

بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان

دانشکده بهداشت و تغذیه

گروه آموزشی بهداشت عمومی

دفترچه ثبت مهارت‌های کارآموزی در عرصه (۱)

دانشجویان کارشناسی پیوسته بهداشت عمومی

تاریخ تدوین: بهمن ماه ۱۳۹۸

تاریخ اولین بازنگری: مهرماه ۱۳۹۹

تاریخ دومین بازنگری: اسفند ۱۴۰۰

تاریخ سومین بازنگری: بهمن ۱۴۰۱

نام و نام خانوادگی دانشجو:

شماره دانشجویی:

نیمسال تحصیلی:

سال ورود:

فهرست

۴	قوانین و مقررات آموزشی در دوره کارآموزی در عرصه.....
۵	سرفصلهای ترم هفتم
۶	شیوه ارزشیابی کارآموز
۷	نظام سلامت
۸	واکسیناسیون
۱۰	کمکهای اولیه
۱۱	سلامت کودکان
۱۳	سلامت مادران
۱۶	سلامت باروری
۱۸	سلامت روان
۱۹	سلامت تغذیه
۲۰	آموزش سلامت

قوانین و مقررات آموزشی در دوره کارآموزی در عرصه

- رعایت آراستگی و سادگی ظاهر و پوشش مناسب دانشگاه و محل کار
- هر روز غیبت با نظر مربی یک روز و هر روز غیبت غیرموجه سه روز کارآموزی اضافه میشود.
- تاخیر در ورود یا تعجیل در خروج توسط مربی ثبت و به ازای هر پنج ساعت یک روز محاسبه خواهد شد.
- الزامی بودن استفاده از روپوش سفید و اتیکت در محل کار
- احترام، نزاکت و خوش برخوردی در ارتباط با مربی، کارکنان بهداشتی و مراجعه کنندگان
- حضور فعال و انجام صحیح و به موقع امور محوله
- ابراز علاقه مندی، انتقادپذیر بودن و داشتن انعطاف در دوره کارآموزی
- حفظ اسرار ارباب رجوع و رعایت اصول اخلاق پزشکی در مشاورهها
- مسئولیت پذیری در قبال امور محوله و مراقبت و نگهداری از کتابها، بوکلت چارت و جزوات
- کسب مجوز از مربی جهت خروج از محل کارآموزی
- جابجایی در افراد، مکان و زمان کارآموزی بدون هماهنگی با مسئول کارآموزی غیرمجاز می باشد.

سرفصلهای ترم هفتم (کارآموزی در عرصه ۱)

ردیف	واحد کارآموزی	تعداد واحد
۱	ساختار و مدیریت نظام سلامت	۰/۵
۲	واکسیناسیون	۱
۳	کمکهای اولیه	۰/۵
۴	کودکان	۱/۵
۵	بهداشت باروری	۱
۶	بهداشت روان	۰/۵
۷	تغذیه	۰/۵
۸	آموزش بهداشت	۱
۹	مادران	۱/۵
	جمع	۸

شیوه ارزشیابی کارآموز

ردیف	عنوان	نمره کسب شده	حداکثر نمره
۱	ارزشیابی از طریق لاگ بوک (مشارکت عملی در عرصه)		(۵ نمره)
۲	گزارش موردی		(۲ نمره)
۳	کنفرانس دستورالعمل		(۳ نمره)
۴	امتحان کتبی		(۵ نمره)
۵	اخلاق حرفه ای		(۳ نمره)
۶	نمره مسئول پایگاه		(۲ نمره)

نظام سلامت / هدف دوره: آشنایی با ساختار و مدیریت نظام سلامت

ملاحظات و تایید	طیف نحوه انجام فعالیت				فعالیت مورد انتظار	ردیف
	خوب	متوسط	ضعیف	انجام نداده		
	۳	۲	۱	۰		
					ترسیم ساختار شبکه بهداشتی درمانی شهرستان	۱
					طراحی برنامه ارتقاء یکی از فرآیندهای اصلی پایگاه	۲
					تکمیل، تحلیل و تفسیر زیج حیاتی	۳
					تکمیل، تحلیل و تفسیر پنل مدیریتی مراقب سلامت	۴

واکسیناسیون/هدف دوره: آشنایی با بیماریهای قابل پیشگیری با واکسن، کسب مهارت در نحوه انجام واکسیناسیون و برقراری ارتباط صحیح با مراجعین و ارائه آموزش

ملاحظات و تایید	طیف نحوه انجام فعالیت				فعالیت مورد انتظار	ردیف
	انجام نداده	ضعیف	متوسط	خوب		
	۰	۱	۲	۳		
					تزریق واکسیناسیون براساس آخرین دستورالعمل کشوری	۱
					تشخیص موارد منع تزریق واکسیناسیون	۲
					انجام صحیح واکسیناسیون ویژه افراد دارای بیماریهای خاص	۳
					انجام صحیح واکسیناسیون ویژه افرادی که در زمان مقرر مراجعه نکرده اند	۴
					انجام و تفسیر صحیح تست توبرکولین	۵
					مشاوره و آموزشهای لازم جهت مراقبتهای پس از تزریق واکسن	۶
					تشخیص صحیح عوارض واکسیناسیون و انجام اقدامات لازم در این زمینه	۷
					برآورد و درخواست واکسنهای مورد نیاز پایگاه سلامت	۸
					کنترل و ثبت درجه حرارت یخچال دو نوبت صبح و عصر	۹
					نگهداری صحیح واکسنها در کلدباکس	۱۰
					تشخیص و اقدام مناسب در مورد واکسنهای یخ زده و تاریخ مصرف گذشته	۱۱

					رعایت زنجیره سرد در ساعات اداری و هنگام تزریق واکسن	۱۲
--	--	--	--	--	--	----

کمک‌های اولیه/ هدف دوره: آشنایی با اصول کمک‌های اولیه

ملاحظات و تایید	طیف نحوه انجام فعالیت				فعالیت مورد انتظار	ردیف
	خوب	متوسط	ضعیف	انجام نداده		
	۳	۲	۱	۰		
					شناسایی داروهای ساده و رایج و انواع سرم	۱
					انجام صحیح تزریقات	۲
					گرفتن علائم حیاتی	۳
					انجام پانسمان	۴
					انجام اقدامات لازم در خونریزی و شوک	۵
					انجام صحیح CPR براساس پروتکل جدید آن	۶

سلامت کودکان/هدف دوره: آشنایی و کسب مهارت در ارائه مراقبت های اولیه سلامت کودکان، برقراری ارتباط

صحیح با مراجعین و ارائه آموزش

ملاحظات و تایید	طیف نحوه انجام فعالیت				فعالیت مورد انتظار	ردیف
	خوب	متوسط	ضعیف	انجام نداده		
	۳	۲	۱	۰		
					تشکیل پرونده بهداشتی برای کودکان زیر ۸ سال و ثبت در سامانه سیب	۱
					ارزیابی، آموزش و مشاوره های لازم در مورد وضعیت عمومی شیرخوار یا کودک (شامل اسهال، ناراحتی های گوش، گلودرد، زردی و ...)	۲
					ارزیابی، آموزش و مشاوره های لازم در مورد نشانه های خطر در کودکان	۳
					ارزیابی، آموزش و مشاوره های لازم در مورد وضعیت دهان و دندان در کودکان	۴
					اندازه گیری وزن و توانایی تفسیر آن براساس سن کودک	۵
					اندازه گیری قد و توانایی تفسیر آن براساس سن کودک	۶
					اندازه گیری دور سر و توانایی تفسیر آن براساس سن کودک	۷
					ارزیابی و آموزش و مشاوره های لازم در مورد تغذیه کودکان زیر ۶ سال	۸
					ارزیابی و آموزش و مشاوره های لازم در مورد وضعیت تکاملی	۹

					کودکان بر اساس پرسشنامه مراحل تکامل (ASQ)	
					رسم و تفسیر نمودار رشد کودکان و آموزش و مشاوره‌های لازم براساس آن	۱۰
					آموزش و مشاوره لازم در مورد روش های پیشگیری از سوانح و حوادث در کودکان	۱۱

سلامت مادران / هدف دوره: آشنایی و کسب مهارت در ارائه مراقبت های اولیه سلامت مادران، برقراری ارتباط صحیح با مراجعین و ارائه آموزش

ردیف	فعالیت مورد انتظار	طیف نحوه انجام فعالیت				ملاحظات و تایید
		انجام نداده	ضعیف	متوسط	خوب	
		۰	۱	۲	۳	
۱	آشنایی با نشانه ها و علائم تشخیص حاملگی (آشنایی با تست های تشخیص) و ثبت آنها در سامانه سیب					
۲	تکمیل پرونده بهداشتی و انجام مراقبت های دوران بارداری، تعیین فواصل مراقبت ها و ثبت در سامانه سیب					
۳	آشنایی با اهمیت گرفتن شرح حال در دوران بارداری (شرح حال قاعدگی، زایمان های قبلی، استعمال دخانیات، مصرف دارو، غربالگری روانی اجتماعی و....)					
۴	اندازه گیری صحیح قد و وزن مادر باردار و محاسبه BMI و تفسیر آن و تعیین محدوده مجاز افزایش وزن					
۵	آشنایی با نحوه صحیح کنترل علائم حیاتی (نبض، درجه حرارت، تنفس، فشارخون)					
۶	انجام مانورهای لئوپولد و اندازه گیری ارتفاع فوندوس رحم					
۷	شنیدن صدای قلب جنین و بررسی حرکات جنین					
۸	بررسی میزان تغییرات وزن و فشار خون و معاینات پوست،					

					چشم، رنگ پریدگی شدید، معاینه دهان و دندان، ادم و...
۹					آموزش بهداشت فردی به مادران باردار شامل تغذیه، ورزش، مسافرت، لباس پوشیدن، محل زایمان و روش زایمان، شیردهی، تنظیم خانواده، شغل و استراحت، مراقبت‌های دندانپزشکی و...
۱۰					تعیین تاریخ اولین روز آخرین قاعدگی (LMP) و محاسبه تاریخ احتمالی زایمان EDC
۱۱					آشنایی با آزمایشات روتین دوران بارداری و ثبت آنها در سامانه سیب
۱۲					ثبت سونوگرافی دوران بارداری در سامانه سیب
۱۳					آموزش و انجام ایمن سازی دوران بارداری و ثبت آن در سامانه سیب
۱۴					آموزش و مشاوره های لازم در خصوص تغییرات فیزیولوژیک و شکایات شایع (تهوع و استفراغ، یبوست، کمر درد و...) در دوران بارداری
۱۵					آموزش و مشاوره در خصوص تغذیه در دوران بارداری و تجویز مکمل های تغذیه ای برای مادر باردار
۱۶					آموزش و بررسی علایم خطر در هر بار انجام مراقبت مادر باردار (سردرد، تغییر بینایی، درد شکم و پهلوها، خونریزی، آبریزش، دیزوری و...) و ارجاع در صورت لزوم

					آموزش و مشاوره لازم مادران در معرض خطر مانند حاملگی چند قلویی و مادران مبتلا به دیابت، فشارخون و سایر بیماریهای زمینه‌ای و ارجاع در صورت لزوم	۱۷
					تکمیل پرونده بهداشتی و انجام مراقبت‌های پس از زایمان و ثبت در سامانه سیب	۱۸

سلامت باروری / هدف دوره: آشنایی و کسب مهارت در ارائه مراقبت های اولیه سلامت باروری، برقراری ارتباط صحیح با مراجعین و ارائه آموزش

ملاحظات و تایید	طیف نحوه انجام فعالیت				فعالیت مورد انتظار	ردیف
	خوب	متوسط	ضعیف	انجام نداده		
	۳	۲	۱	۰		
					مشاوره و آموزش زوجین قبل از ازدواج (مشاوره در زمینه لزوم بارداری و واکسیناسیون توام، مشاوره در زمینه STDS، تنظیم خانواده، تست پاپ اسمیر، BSE و ...)	۱
					آشنایی با عوارض بارداری ناخواسته بر روی مادر و جنین	۲
					آشنایی با اهمیت گرفتن شرح حال در مراقبت های پیش از بارداری (شامل سابقه تولید مثل، بیماریهای طبیی یا ژنتیکی، مصرف دارو، دخانیات، سن مادر و.....)	۳
					انجام مراقبت های پیش از بارداری (مانند معاینات دهان و دندان، تعیین BMI و سایر موارد براساس فرم مراقبت پیش از بارداری) و ارجاع در صورت ضرورت	۴
					آشنایی با آزمایشات روتین پیش از بارداری، ثبت آنها در سامانه سیب	۵
					انجام مراقبت های پیش از بارداری در ارتباط با بیماریهای	۶

					مزمّن مثل دیابت، بیماریهای ژنتیکی، پرفشاری خونی، بیماریهای قلبی،... و ارجاع در صورت لزوم	
					آموزش و مشاوره در ارتباط با پیشنهاد روشهای مناسب پیشگیری از بارداری و آشنایی با عوارض و موارد منع مصرف آنها	۷
					آموزش و مشاوره های لازم در خصوص آزمایشات مربوط به بیماری تالاسمی و پیگیری زوجین ناقل تالاسمی	۸
					مشاوره های لازم در ارتباط با پیشگیری از کاهش تک فرزندی	۹
					مشاوره و پیگیری لازم در خصوص انجام تست پاپ اسمیر	۱۰

سلامت روان / هدف دوره: آشنایی و کسب مهارت در ارائه مراقبت های اولیه سلامت روان، برقراری ارتباط صحیح با مراجعین و ارائه آموزش

ملاحظات و تایید	طیف نحوه انجام فعالیت				فعالیت مورد انتظار	ردیف
	خوب	متوسط	ضعیف	انجام نداده		
	۳	۲	۱	۰		
					ارزیابی و غربالگری اولیه علائم و نشانه های پنج گروه از بیماریهای اعصاب و روان	۱
					تکمیل پرونده بهداشتی و انجام مراقبتهای بهداشت روان و ثبت آن در سامانه سیب	۲
					ارزیابی و انجام مشاوره و آموزش های لازم در مورد کودک آزاری و همسرآزاری	۳
					محاسبه شاخصهای مربوط به بیماریهای روانی	۴
					پیگیری و مراقبت از بیماریهای روانی و اعتیاد	۵

سلامت تغذیه/ هدف دوره: آشنایی و کسب مهارت در ارائه مراقبت های اولیه سلامت تغذیه، برقراری ارتباط صحیح با مراجعین و ارائه آموزش

ملاحظات و تایید	طیف نحوه انجام فعالیت				فعالیت مورد انتظار	ردیف
	خوب	متوسط	ضعیف	انجام نداده		
	۳	۲	۱	۰		
					برگزاری کلاس آموزشی تغذیه ویژه گروههای هدف	۱
					آموزش و مشاوره های لازم در خصوص پیشگیری و کنترل اختلالات تغذیه‌ای (مانند کمبود ید، آهن و ...)	۲
					آموزش و مشاوره های لازم در ارتباط با الگوی صحیح تغذیه ای (مانند مصرف روغن خوراکی، نمک و مکملها) به گروههای هدف	۳

آموزش سلامت / هدف دوره: آشنایی و کسب مهارت در زمینه فرایند آموزش سلامت در مراکز خدمات جامع

سلامت

ملاحظات و تایید	طیف نحوه انجام فعالیت				فعالیت مورد انتظار	ردیف
	خوب	متوسط	ضعیف	انجام نداده		
	۳	۲	۱	۰		
					طراحی حداقل یک رسانه‌ی آموزشی از جمله پوستر، پمفلت، تاشو و....	۱
					انجام حداقل یک آموزش چهره به چهره به صورت کارآمد	۲
					نیازسنجی و طراحی یک برنامه مداخله آموزشی در مراکز خدمات جامع سلامت	۳
					اجرا و ارزشیابی برنامه مداخله آموزشی براساس فرم‌های ارزشیابی برنامه‌های آموزشی	۴