۱۱ دلار بازگشت سرمایه همراه است.

❖ طبق برآورد NHS، تأثیر خود مراقبتی در کاهش مراجعه ها به پزشک و اورژانس و استفاده از داروهایی که می توان بدون نسخه تهیه کرد، بالغ بر ۲,۳ میلیارد پوند در سال صرفه جویی اقتصادی دارد.



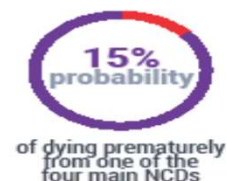
منافع خودمراقبتی
(NHS-2019)

تأثیر خودمراقبتی در رفاه

منبع : کتاب مداخلات خودمراقبتی برای سلامتی و رفاه-۲۰۲۲	نتایج	مطالعات صورت گرفته
	کاهش هزینه های بستری سالانه از ۱۷۰۰ دلار به ۵۹۰ دلار	اندازه گیری قند خون توسط خود فرد
	کاهش هزینه از ۱۰ دلار به ۷ دلار	تزریق آمپول های زیرجلدی توسط خود فرد (داروهای پیشگیری از بارداری)

IRAN

The case for investment in prevention and control of noncommunicable diseases (NCDs)



646.2
trillion IRR



Investment
required
for selected
best buys
intervention
packages
over a
15-year period

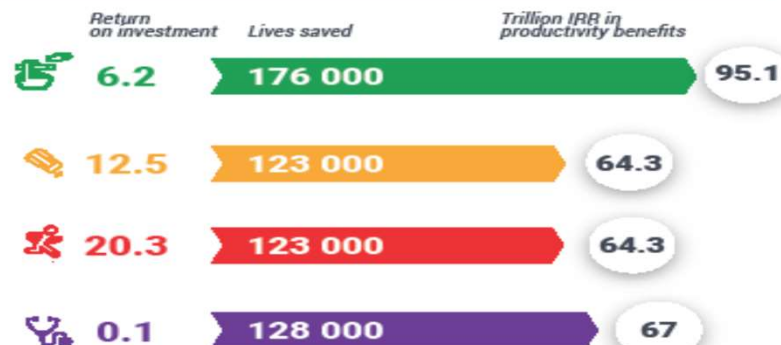
Trillions of Iranian rials



290.5
trillion IRR



Return
on investment
over a
15-year period



01

سیاستگذاری و حاکمیت

02

ادغام در نظام سلامت

03

توانمندسازی افراد و جامعه

04

استفاده از فناوری های دیجیتال

چارچوب کلی اجرای
مداخلات خودمراقبتی
(WHO-2022)

- تدوین قوانین مشخص برای حمایت از خودمراقبتی
- تعیین استانداردهای ایمنی و کارایی ابزارهای خودمراقبتی
- حمایت از نوآوری در ابزارهای دیجیتال خودمراقبتی

01

سیاستگذاری و حاکمیت

02

ادغام در نظام سلامت

03

توانمندسازی افراد و جامعه

04

استفاده از فناوری های دیجیتال

چارچوب کلی اجرای
مداخلات خودمراقبتی
(WHO-2022)

- خودمراقبتی نباید جایگزین مراقبت حرفه ای شود بلکه باید مکمل آن باشد.
- همکاری میان بیماران و کارکنان سلامت ضروری است برای مثال با ایجاد خط تماس دو طرفه

01

سیاستگذاری و حاکمیت

02

ادغام در نظام سلامت

03

توانمندسازی افراد و جامعه

04

استفاده از فناوری های دیجیتال

چارچوب کلی اجرای
مداخلات خودمراقبتی
(WHO-2022)

- آموزش افراد در مورد حق انتخاب و مهارت های سلامت
- مشارکت گروه های آسیب پذیر (زنان، نوجوانان، افراد ناتوان)

01

سیاستگذاری و حاکمیت

02

ادغام در نظام سلامت

03

توانمندسازی افراد و جامعه

04

استفاده از فناوری های دیجیتال

چارچوب کلی اجرای
مداخلات خودمراقبتی
(WHO-2022)

- اپلیکیشن های سلامت، چت بات ها، پلتفرم های سلامت روان، مشاوره مجازی
- اطمینان از حفاظت اطلاعات شخصی و حرمانگی

چالش های اجرایی خودمراقبتی (WHO-۲۰۲۲):

- 1 نابرابری در دسترسی به فناوری ها و منابع
- 2 بی اعتمادی افراد به دقت یا اثربخشی مداخلات خودمراقبتی
- 3 نبود قوانین جامع برای نظارت بر ابزارهای خودمراقبتی
- 4 آموزش ناکافی به ارائه دهندگان خدمات سلامت برای هدایت افراد

توصیه های کلیدی برای توسعه برنامه های خودمراقبتی (WHO-۲۰۲۲)

- 1 ایجاد محیط سیاستی حمایتگر (شبکه ملی خودمراقبتی)
- 2 سرمایه گذاری در آموزش مردم برای خودمراقبتی
- 3 طراحی خدمات خودمراقبتی متناسب با نیازهای فرهنگی و اجتماعی
- 4 به کارگیری شواهد علمی در سیاست گذاری برنامه های ملی خودمراقبتی
- 5 تضمین عدالت جنسیتی و اجتماعی برنامه های ملی خودمراقبتی

چالش‌های اجرایی
خودمراقبتی

ناابرابری در دسترسی به
فناوری‌ها و منابع

بی‌اعتمادی افراد به دقت یا
اثربخشی مداخلات
خودمراقبتی

نبود قوانین جامع برای نظارت
بر ابزارهای خودمراقبتی

آموزش ناکافی به
ارائه‌دهندگان خدمات
سلامت برای هدایت افراد

راهکارها /
توصیه‌ها

❖ ایجاد محیط سیاسی حمایتی
(شبکه ملی خودمراقبتی)

❖ ترکیبی از نیروی انسانی و
تکنولوژی با توجه به وضعیت
خدمت گیرندگان

❖ سرمایه‌گذاری در آموزش
مردم برای خودمراقبتی

❖ اطلاع‌رسانی شفاف درباره
اثربخشی مداخلات بر اساس
شواهد علمی

❖ استفاده از کمپین‌های رسانه‌ای
و تجربه‌های موفق بیماران
❖ ایجاد سیستم ارزیابی،
نظرسنجی و امتیازدهی

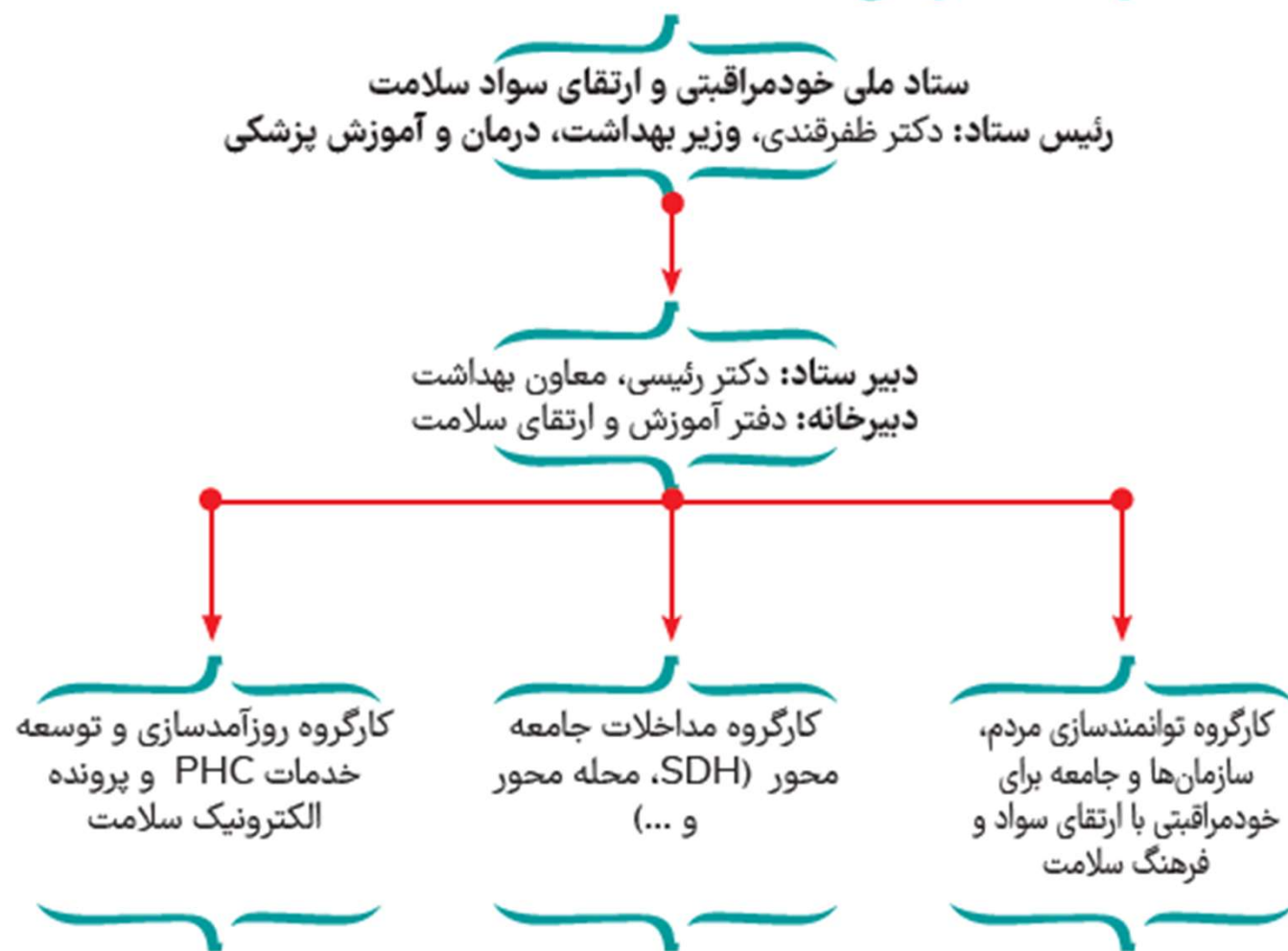
❖ به‌کارگیری شواهد علمی
در سیاست‌گذاری برنامه‌های
ملی

❖ تدوین قوانین استاندارد
برای ارزیابی و صدور مجوز
ابزارهای دیجیتال سلامت

طراحی خدمات خودمراقبتی
متناسب با نیازهای فرهنگی
و اجتماعی

❖ یکپارچه سازی خدمات
بهداشتی - درمانی و خدمات
خودمراقبتی

ساختار حکمرانی:



مسئولیت ستاد ملی:

الف) سیاست‌گذاری کلان، برنامه‌ریزی ملی، نظارت عالی و حمایت مستمر از:

- برنامه‌های ارتقای سواد سلامت و ترویج سبک زندگی سالم در گروه‌های مختلف سنی و جنسی
- برنامه‌های توانمندسازی مردم، سازمان‌ها و جامعه برای خودمراقبتی
- مداخلات مشارکتی و محله‌محور برای ارتقای سلامت
- توسعه سیاست‌های حامی سلامت
- همکاری‌های بین‌بخشی موردنیاز برای تحقق مسئولیت‌های فوق

ب) ظرفیت‌سازی در وزارت بهداشت برای مدیریت، اجرا، نظارت و پایش سیاست‌ها و برنامه‌های ملی توانمندسازی مردم، سازمان‌ها و جامعه برای خودمراقبتی و ارتقای سلامت در سطوح ملی و محیطی

اسناد بالادستی

حیطه	شرح
سیاست‌های کلی سلامت ابلاغی از سوی مقام معظم رهبری	- بند ۱ جزء ۲ (آگاه‌سازی مردم از حقوق و مسؤولیت‌های اجتماعی خود و استفاده از ظرفیت محیط‌های ارائه مراقبت‌های سلامت برای رشد معنویت و اخلاق اسلامی در جامعه) - بند ۲ (تحقق رویکرد سلامت همه جانبه و انسان سالم در همه قوانین، سیاست‌های اجرایی و مقررات با رعایت اولویت پیشگیری بر درمان،...) - بند ۱۱ (افزایش آگاهی، مسؤولیت پذیری، توانمندی و مشارکت ساختارمند و فعالانه فرد، خانواده و جامعه در تأمین، حفظ و ارتقای سلامت با استفاده از ظرفیت نهادها و سازمان‌های فرهنگی، آموزشی و رسانه‌ای کشور تحت نظارت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی)
اهداف نقشه تحول نظام سلامت	افزایش سواد سلامت آحاد مردم (حداقل ۷۵ درصد افراد از سواد سلامت متناسب با نیاز خود برخوردار باشند)
ماده ۲۴ و ۵۲ برنامه چهارم توسعه	ارتقای شاخص توسعه انسانی و شاخص‌های سلامتی، برنامه‌ریزی برای تدوین برنامه آموزشی ارتقای سلامت و شیوه‌های زندگی سالم
ماده ۱۹ برنامه پنجم توسعه	برنامه‌ریزی به‌منظور ارتقای سلامت جسمانی و روانی دانش‌آموزان
ماده ۷۴ برنامه ششم توسعه	اجرای «نظام خدمات جامع و همگانی سلامت» با اولویت مراقبت‌های اولیه سلامت و پیشگیری بر درمان با محوریت نظام ارجاع و پزشک خانواده

حیطه	شرح
قانون برنامه پنج‌ساله هفتم پیشرفت جمهوری اسلامی ایران (۱۴۰۷ - ۱۴۰۳)، ماده ۶۹	برای ارتقای کیفیت خدمات، کاهش هزینه‌ها و افزایش رضایتمندی بیماران اقدامات زیر انجام می‌گیرد: الف - ۱- وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی مکلف است با هدف ایجاد نظام هوشمند اطلاعات سلامت و استقرار کامل پزشک خانواده و نظام ارجاع در بستر الکترونیکی، ظرف دو سال از لازم الاجرا شدن این قانون، با آماده‌سازی مراکز امن داده و استقرار امضای الکترونیکی، کلیه سامانه‌های مراکز ارائه‌دهنده خدمات و کالای سلامت از جمله سامانه‌های بیمارستانی، نسخه‌نویسی و نسخه‌پیچی سرپایی، نرم‌افزارهای حوزه بهداشتی (سطح اول خدمات سلامت)، سامانه پایش و ممیزی اسناد سلامت و سامانه‌های خودمراقبتی را به صورت یکپارچه به یکدیگر متصل نموده
قانون برنامه پنج‌ساله هفتم پیشرفت جمهوری اسلامی ایران (۱۴۰۷ - ۱۴۰۳)، ماده ۷۰	- سطح‌بندی خدمات و تقویت و کارآمدسازی نظام شبکه خدمات جامع و همگانی سلامت از طریق اجرای برنامه پزشک خانواده و نظام ارجاع - ارتقای بهره‌وری و دسترسی عادلانه به خدمات سلامت، در نظر گرفتن اولویت پیشگیری بر درمان، ارتقای شاخص‌های بهره‌مندی عادلانه مردم از خدمات سلامت ضروری
قانون برنامه پنج‌ساله هفتم پیشرفت جمهوری اسلامی ایران (۱۴۰۷ - ۱۴۰۳)، ماده ۷۳	چ- سازمان‌های بیمه‌گر پایه سلامت مکلفند در طول اجرای برنامه، حداقل پنج درصد (۵٪) از اعتبارات مصوب سالانه خود را جهت ارتقای اصول پیشگیری در سطح جامعه در موارد خودمراقبتی (پایش عوامل خطر متابولیک)، ورزش، تغذیه سالم، بهداشت روان و مهار (کنترل) مصرف دخانیات بر اساس اطلاعات موجود در پایگاه ملی سلامت یا پرونده الکترونیکی سلامت در قالب مشوق‌های مختلف برای بیمه‌شدگان از جمله تخفیف در حق بیمه هزینه نمایند.

اهداف برنامه

- ارتقای سواد و فرهنگ سلامت
- توانمندسازی افراد برای خودمراقبتی
- توسعه سازمان‌ها، مدارس سالم
- توسعه محله‌ها، روستاها، شهرهای سالم
- توسعه سیاست‌های حامی سلامت
- توسعه پرونده الکترونیک سلامت و سامانه ملی خودمراقبتی
- توسعه نظام ارائه خدمت و برنامه پزشکی خانواده و نظام ارجاع
- ارتقای کیفیت و ایمنی خدمات و مراقبت‌های ارائه شده

راهنمای برنامه

۱. برنامه‌های خودمراقبتی دارای شاخص‌های SMART (مشخص، قابل اندازه‌گیری، قابل دستیابی، مرتبط و زمان‌مند) خواهد بود.

۲. کلیه فعالیت‌ها در بستر نظام شبکه خدمات جامع و همگانی سلامت و با ایجاد داشبوردهای دیجیتال خودمراقبتی فردی، سازمانی و اجتماعی اجرا می‌شود.

۳. آموزش و توانمندسازی سفیران و داوطلبان سلامت و حمایت از خودمراقبتی همراه با مشوق‌های مالی یا غیرمالی برای جلوگیری از فرسودگی تقویت می‌شود.

۴. با استفاده از تجارب جهانی برنامه‌های آموزشی مداوم و استاندارد برای سفیران و داوطلبان سلامت اجرا می‌شود.

۵. سرمایه‌گذاری در زیرساخت‌های اینترنت و فناوری اطلاعات یکپارچه در مناطق محروم برای دسترسی عادلانه به سامانه ملی خودمراقبتی صورت می‌گیرد. همکاری با وزارت ارتباطات برای ارائه اینترنت رایگان یا یارانه‌ای برای دسترسی به سامانه‌های خودمراقبتی در مناطق روستایی انجام می‌شود.

راهنمای برنامه

۶. سیستم پایش دیجیتال خودمراقبتی فردی، سازمانی و اجتماعی برای رصد پیشرفت برنامه‌ها و ارائه گزارش‌های دوره‌ای با استفاده از شاخص‌های WHO برای ارزیابی خودمراقبتی (مانند نرخ پذیرش مداخلات یا کاهش هزینه‌های سلامت) راه‌اندازی می‌شود.

۷. با تمرکز بر گروه‌های آسیب‌پذیر، برنامه‌های اختصاصی برای گروه‌های حاشیه‌ای (مانند افراد ناتوان، مهاجران، یا اقشار کم‌درآمد) طراحی می‌شود، مانند ارائه محتوای آموزشی در قالب‌های قابل دسترسی (صوتی برای نابینایان).

۸. پایداری مالی و شفاف‌سازی منابع مالی با بهره‌وری از بند چ ماده ۷۳ برنامه هفتم تضمین می‌شود که برنامه بودجه‌ای مشخص با منابع مالی شفاف (دولتی، خصوصی، یا خیریه) ارائه می‌دهد.

۹. حفاظت مالی و آرایه مشوق‌ها به خانوارها برای خودمراقبتی انجام می‌شود مانند – یارانه‌هایی برای ابزارهای خودمراقبتی (مانند دستگاه‌های تست قند خون یا دسترسی به اینترنت برای اقشار کم‌درآمد). این کار با همکاری بیمه‌های سلامت برای پوشش هزینه‌های ابزارها و رسانه‌های خودمراقبتی انجام می‌شود.

نظام شبکه خدمات جامع و همگانی سلامت



❖ نظام شبکه خدمات جامع و همگانی سلامت مجموعه واحدهای ارائه خدمات سلامت مبتنی بر ساختار تعریف شده بر پایه سطح بندی و ارجاع با تأکید بر رعایت سطوح مختلف پیشگیری است.

❖ در ساختار این شبکه، بسته خدمات سلامت با رویکرد ادغام یافته فراهم شده و خدمات از فرد، خانواده و جامعه با تماس با نخستین سطح ارائه خدمت در مناطق روستایی و شهری با ارائه خدمات پیشگیری نخستین و اولیه آغاز شده، تا خدمات تخصصی و زیرتخصصی در مراکز ارائه خدمات بستری و توان بخشی با پیچیدگی های خاص آن مشتمل بر بخش دولتی و غیردولتی کامل می گردد.

نظام شبکه خدمات جامع و همگانی سلامت (ادامه)



❖ ویژگی مهم این شبکه، تأکید بر مشارکت فعال مردم است که در آن، فرد، خانواده و جامعه در فرایندهای خودمراقبتی ایفای نقش می نمایند و «برنامه شبکه جامع خودمراقبتی و ارتقای سواد سلامت (HeLPS-Net)» به عنوان **سطح پایه نظام شبکه خدمات جامع و همگانی سلامت** برای به رسمیت شناختن مشارکت فردی، گروهی و جمعی مردم در موقعیت‌های کار، زندگی و تحصیل آن‌ها یعنی خانه، مدرسه، محل کار و محله توسعه می‌یابد و با سامانه‌های خودمراقبتی فردی، سازمانی، اجتماعی و آموزش سلامت همگانی فرصت لازم برای مشارکت بهینه سفیران سلامت خانواده، داوطلبان سلامت، شوراهای ارتقای سلامت محل کار، مدرسه و شوراهای ارتقای سلامت محله فراهم می‌سازد.



HeLPS-NET

نظام شبکه خدمات جامع و همگانی سلامت





برنامه شبکه جامع خودمراقبتی و ارتقای سواد سلامت

اجزای برنامه

۱

خودمراقبتی
فردی

۲

خودمراقبتی
سازمانی

۳

خودمراقبتی
اجتماعی

۴

آموزش
سلامت همگانی

برنامه شبکه جامع خودمراقبتی و ارتقای سواد سلامت

اجزای برنامه / شرکا / ابزار

۴

آموزش سلامت
همگانی

– شورای فرهنگ سلامت
– سامانه آموزش سلامت
همگانی

۳

خودمراقبتی
اجتماعی

– شورای ارتقای سلامت
محله / شهر
– سامانه ملی
خودمراقبتی اجتماعی

۲

خودمراقبتی
سازمانی

– شورای ارتقای سلامت
محل کار / مدرسه
– سامانه ملی
خودمراقبتی سازمانی

۱

خودمراقبتی فردی

– سفیران سلامت
خانواده / محله
– سامانه ملی
خودمراقبتی

برنامه شبکه جامع خودمراقبتی و ارتقای سواد سلامت

اجزای برنامه / شرکا / ابزار / محصول برنامه

۱

خودمراقبتی فردی

– سفیران سلامت
– خانواده/محله
– سامانه ملی
خودمراقبتی

خانه سالم

۲

خودمراقبتی
سازمانی

– شورای ارتقای سلامت
– محل کار / مدرسه
– سامانه ملی
خودمراقبتی سازمانی

محل کار / مدرسه سالم

۳

خودمراقبتی
اجتماعی

– شورای ارتقای سلامت
– محله / شهر
– سامانه ملی
خودمراقبتی اجتماعی

محله / شهر سالم

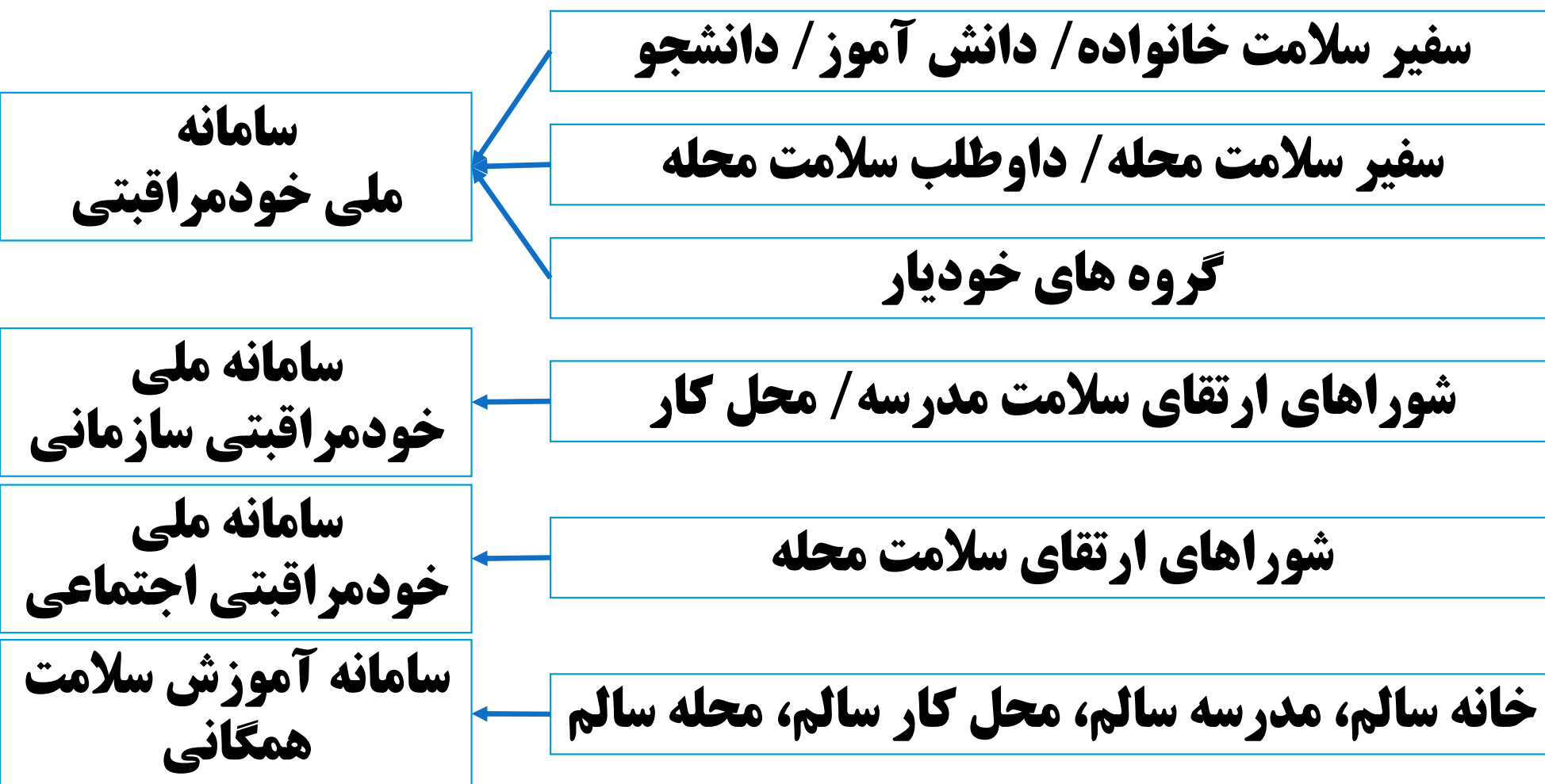
۴

آموزش سلامت
همگانی

– کارگروه ارتقای
فرهنگ سلامت
– سامانه آموزش سلامت
همگانی

سواد سلامت کافی،
ارتقای فرهنگ سلامت

برندهای مشارکت فردی و گروهی و جمعی HeLPS-Net





۱. خودمراقبتی فردی

سفیر سلامت خانواده:

سفیر سلامت خانواده عضوی از اعضای خانواده است که پس از لاگین در سامانه ملی خودمراقبتی به پرونده الکترونیک سلامت خود و اعضای خانواده (در صورت رضایت خانواده) دسترسی داشته و آموزش ها و مراقبت های شخصی سازی شده برای خود و اعضای خانواده دریافت و در خانواده اجرا می کند. سفیر سلامت خانواده مراقب سلامت خود و خانواده با بهره گیری از آموزش های خودمراقبتی و دارای سواد سلامت کافی است. او حلقه اتصال خانواده به نظام سلامت است.

ابزار دیجیتال خودمراقبتی فردی

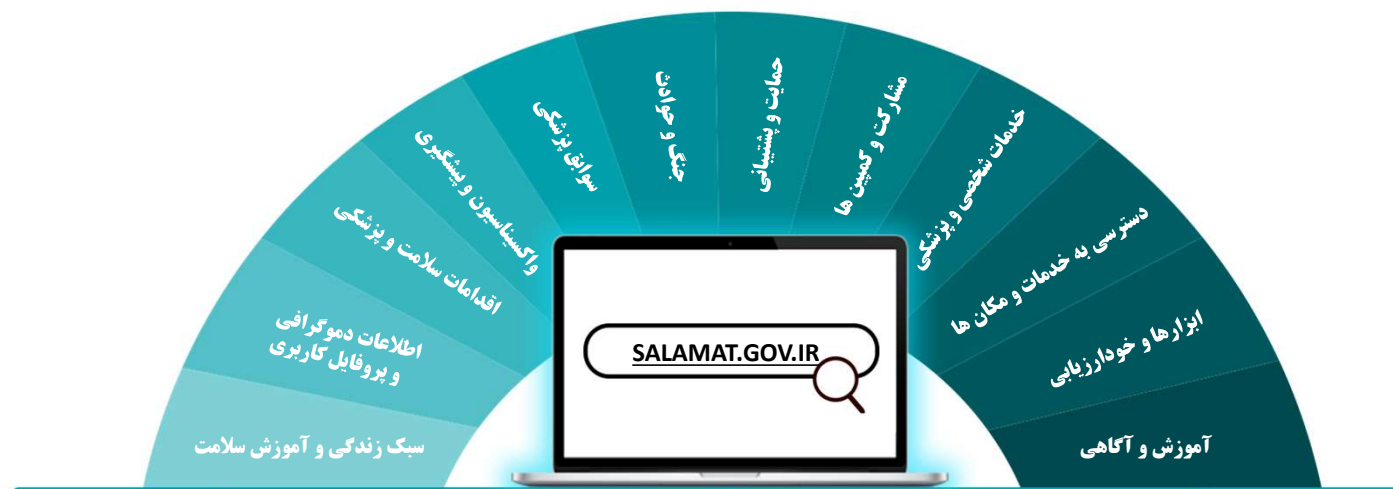
سامانه ملی خودمراقبتی:

سامانه ملی خودمراقبتی یک پلتفرم جامع دیجیتال است که به تمام افراد جامعه امکان می‌دهد خدمات سلامت پایه را بدون نیاز به مراجعه حضوری به مراکز خدمات جامع سلامت، پایگاه سلامت/ خانه بهداشت دریافت کنند. این سامانه به عنوان پنجره واحد سلامت فردی طراحی شده و تمام اطلاعات مربوط به خودمراقبتی و سبک زندگی، غربالگری‌ها، پرونده سلامت الکترونیک و آموزش‌های فردی را یک جا با استفاده از فناوری‌های نوین اطلاعاتی، خدمات دورا طب و هوش مصنوعی در اختیار شهروندان/ سفیران سلامت خانواده قرار می‌دهد. دسترسی به پرونده الکترونیک سلامت خود و خانواده نیازمند لاگین شدن در این سامانه است.

قابلیت‌ها و امکانات:

- ثبت پروفایل سلامت فردی
- دریافت خدمات دیجیتال
- تسهیل ارتباط با مراکز ارایه دهنده خدمات سلامت
- مدیریت آموزش‌های شخصی‌سازی شده
- داشبورد آموز، پای و مراقبت سفیران سلامت خانواده





خدمات گیرندگان

- دسترسی به تیم سلامت و دریافت مشاوره
- ثبت اطلاعات مورد نیاز
- انجام غربالگری ها و چک آپ ها
- افزایش سطح سواد
- اصلاح سبک زندگی
- دسترسی به پرونده الکترونیک سلامت
- دسترسی به ارائه دهندگان خدمات و کالا مورد نیاز
- دریافت پیام ها و یادآوری ها و پیگیری ها
- امتیازدهی به تیم سلامت و ارائه دهندگان خدمات و کالا

تیم سلامت

- دسترسی به پرونده الکترونیک افراد
- بررسی موارد و غربالگری های انجام شده توسط فرد
- انجام غربالگری و مراقبت های ویژه
- انجام پیگیری ها و یادآوری ها به افراد
- گزارش گیری
- اقدامات مبتنی بر امتیازدهی و نظرسنجی
- آموزش و راهنمایی خدمت گیرندگان

شرکت های ارائه دهندگان خدمات و کالا سلامت محور

- معرفی شرکت و لینک به اپ یا سایت شرکت مربوطه
- معرفی کالا و خدمات قابل ارائه توسط شرکت
- ثبت مجوزها و گواهی های مربوطه
- اتصال به فروشگاه مرکزی آنلاین

هدر و نوار جستجو



دسترسی به خدمات و مکان‌ها

نزدیک‌ترین بیمارستان/مرکز درمانی، نزدیک‌ترین داروخانه (شبانه‌روزی)، یافتن پزشک خانواده/عمومی، یافتن دندان‌پزشک/تراپیست، نقشه و مسیربایی، بازار کالا و خدمات سلامت محور، مراکز تلقیح



آموزش و آگاهی

سلامت A-Z، ناخوشی‌های شایع / بیماری‌ها، سلامت زنان، بارداری و والدین، سلامت روان و ترک سیگار، پیشگیری و غربالگری‌ها، رژیم و تغذیه، سالم زندگی کنید، الفبای دارویی، مطالب ویژه / فراخوان / اخبار



ابزارها و خودارزیابی

شاخص توده بدنی (BMI)، ارزیابی خطر قلبی-عروقی، غربالگری دیابت بارداری، آزمون‌های سلامت روان، پرسشنامه‌های دیگر



قبل Login



پیام‌های کلیدی / اطلاعیه‌ها



خدمات شخصی لینک به صفحه LOG IN

پرونده سلامت من، واکسیناسیون، نوبت‌دهی، نسخه‌ها، نتایج آزمایش‌ها، سالم زندگی کنید، پرداخت‌ها و صورتحساب‌ها، اعلان‌ها و یادآورها



مشارکت و کمپین‌ها

پوشش‌های سلامت، سفیر سلامت شو / باشگاه سلامت، محله مهربانی (نیکوکاری)

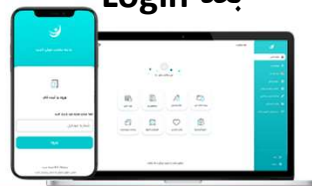


حمایت و پشتیبانی

از من بپرس (هوش مصنوعی)، راهنمای بیمار، سوالات متداول، تماس فوری با تیم سلامت، تماس با اورژانس



بعد Login



اقدامات سلامت و پزشکی

- نوبت گیری خدمات از تیم سلامت / سایر
- ویزیت های ویدئویی و آنلاین
- ویزیت های حضوری
- دستورات پزشکی (دارو / نسخه / اقدام)
- سوابق آزمایش ها / تصویربرداری و نوار ها
- / سایر پاراکلینیک ها
- دستورات مصرف دارو
- درخواست های غیر حضوری از تیم پزشکی
- غربالگری و چکاپ های سلامت
- اطلاعات ابزار های سلامت خانگی و پوشیدنی
- یادآوری و پیگیری ها
- امتیاز دهی به خدمات و نظر سنجی
- **مراقبت در منزل، پرستاری در منزل**



سوابق پزشکی

- سوابق بیماری ها
- سلامت دندان
- سلامت الف تا ی من
- سوابق دارویی
- سوابق اقدامات موثر پزشکی
- سوابق کووید-۱۹
- سوابق آزمایشات و تصویربرداری
- حساسیت ها و آلرژی ها
- سوابق سلامت فرزند / همسر / ...
- واکسیناسیون
- غربالگری و مراقبت ها



اطلاعات دموگرافی و پروفایل کاربری

- اطلاعات تماس و پروفایل کاربری
- امنیت حساب / افراد مجاز به دسترسی به حساب
- اطلاعات فردی (نام، سن، کد ملی)
- اعضای خانوار
- مشخصات تیم پزشکی خانواده
- بیمه های تحت پوشش
- پایگاه سلامت / خانه بهداشت
- سفیر سلامت

بعد Login



آموزش و اطلاعات شخصی سازی شده

- بسته‌های خودمراقبتی من
- بسته‌های آموزشی من
- بهداشت فردی (خواب، چشم، پوست و مو، دهان و دندان)
- تغذیه سالم و ریزمغذی‌ها
- فعالیت بدنی منظم (بر اساس سن و شرایط جسمی)
- مدیریت وزن و تناسب اندام
- سلامت روان (مهارت‌های زندگی، خودمراقبتی، مدیریت استرس و خشم)
- اطلاعیه‌ها / پیام‌ها
- آموزش مهارت‌های زندگی، والدگری و خودمراقبتی
- آموزش دوران بارداری و سالمندی
- سلامت جنسی و باروری



جنگ، حوادث و اورژانس

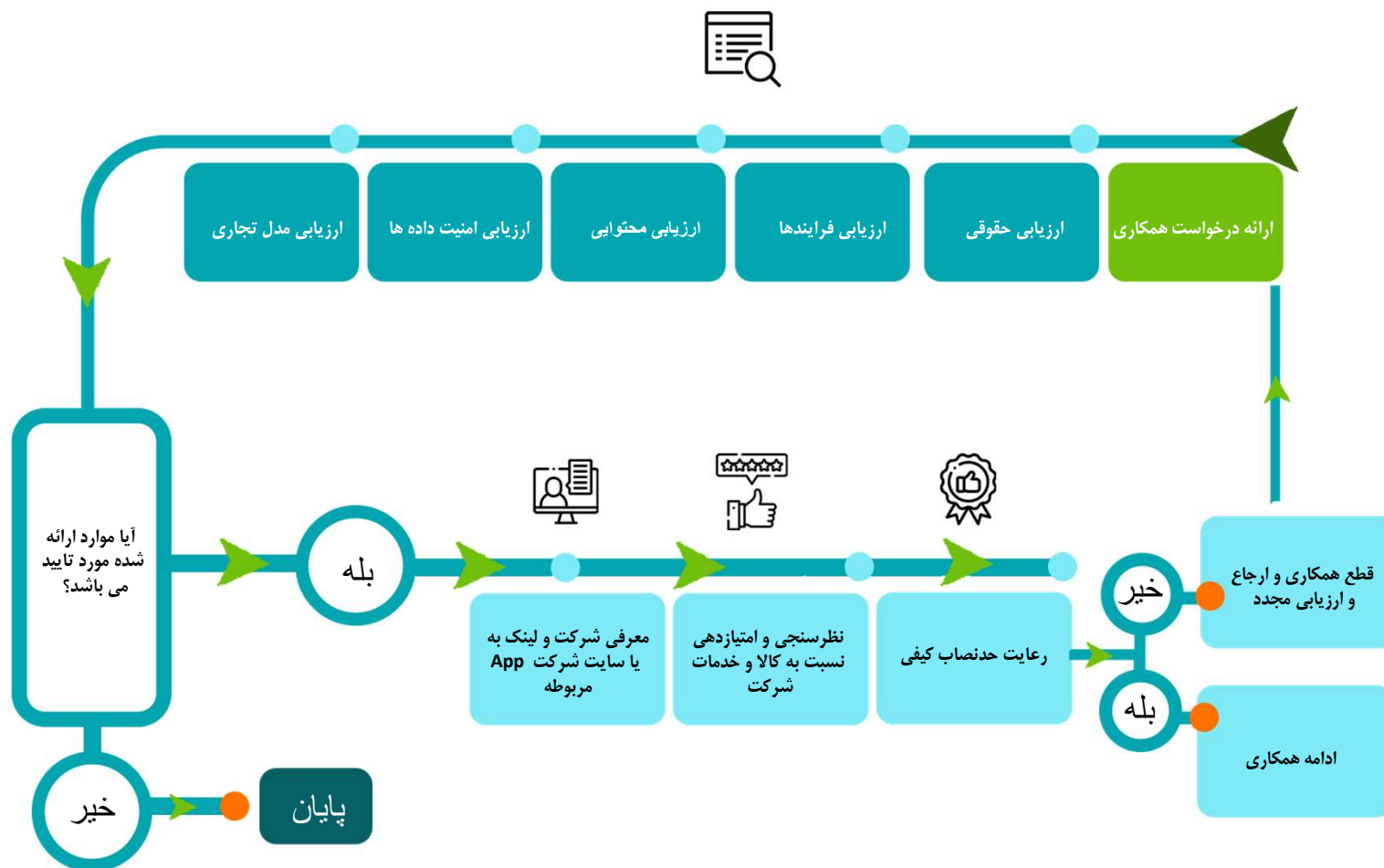
- تماس فوری با تیم سلامت
- تماس با اورژانس
- مراکز بهداشتی نزدیک من
- بیمارستان‌های نزدیک من
- داروخانه‌های نزدیک من
- آسیب‌های خانگی و ترافیکی
- کمپین‌های اختصاصی حوادث
- مشاوره چت‌بات / دستیار هوشمند
- کمک‌های اولیه در شرایط اضطراری
- آمادگی در برابر بلایا و بحران‌ها



واکسیناسیون و پیشگیری

- برنامه واکسیناسیون
- سوابق واکسیناسیون
- پیشگیری از بیماری‌های واگیر و حاد
- مراکز تلقیح

ارتباط با شرکت های ارائه دهنده خدمات و کالای سلامت محور

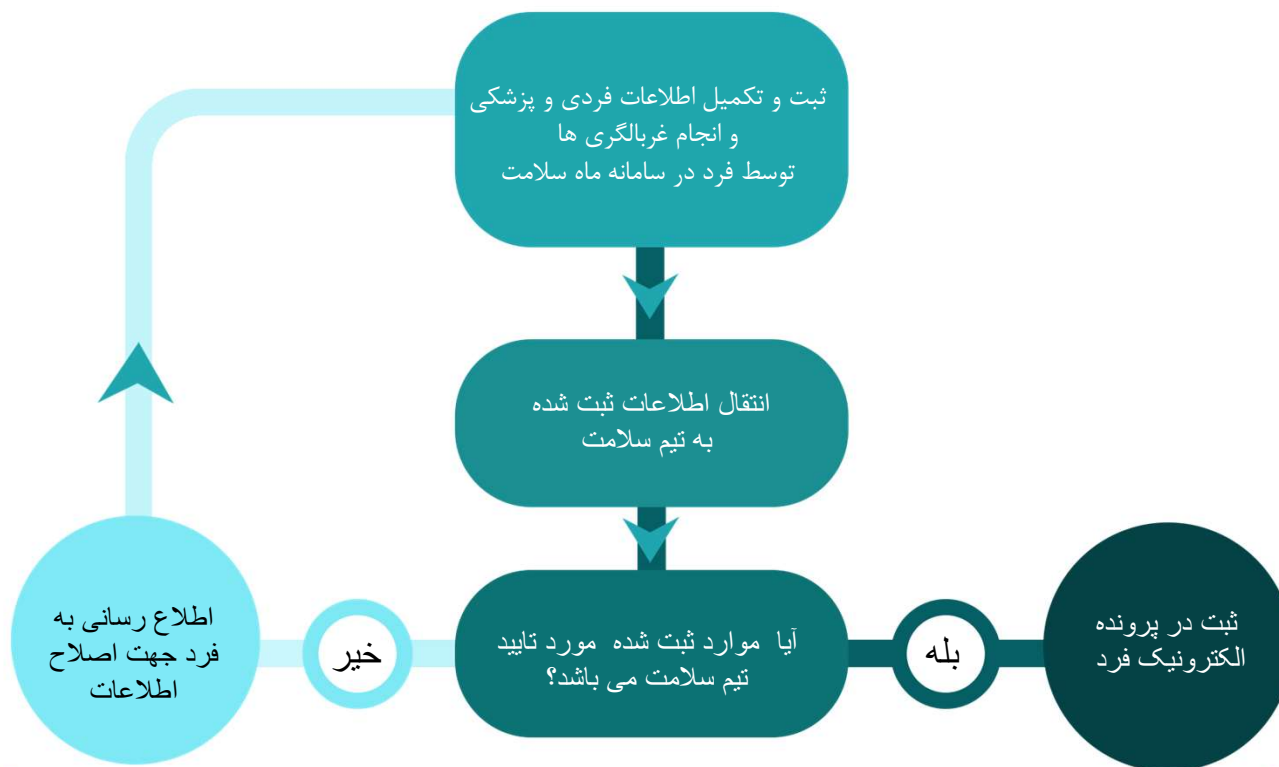


ارتباط با سامانه های سطح یک

منابع دانستیهای سلامت



ارتباط با سامانه های سطح یک





صدها شرکت دیگر

شرکت های ارائه دهندگان خدمات و کالا سلامت محور



آورده های سامانه خودمراقبتی و پیشگیری برای ذی‌نفعان کلیدی

□ اکوسیستم سلامت

- تضمین کیفیت و اثربخشی خدمات سلامت
- ایجاد ارتباط دو سویه در زنجیره کالاها/ خدمات سلامت- محور برای فرد/ خانواده از طریق بستر یکپارچه تنظیم‌گری- کاربری (Regulator-Operator)
- انجام غربالگری های رایج سطح یک خدمات سلامت بر اساس سن، جنس و سایر ویژگی ها
- اعمال قواعد پوشش بیمه
- تکمیل زنجیره خدمات سلامت
- تکمیل پایگاه داده سلامت فردی، مدیریت منسجم اطلاعات سلامت و پشتیبانی از تصمیمات داده-محور در حوزه سلامت
- مدیریت هوشمند وفاداری به برنامه های سلامت و پیگیری (Follow up) سیستمی
- ایجاد قابلیت انتقال اطلاعات درخواستی در صورت رضایت فرد و ارائه خدمات مکمل شخصی سازی شده
- بازمهندسی فرآیندهای ارائه کالاها/ خدمات سلامت- محور
- تقویت فضای رقابتی، تمرکز زدایی و اشتغال زایی موثر

□ افراد/ شهروندان

- دسترسی تمامی افراد به پرونده الکترونیک سلامت خود و خانواده
- ایجاد بازارگاه کالاها/ خدمات سلامت- محور بر اساس ویژگی های سنی/ جنسی/ خانوادگی/ جغرافیایی/ درآمدی و بصورت شخصی سازی شده با تمرکز بر نیازهای فرد و خانواده
- تعامل صوتی/ تصویری با ارائه دهندگان خدمات سلامت؛ خطوط ارتباط لحظه ای
- تجربه زندگی کیفی، بهبود سبک زندگی سلامت محور
- مدیریت بهینه هزینه های سلامت
- ارجاع آنلاین به مراکز ارائه خدمات/ کالاهای سلامت، با انتخاب فرد:
 - مشاوره و نوبت گیری آنلاین
 - دریافت و ثبت تجویز ارائه دهندگان خدمات سلامت (نسخه پزشک یا سایر اعضای تیم سلامت)
 - ارائه/ جستجوی پیشرفته فهرست ارائه دهندگان خدمات سلامت بر اساس موقعیت جغرافیایی و امکان سرویس دهی (داروخانه/ آزمایشگاه/ تصویربرداری/...)
 - مدیریت پرداخت آنلاین و خرید اعتباری
 - ارسال و تحویل دارو/ کالای تجویز شده
 - نوبت گیری برای دریافت خدمات سلامت تجویز شده (آزمایشگاه، فیزیوتراپی، تصویربرداری و ...)

□ حاکمیت و مدیریت کلان کشور

- افزایش برابری و تحقق عدالت
- مدیریت اطلاعات مورد نیاز برای سیاست گذاری در حوزه سلامت و مدیریت شرایط خاص (اپیدمی، پندمی و ...)
- کاهش هزینه های سربار سلامت در سطح فردی و نظام سلامت
- افزایش دسترسی و پوشش
- افزایش کیفیت خدمات
- بهبود وضعیت سلامت، حقوق انسانی و اجتماع
- مدیریت سیستمی کیفیت زندگی
- تزریق نوآوری به زنجیره کالاها/ خدمات سلامت از طریق پوشش کل ابعاد زندگی افراد
- شفافیت در خدمات سلامت و مدیریت کارآمد منابع

ارزیابی، امتیازدهی و نظرسنجی:

این بخش به منظور دریافت بازخورد کاربران طراحی شده است تا کیفیت خدمات و تجربه کاربری به شکل مستمر ارتقا یابد.



امتیازدهی به سامانه
ارزیابی تجربه کاربری از محیط
سایت، سرعت و کارآمدی



امتیازدهی به اپلیکیشن های ارائه
دهنده خدمت و کالا
امکان ثبت نظر و میزان رضایت کاربران
از کیفیت خدمات یا کالاها برای بهبود
تجربه و ارتقای عملکرد اپلیکیشن.



امتیازدهی به خدمت دهنده
ارزیابی کیفیت عملکرد پزشک یا
ارائه دهنده خدمات



فناوری امکان شنیدن صدای ذی نفعان و به تبع آن اصلاح امور را فراهم میکند.

اورژانس سلامت و بهداشت عمومی:

واکنش سریع سیستم بهداشتی به هر چیزی که سلامت جمعیت را تهدید کند.

- **پیشگیری و کنترل بیماری‌ها**

کنترل سریع شیوع بیماری‌های واگیر (مثال: آنفولانزا، کرونا، وبا و...)

- **واکنش به بلایا و حوادث و جنگ**

مدیریت بحران‌های طبیعی و انسانی (مثال: جنگ، زلزله، سیل، آلودگی آب و غذا، حوادث صنعتی)

- **هماهنگی بین سازمان‌ها**

همکاری با: مراکز بهداشتی-درمانی، سازمان‌های امدادی و مقامات محلی
هدف: کاهش اثرات بحران

- **اطلاع‌رسانی و آموزش عمومی**

ارائه راهنمایی فوری به مردم
جلوگیری از شیوع بیماری یا آسیب

- **جمع‌آوری داده و پایش سلامت**

تشخیص سریع الگوهای خطر
پیش‌بینی وضعیت‌های بحرانی آینده

نتایج مورد انتظار:

۱. دسترس پذیری

- ایجاد ارتباط دو سویه با ارائه‌دهندگان خدمات سلامت
- امکان مشاوره و پیگیری آنلاین
- دسترسی به پرونده الکترونیک سلامت
- مشاهده تاریخچه سلامت خود و خانواده

۲. سادگی

- استفاده از ابزارهای دیجیتال، اپلیکیشن‌ها و دستگاه‌های پایش سلامت
- توصیه‌های شخصی‌سازی شده بر اساس سبک زندگی
- انجام غربالگری‌ها و چکاپ‌های دوره‌ای بر اساس سن و جنس

۳. نظارت، پیگیری و اصلاح

- پایش وضعیت سلامت و یادآوری اقدامات لازم
- ثبت داده‌های فردی برای تصمیم‌گیری هوشمند و برنامه‌ریزی شخصی
- پیگیری و وفاداری به برنامه‌های سلامت
- توصیه‌های هوشمند و مبتنی بر داده AI





به ماه سلامت خوش آمدید



ورود و ثبت نام

لطفا شماره همراه خود را وارد کنید

شماره موبایل

ورود

نسخه 10.41.16





به ماه سلامت خوش آمدید

مراقبت آسان هوشمند سلامت



ورود و ثبت نام

لطفا شماره همراه خود را وارد کنید.

شماره موبایل

ورود

[قبلی <](#)

نسخه 10.41.16



سلامتتون ماه شد!

مراقبت آسان هوشمند سلامت



ابزارها و خودارزیابی



شاخص توده بدنی (BMI)، ارزیابی خطر قلبی-عروقی، غربالگری دیابت بارداری، آزمون‌های سلامت روان، پرسشنامه‌های دیگر



آموزش و آگاهی



سلامت الفی، ناخوشی‌های شایع / بیماری‌ها، سلامت زنان، بارداری و والدین، سلامت روان و ترک سیگار، پیشگیری و غربالگری‌ها، رژیم و تغذیه، سالم زندگی کنید، الفبای دارویی، مطالب ویژه/فراخوان/ اخبار



خدمات شخصی



پرونده سلامت من، واکسیناسیون، نوبت‌دهی، نسخه‌ها، نتایج آزمایش‌ها، سالم زندگی کنید، پرداخت‌ها و صورتحساب‌ها، اعلان‌ها و یادآورها



دسترسی به خدمات و مکان‌ها



نزدیک‌ترین بیمارستان/مرکز درمانی، نزدیک‌ترین داروخانه (شبانه‌روزی)، یافتن پزشک خانواده/عمومی، یافتن دندان‌پزشک/تراپیست، نقشه و مسیریابی، بازار کالا و خدمات سلامت محور، مراکز تلقیح

شروع

مرحله ۱

ثبت یا رجیستری بیماران فعلی ۵ بیماری شایع شامل :

- ۱- پرفشاری خون
- ۲- چربی خون
- ۳- دیابت
- ۴- سرطان سینه
- ۵- سرطان روده بزرگ

و همچنین مراقبت های مادر و کودک و واکسناسیون
غربال ، آموزش و برنامه های پیشگیری از ۵ بیماری فوق الذکر

مراحل عملیاتی

مرحله ۲

ثبت یا رجیستری بیماران فعلی ۵ بیماری شایع دیگر شامل :

- ۱- افسردگی و اضطراب
- ۲- بیماری های تنفسی
- ۳- مصرف دخانیات
- ۴- الگوی غذایی و تغذیه سالم
- ۵- چاقی و اضافه وزن

مرحله ۳

آموزش و غربال برای تمامی مراقبت ها و حوزه های مختلف



HeLPS-NET

۲. خودمراقبتی سازمانی

خودمراقبتی سازمانی فرآیندی انتخابی، مشارکتی و فعال برای ارتقای سلامت یک سازمان است که توسط ائتلافی (شورای ارتقای سلامت) از اعضای سازمان، طراحی، اجرا، پایش و ارزشیابی می شود. هدف در این رویکرد، ایجاد محیط کار سالم از طریق اجرای برنامه ها و خط مشی های ارتقای سلامت در محل کار، خلق محیط فیزیکی و فرهنگ حمایتی و تشویق شیوه زندگی سالم با همکاری کارکنان و کارفرمایان است.

خدمات این شوراها توسط **سامانه ملی خودمراقبتی سازمانی** ثبت، رصد و پایش و ارزشیابی می شود.

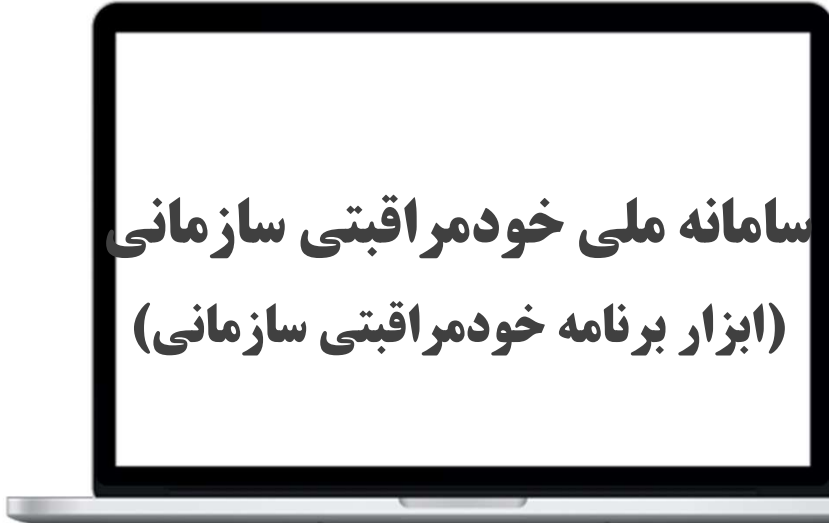
ابزار دیجیتال خودمراقبتی سازمانی

سامانه ملی خودمراقبتی سازمانی :

سامانه ملی خودمراقبتی سازمانی داشبورد دیجیتالی شوراهای ارتقای سلامت محل کار/ مدرسه است که در محل های کار بالای بیست نفر و تمام مدارس تشکیل می شود.

قابلیت ها و امکانات:

- ثبت مشخصات شورا
- ثبت مراحل برنامه ریزی عملیاتی مشارکتی برای ارتقای سلامت
- ثبت خودارزیابی های شورای ارتقای سلامت
- ثبت ارزشیابی خارجی
- آموزش و توانمندسازی اعضای شورا
- ثبت و به اشتراک گذاری تجارب برتر
- ثبت تعهدات و صدور گواهی نامه های اخذ شده
- شرکت در جشنواره خودمراقبتی سازمانی



سامانه ملی خودمراقبتی سازمانی
(ابزار برنامه خودمراقبتی سازمانی)

مراحل برنامه ریزی عملیاتی مشارکتی برای ارتقای سلامت





HeLPS-NET

۳. خودمراقبتی اجتماعی

خودمراقبتی اجتماعی با هدف ساماندهی و توسعه مشارکتهای پایدار، آگاهانه و داوطلبانه مردم و سازمانها و نهادهای اثرگذار در سلامت محله و شهر از طریق مشارکت در انجام کارهای داوطلبانه و خیرخواهانه؛ ایجاد تعامل و همافزایی میان مردم و بخشهای دولتی و غیردولتی؛ تعامل فعال میان مردم و کارکنان ارایه دهنده خدمت در پیگیری و اجرای مداخلات و برنامه های ارتقای سلامت بر اساس ظرفیت و نیاز محله/ شهر اجرا می گردد.

این برنامه شامل دو رویکرد «محله سالم» و «شهر سالم» است.



۳. خودمراقبتی اجتماعی

الف) محله سالم

راهبرد محله سالم (ارتقای سلامت محله محور)، آموزش، توانمندسازی و مشارکت فرد، خانواده و جامعه در تاب‌آوری محله محور و افزایش اعتماد و انسجام اجتماعی محله؛ طراحی و اجرای برنامه‌های ارتقای سلامت بر اساس برنامه‌ریزی عملیاتی مشارکتی محله محور و هم‌افزایی، هم‌سویی و همکاری نهادهای دولتی و غیردولتی محله است.



HeLPS-NET

۳. خودمراقبتی اجتماعی

الف) محله سالم

ارکان اجرایی در سطح ارتقای سلامت محله محور (محله سالم):

- هیات امنای محله (در مرکز خدمات جامع سلامت)
- شورای ارتقای سلامت محله (در پایگاه سلامت / خانه بهداشت)

تعداد محله های ارتقا دهنده سلامت در دانشگاه / دانشکده های علوم پزشکی

دانشگاه / دانشکده	تعداد محله	دانشگاه / دانشکده	تعداد محله	دانشگاه / دانشکده	تعداد محله
دانشکده علوم پزشکی آبادان	۱	دانشگاه علوم پزشکی جهرم	۲	دانشگاه علوم پزشکی قزوین	۹
دانشگاه علوم پزشکی اراک	۳	دانشکده علوم پزشکی چابهار	۱	دانشگاه علوم پزشکی قم	۹
دانشگاه علوم پزشکی اردبیل	۲۲	دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی	۱۴	دانشگاه علوم پزشکی کاشان	۴
دانشگاه علوم پزشکی ارومیه	۱۰	دانشکده علوم پزشکی خلخال	۲	دانشگاه علوم پزشکی کردستان	۳۴
دانشکده علوم پزشکی اسفراین	۱	دانشکده علوم پزشکی خمین	۲	دانشگاه علوم پزشکی کرمان	۵
دانشکده علوم پزشکی اسدآباد	۴	دانشکده علوم پزشکی خوی	۱	دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه	۳۳
دانشگاه علوم پزشکی اصفهان	۳۰	دانشگاه علوم پزشکی دزفول	۹	دانشکده علوم پزشکی گراش	۱
دانشگاه علوم پزشکی البرز	۲	دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان	۰	دانشگاه علوم پزشکی گلستان	۷
دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز	۲۹	دانشگاه علوم پزشکی زابل	۱۴	دانشگاه علوم پزشکی گناباد	۱
دانشگاه علوم پزشکی ایران	۲	دانشگاه علوم پزشکی زاهدان	۴	دانشگاه علوم پزشکی گیلان	۵
دانشگاه علوم پزشکی ایرانشهر	۳	دانشگاه علوم پزشکی زنجان	۳۴	دانشکده علوم پزشکی لارستان	۱
دانشگاه علوم پزشکی ایلام	۲	دانشگاه علوم پزشکی ساوه	۶	دانشگاه علوم پزشکی لرستان	۴
دانشگاه علوم پزشکی بابل	۲	دانشکده علوم پزشکی سراب	۲	دانشگاه علوم پزشکی مازندران	۲۴
دانشگاه علوم پزشکی بقم	۲	دانشگاه علوم پزشکی سبزوار	۵	دانشگاه علوم پزشکی مراغه	۷
دانشکده علوم پزشکی بهبهان	۸	دانشگاه علوم پزشکی سمنان	۲	دانشگاه علوم پزشکی مشهد	۷
دانشگاه علوم پزشکی استان بوشهر	۴۴	دانشکده علوم پزشکی سیرجان	۱	دانشگاه علوم پزشکی نیشابور	۳
دانشگاه علوم پزشکی بیرجند	۹	دانشگاه علوم پزشکی شاهرود	۱	دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان	۳۱
دانشگاه علوم پزشکی تبریز	۴	دانشکده علوم پزشکی شوشتر	۲	دانشگاه علوم پزشکی همدان	۲
دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه	۲	دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد	۴	دانشگاه علوم پزشکی یاسوج	۷
دانشکده علوم پزشکی تربت جام	۲	دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی	۴	دانشگاه علوم پزشکی یزد	۵
دانشگاه علوم پزشکی تهران	۶	دانشگاه علوم پزشکی شیراز	۱۹	جمع کل	۵۲۴
دانشگاه علوم پزشکی جیرفت	۱۱	دانشگاه علوم پزشکی فسا	۱		



HeLPS-NET

۳. خودمراقبتی اجتماعی

الف) محله سالم

تعداد محلات هدف کارگروه علمی عملیاتی حاشیه نشینی
وزارت کشور که اجرای برنامه محله های ارتقا دهنده
سلامت در آن شروع شده است

1404

تعداد دانشگاه هایی
که محله هدف دارند

39

دانشگاه

تعداد محله هایی که
برنامه را شروع کرده اند

247

محله

تعداد کل محله ها

330

محله

گزارش احصا شده از سامانه میزیتو
معرفی شده از طرف کارگروه علمی
عملیاتی حاشیه نشینی و مناطق
حاد و بحرانی وزارت کشور

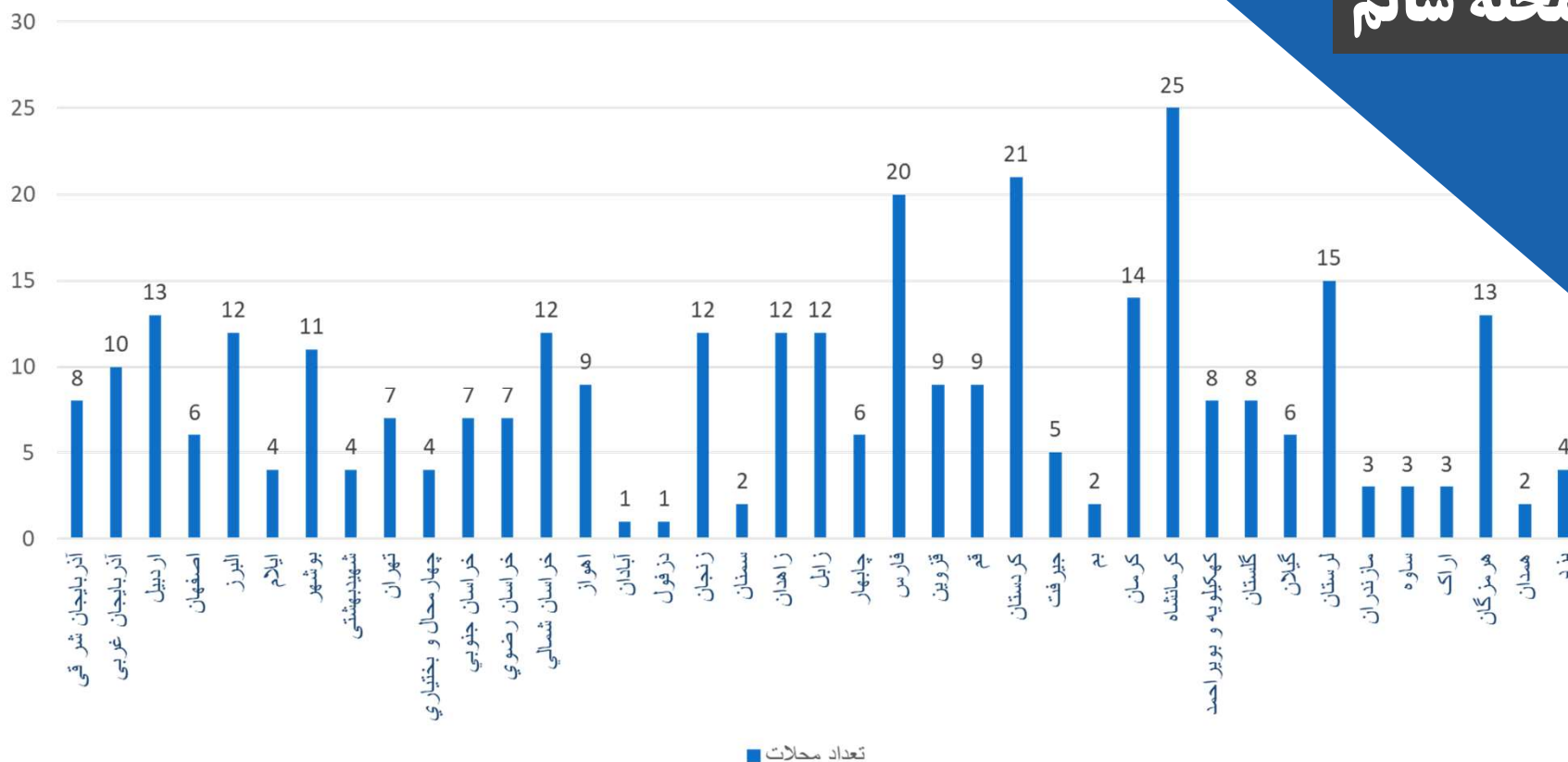


HeLPS-NET

تعداد محلات هدف کارگروه حاشیه نشینی (۳۳۰ محله)
بر اساس توزیع دانشگاه / دانشکده

۳. خودمراقبتی اجتماعی

الف) محله سالم

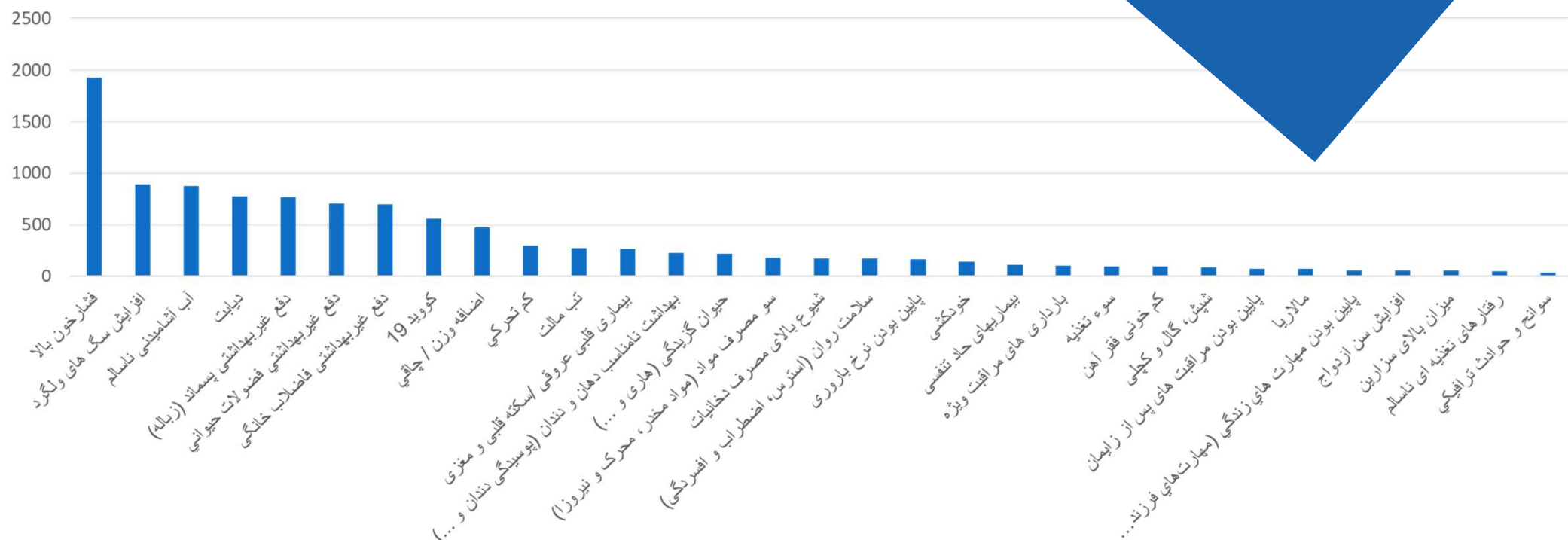




میزان فراوانی اولویت اول ۱۰۷۵۴ خانه بهداشت بر اساس نتایج
برنامه نیازسنجی و مداخلات ارتقای سلامت ۱۴۰۲

۳. خودمراقبتی اجتماعی

الف) محله سالم

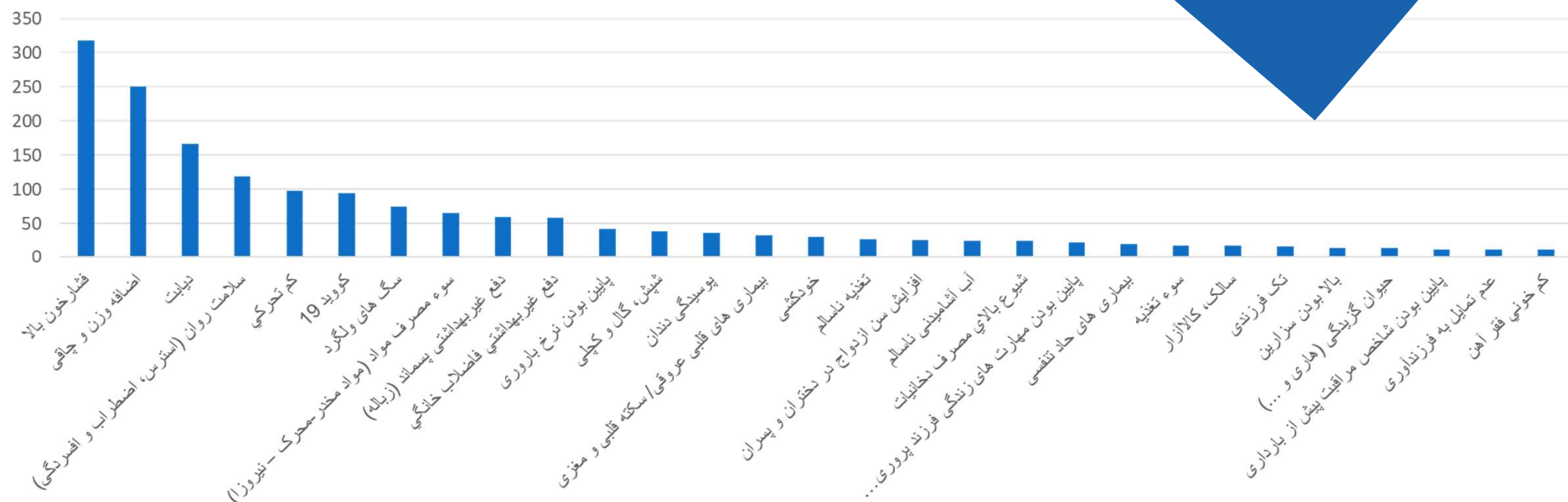




میزان فراوانی اولویت اول ۱۷۴۴ مرکز خدمات جامع سلامت بر
اساس نتایج برنامه نیازسنجی و مداخلات ارتقای سلامت ۱۴۰۲

۳. خودمراقبتی اجتماعی

الف) محله سالم





HeLPS-NET

۳. خودمراقبتی اجتماعی

(ب) شهر سالم

اهداف برنامه شهر سالم ارتقای خدمات بهداشتی و زیست محیطی؛ افزایش آگاهی و ظرفیت سازی؛ بسیج جامعه و بخش دولتی؛ قراردادن سلامت در مرکز توجه و دستورکار برنامه؛ رهبری و تقویت روحیه مشارکت در زمینه بسیج منابع بالقوه است. چشم انداز آن، ایجاد جامعه سالم برای همه گروه های سنی، جنسی و همه موقعیت ها مبتنی بر مشارکت جامعه و هماهنگی سازمان ها است.

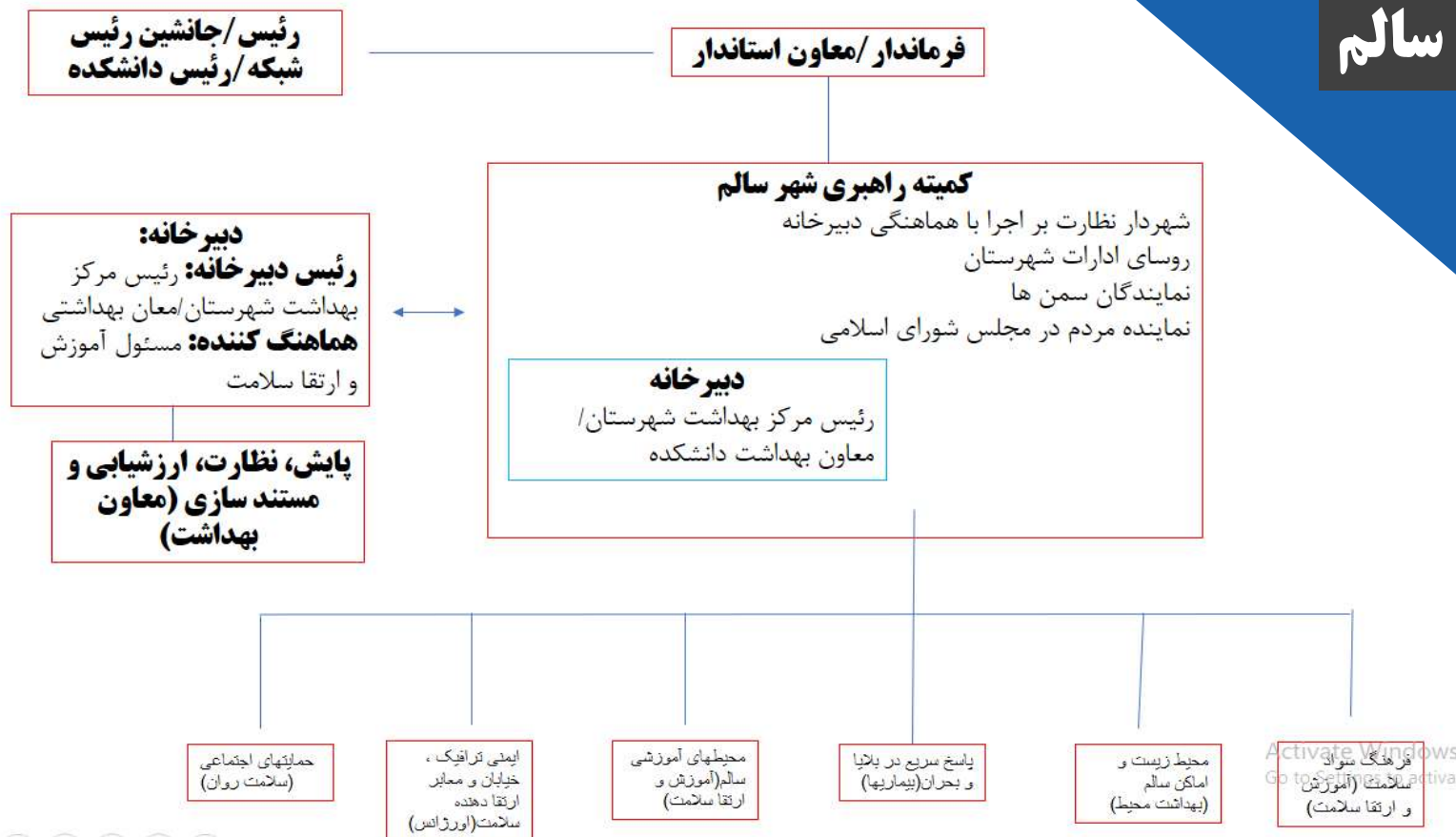


HeLPS-NET

اعضای و ساختار کمیته مرکزی و کارگروه
شهر سالم

۳. خودمراقبتی اجتماعی

(ب) شهر سالم



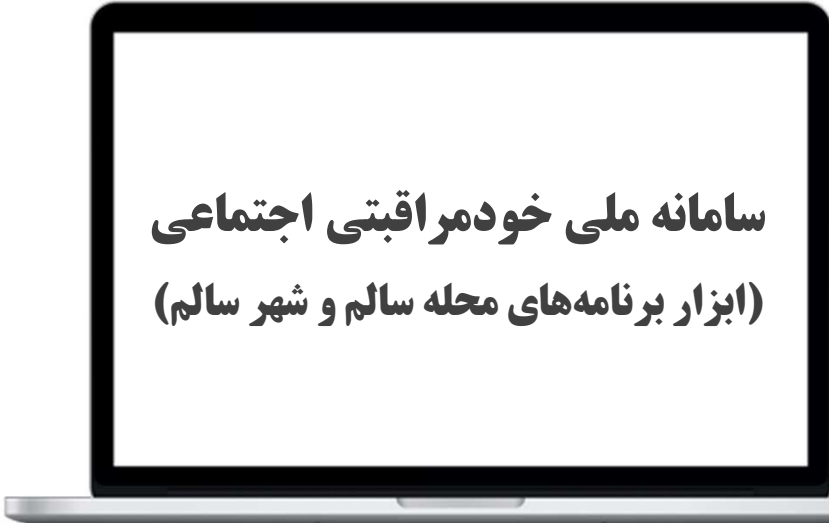
ابزار دیجیتال خودمراقبتی اجتماعی

سامانه ملی خودمراقبتی اجتماعی:

سامانه ملی خودمراقبتی سازمانی داشبورد دیجیتال شوراهای ارتقای سلامت محله است که در محله تشکیل می شود.

قابلیت‌ها و امکانات:

- ثبت مشخصات شورا ارتقای سلامت محله
- ثبت مراحل برنامه ریزی عملیاتی مشارکتی برای ارتقای سلامت
- ثبت خودارزیابی های شورای ارتقای سلامت محله
- ثبت ارزشیابی خارجی
- آموزش و توانمندسازی اعضای شورا
- ثبت و به اشتراک گذاری تجارب برتر
- ثبت تعهدات و دور گواهی نامه های اخذ شده
- شرکت در جشنواره خودمراقبتی اجتماعی



سامانه ملی خودمراقبتی اجتماعی
(ابزار برنامه‌های محله سالم و شهر سالم)



HeLPS-NET

۴. آموزش سلامت همگانی

❖ هدف، ارتقای فرهنگ و سواد سلامت در تمامی موقعیت‌ها مانند خانه، مدرسه، محل کار، محله با استفاده اثربخش از انواع رسانه‌های ارتباط جمعی و فناوری‌های نوین ارتباطی با مشارکت فعال مردم، اصحاب رسانه و تمامی دستگاه‌های فرهنگی و هنری کشور است.

❖ این برنامه شامل دو رویکرد «سواد سلامت» و «فرهنگ سلامت» است.



HeLPS-NET

۴. آموزش سلامت همگانی

الف) سواد سلامت

❖ سواد سلامت، که به عنوان توانایی درک و استفاده از اطلاعات مرتبط با سلامت تعریف می‌شود و از مهارت‌های ضروری هر فرد و جامعه برای خلق سلامت در مسیر آینده‌ی سالم است، در سال‌های اخیر مورد توجه بیشتری در جهان و همچنین در ایران قرار گرفته و از اهمیت فزاینده‌ای برخوردار شده است.

❖ سواد سلامت شامل پنج اقدام اصلی است، شامل دسترسی به اطلاعات سلامتی، درک این اطلاعات، ارزیابی اعتبار آن‌ها، به خاطر سپردن اطلاعات و استفاده از آن‌ها برای تصمیم‌گیری.



HeLPS-NET

۴. آموزش سلامت همگانی

الف) سواد سلامت

سامانه مدیریت و ارزیابی محتوای آموزشی سامانه ملی خودمراقبتی

به منظور ساماندهی و مدیریت رسانه های آموزشی حوزه سلامت که توسط اشخاص حقیقی و حقوقی و سازمان ها، موسسات تولید شده اند و تمایل به بارگذاری رسانه آموزشی خود (پیام/ رسانه ها/ اپلیکیشن) بر روی سامانه ملی خودمراقبتی دارد، نیاز به راه اندازی سامانه ای هوشمند است. نام این سامانه «سامانه مدیریت و ارزیابی محتوا آموزشی سامانه ملی خودمراقبتی» است.

هدف از راه اندازی این سامانه ایجاد سازوکاری شفاف، علمی و استاندارد برای بررسی، ارزیابی و صدور مجوز محتواها، رسانه ها و اپلیکیشن های حوزه سلامت قبل از انتشار در سامانه ملی خودمراقبتی، به منظور ارتقای کیفیت، پیشگیری از انتشار اطلاعات نادرست و اطمینان از همسویی با سیاست های وزارت بهداشت.



نقش‌ها و مسئولیت‌ها

در فرایند اجرایی سامانه مدیریت و ارزیابی محتوا آموزشی سامانه ملی خودمراقبتی

کارشناس دبیرخانه سامانه

بررسی اولیه مدارک، ارجاع
درخواست به ارزیابان مرحله اول

کمیته علمی تخصصی رسانه

ارزیابی استانداردهای ارتباطی،
آموزشی، طراحی و قابلیت استفاده



درخواست‌کننده

ثبت‌نام، تکمیل پروفایل، بارگذاری
محتوا و تکمیل فرم‌های مربوطه،
پاسخ به اصلاحات

کمیته علمی تخصصی محتوا

ارزیابی محتوای علمی و هم‌سویی با
راهنماهای وزارت بهداشت
تأیید هم‌راستایی محتوا با سیاست‌ها و
برنامه‌های ملی

مدیر سامانه

صدور مجوز نهایی، ابلاغ
نتایج به درخواست‌کننده



HeLPS-NET

۴. آموزش سلامت همگانی

(ب) فرهنگ سلامت

❖ شورای فرهنگ عمومی کشور به منظور تحقق ابعاد فرهنگی سیاست‌های کلی سلامت، ابلاغی مقام معظم رهبری، نقشه مهندسی فرهنگی کشور، نقشه جامع علمی کشور و بخش‌های مرتبط با سلامت در سند تحول بنیادین آموزش و پرورش به منظور ارتقای عادلانه سلامت در کشور با استفاده بهینه از مشارکت آگاهانه و مسئولانه مردم و توسعه همکاری‌های بین‌بخشی، «برنامه ارتقای فرهنگ سلامت و سبک زندگی سالم» طی جلسه ۸۰۰ شورای فرهنگ عمومی کشور مورخ ۱۳/۰۴/۱۴۰۲ تصویب نمود تا معاونت بهداشت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به عنوان متولی سلامت و سکان‌دار ترویج سبک زندگی سالم ایرانی اسلامی در راستای اعتلای فرهنگ سلامت اقدام نماید.



HeLPS-NET

۴. آموزش سلامت همگانی

ارکان اجرایی برنامه:

- شورای عالی انقلاب فرهنگی
- شورای فرهنگ عمومی کشور
- کارگروه ملی ارتقای فرهنگ سلامت
- کارگروه استانی ارتقای فرهنگ سلامت



ساختار مدیریتی
برنامه ارتقای فرهنگ سلامت و سبک زندگی سالم:

۴. آموزش سلامت همگانی

(ب) فرهنگ سلامت

برای اجرای برنامه ارتقای فرهنگ سلامت و سبک زندگی سالم، «کارگروه ارتقای فرهنگ سلامت» ذیل دبیرخانه شورای فرهنگ عمومی کشور در سطوح ملی و استانی (دانشگاه مادر)، دانشگاه، دانشکده تشکیل می‌شود.

- دبیرخانه کارگروه ملی در وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی تشکیل خواهد شد.
- حکم رییس کارگروه، توسط رییس شورای فرهنگ عمومی کشور و حکم دبیر و اعضای کارگروه با امضای رییس کارگروه صادر خواهد شد.

کارگروه استانی

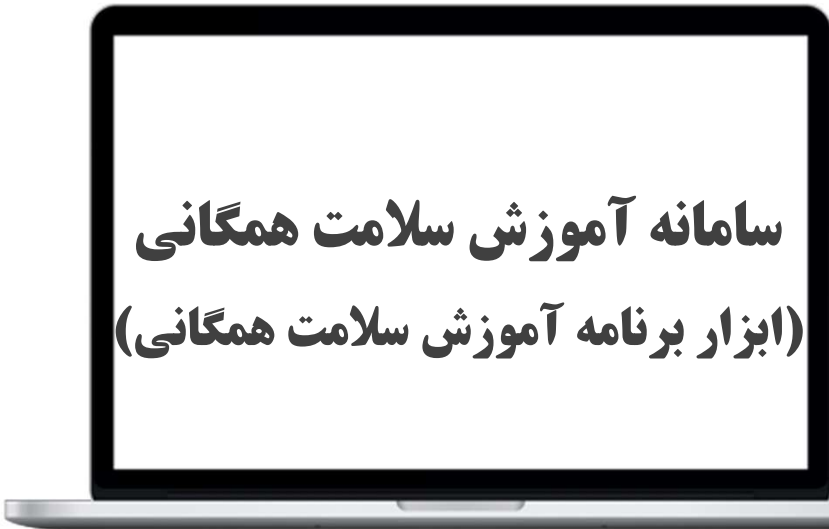
کارگروه استانی از مدیران استانی زیرمجموعه دستگاه‌های عضو کارگروه ملی که ترکیب آن در دستورالعمل اجرایی کارگروه استانی تصریح خواهد شد، در هر استان تشکیل می‌شود.

تعریف و هدف:

سامانه آموزش سلامت همگانی به آدرس iec.behdasht.gov.ir به عنوان مرجع معتبر اطلاعات سلامت کشور، بر اساس راهنماهای آموزش خودمراقبتی استاندارد در زمینه سبک زندگی سالم، ناخوشی های جزئی، بیماری های مزمن، فوریت ها و بلایا نسبت به انتشار رسانه های آموزشی و کمک آموزشی اثربخش در قالب آموزش های روتین و پویش های ملی آموزش سلامت اقدام می نماید.

قابلیت ها و امکانات:

- آموزش سلامت همگانی (الف تا ی سلامت)
- معرفی پویش های ملی آموزش سلامت
- آخرین اخبار آموزش سلامت
- آرشیو رسانه های آموزش سلامت (کتابخانه، گالری فیلم و صوت، ...)
- ارائه دوره های آموزش سلامت برخط
- یکپارچگی با بخش بدون لاگین سامانه ملی خودمراقبتی



سامانه آموزش سلامت همگانی
(ابزار برنامه آموزش سلامت همگانی)

برنامه شبکه جامع خودمراقبتی و ارتقای سواد سلامت

اجزای برنامه / شرکا / ابزار / محصول برنامه

۱

خودمراقبتی فردی

– سفیران سلامت
– خانواده/محله
– سامانه ملی
خودمراقبتی

خانه سالم

۲

خودمراقبتی
سازمانی

– شورای ارتقای سلامت
– محل کار / مدرسه
– سامانه ملی
خودمراقبتی سازمانی

محل کار / مدرسه سالم

۳

خودمراقبتی
اجتماعی

– شورای ارتقای سلامت
– محله / شهر
– سامانه ملی
خودمراقبتی اجتماعی

محله / شهر سالم

۴

آموزش سلامت
همگانی

– کارگروه ارتقای
فرهنگ سلامت
– سامانه آموزش سلامت
همگانی

سواد سلامت کافی،
ارتقای فرهنگ سلامت



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی



برنامه شبکه جامع
خودمراقبتی
و ارتقای سواد سلامت