

به نام خداوند جان و خرد



دانشگاه علوم پزشکی گناباد

دانشکده پرستاری

گروه آموزشی پرستاری سلامت سالمندان و روان پرستاری

دفترچه ثبت فعالیت های آموزشی عملی و بالینی و عرصه جامعه

دانشجویان کارشناسی ارشد سلامت سالمندان

**M.SC. Geriatric nursing Log book**

نام و نام خانوادگی دانشجو:

شماره دانشجویی:

نیمسال شروع تحصیل در مقطع کارشناسی ارشد:

مدیر گروه:

استاد مشاور تحصیل:

به نام خدا

آنچه در این دفترچه تنظیم گردیده در راستای استفاده از روش های نوین آموزش و جهت توجه بیشتر شما به مسائل بهداشتی رشته خود تهیه و در طول دوره کارشناسی ارشد سلامت سالمندان در اختیار شما قرار گرفته است.

هدف آموزش این دفترچه (لاگ بوگ) ثبت کلیه فعالیت های دانشجوی اعم از آموزش، پژوهش، حرفه ای است که تحت نظارت مستقیم و غیر مستقیم اساتید می باشد.

استفاده از دفتر ثبت عملکرد تمرینی است تا بتوانید به بررسی تمام زوایای حرفه ای و از منظر کلیه افراد دیگر درمسأله آموزش و یادگیری دانشجوی توجهات مورد نظر را انجام دهید. و در نهایت فعالیت های یادگیری خود را بررسی و تجزیه و تحلیل مناسب قرار دهید.

با ارائه گزارشات و بازخورد مناسب از نحوه فعالیت آموزشی، پژوهشی از طرف اساتید مربوطه، نقائص کار و زمینه های پیشرفت شما آشکار می گردد.

ضمن آرزوی موفقیت در طی دوره آموزش عملی و کارآموزی، امید است بتوانید در جهت ارتقاء علمی و عملی خود به عنوان کارشناس سلامت سالمندی کوشا باشید.

### نحوه کاربرد Log book

۱. هر دانشجوی می بایست شخصاً **Log book** خود را تکمیل و اطلاعات ثبت شده را به تأیید استاد ناظر برساند.
۲. کلیه تجربیات علمی و عملی خود را در لاگ بوک ثبت یا پیوست نمایید.
۳. لاگ بوگ را در تمامی اوقات به همراه داشته باشید تا در موقع لزوم نسبت به ثبت اطلاعات در آن اقدام نمایید.
۴. لاگ بوگ باید به امضای مدیر گروه برسد.
۵. در پایان تحصیل ارائه دفترچه تکمیل شده به منظور انجام امور فارغ التحصیلی، الزامی است.

### قوانین و مقررات آموزشی

- ساعت کارآموزی صبحها از ساعت ۷/۳۰ تا ۱۳ عصرها از ساعت ۱۳/۳۰ تا ۱۸ می باشد.
- استفاده از یونیوم مطابق مقررات دانشکده اتیکت دانشجویی
- رعایت اصول اخلاقی و شئون اسلامی در برخورد بیماران، همراهان آنها، همکاران و کادر آموزشی – درمانی در بخش الزامی است.

- حضور دانشجو در تمام جلسات مربوط به کارآموزی و کار عملی الزامی است و ساعات غیبت دانشجو در این درس از ۰/۱ مجموع ساعات آن درس نباید تجاوز نماید (غیبت موجه شامل یک جلسه به ازای یک واحد همراه با یک جلسه جبرانی - غیبت غیر موجه شامل یک جلسه به ازای یک واحد همراه با دو جلسه جبرانی) لازم به ذکر است که در صورت غیبت بیش از یک جلسه به ازاء یک واحد دانشجو به امور بالینی معرفی می گردد.
- اختصاص بخشی از ساعت کار عملی یا کارآموزی به استفاده از کتابخانه و اینترنت در ارتباط با موضوع کارآموزی، در طول کارآموزی با نظر استاد مربوطه امکان پذیر است.
- کلیه تکالیف خود را در پایان دوره به مربی بالینی مربوطه خود تحویل دهید.

### درس ارائه شده در نیمسال اول:

ردیف	کد درس	نام درس	ساعت		جمع واحد	نوع درس
			نظری	عملی		
۱	۱۹۴۱۱۳	مفاهیم و مبانی سالمندشناسی	۲		۲	اختصاصی اجباری
۲	۱۹۴۱۱۴	اپیدمیولوژی سالمندی	۱/۵	۰/۵	۲	اختصاصی اجباری
۳	۱۹۴۱۱۵	تغذیه در سالمندان	۱/۵	۰/۵	۲	اختصاصی اجباری
۴	۱۹۴۱۱۷	کیفیت زندگی در دوره سالمندی	۲		۲	اختصاصی اجباری
۵	۱۹۴۱۱۸	بیولوژی و فیزیولوژی سالمندی	۲		۲	اختصاصی اجباری
۶	۱۹۴۱۰۱	سیستم های اطلاع رسانی پزشکی	۰/۵	۰/۵	۱	جبرانی
۷	۱۹۴۱۰۲	آمار و روش تحقیق پزشکی مبتنی بر شواهد (EBM)	۲	۱	۳	جبرانی
جمع واحدهایی که در طول نیمسال ارائه می گردد						
			۱۱/۵	۲/۵	۱۴	

## اپیدمیولوژی سالمندی:

نام درس: اپیدمیولوژی سالمندی				محل کارآموزی: مراکز سلامت جامعه شهری و روستایی		
نمره				صلاحیت‌های مورد انتظار	مراحل فرآیند	ردیف
کامل انجام شده	ناقص انجام شده	انجام نشده	۱۰ نمره			
				مصاحبه با حداقل دو سالمند و تشخیص افسردگی و اضطراب در آن بر اساس ابزارهاو پرسشنامه‌های مرتبط مانند: (GDS) و ...	افسردگی ی اضطراب در سالمندی	۱
				شناسایی عوامل ایجاد افسردگی و اضطراب در سالمند		
				راه‌های پیشگیری از افسردگی و اضطراب را به سالمندان و مراقب آن‌ها آموزش دهد.		
				مصاحبه با دو سالمند و ارزیابی عملکرد ذهنی آن (شناسایی دمانس و انواع اختلال شناختی) بر اساس ابزارهاو پرسشنامه‌های مرتبط ( MMSE و AMTS)	عملکرد ذهنی ، دمانس و اختلالات شناختی در سالمندی	۲
				شناسایی عوامل ایجاد کننده اختلال شناختی در سالمند		
				راه‌های پیشگیری از ایجاد اختلالات شناختی را به سالمندان یا مراقب آن آموزش دهد.		
				شناسایی بیماری‌های شایع در شهرستان بر اساس آمارهای معاونت بهداشت	بیماری‌های شایع در سالمندی	۳
				شناسایی عوامل ایجاد کننده بیماری‌های شایع در شهرستان را شناسایی کند.		
				برگزاری کلاس آموزشی به سالمندان یا مراقب آن‌ها در راستای آموزش راه‌های پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های شایع شهرستان		
امضای استاد					جمع نمره	۴

## تغذیه در سالمندان: ۵ / واحد عملی

نام درس: تغذیه				محل کارآموزی : مراکز سلامت جامعه شهری و روستایی		در سالمندان	
نمره				صلاحیت‌های مورد انتظار	مراحل فرآیند	ردیف	
کامل انجام شده	ناقص انجام شده	انجام نشده	۱۰ نمره				
				مصاحبه با دو سالمند و ارزیابی وضعیت تغذیه‌ای سالمند بر اساس ابزارهای مربوطه	نیازهای تغذیه‌ای در سالمندان	۱	
				آموزش تغذیه مناسب به سالمند یا مراقب آن در ارتباط با بیماری زمینه‌ای			
				آموزش سالمند یا مراقب آن در مورد تغذیه مناسب در ارتباط با داروهای مصرفی			
				برگزاری کلاس‌های آموزشی در ارتباط با تغذیه مناسب دوران سالمندی به سالمندان یا مراقب آن-ها			
امضای استاد				جمع نمره		۲	

## سیستم های اطلاع رسانی پزشکی: ۵/۰ واحد عملی

نام درس: سیستم				محل کارآموزی : دانشکده ، کتابخانه و بخش های مرتبط های اطلاع رسانی پزشکی			
نمره				صلاحیت های مورد انتظار	مراحل فرآیند	ردیف	
انجام نشده ۱۰ نمره	انجام نشده	ناقص انجام شده	کامل انجام شده				
				اطلاع کامل از موتورهای سرچ موجود	آشنایی و کار با موتورهای جستجوی مختلف و یادگیری ابزارهای مهم آنها	۱	
				توانایی سرچ مطالب با موتورهای سرچ موجود			
				شناخت کامل کتابخانه های فارسی و انگلیسی مرتبط با سالمندی	آشنایی و کار با کتابخانه های الکترونیک و پایگاه های استنادی علوم پزشکی مختلف و یادگیری ابزارهای مهم آنها	۲	
				توانایی سرچ مطلب در کتابخانه های فارسی و انگلیسی			
				جستجو کلمات کلیدی و سرعنوان موضوعی پزشکی را در دیتابیس های مختلف علوم پزشکی مرتبط با سالمندی	یادگیری و کاربرد کلمات کلید در جستجوی مقالات مرتبط در دیتا بیس های مختلف علوم پزشکی	۳	
				ساخت کتابخانه الکترونیکی در اند نوت	یادگیری نرم افزار اندنوت و چگونگی استفاده از آن در دیتابیس های مختلف علوم پزشکی در نگارش مقالات و پایان نامه ها	۴	
				ورود رفرنس به نرم افزار اند نوت			
				آشنایی کامل با انواع رفرنس- نویسی	مدیریت منابع و رفرنس نویسی در نگارش	۵	
				انتقال رفرنس ها از نرم افزار اند نوت به نرم افزار ورد			

				مقالات مطابق با ژورنال- های مختلف جهان و نگارش پایان نامه	توانایی نوشتن رفرنس ها به صورت دستی در نرم افزار اند نوت
۶	جمع نمره	امضای استاد			

### آمار و روش تحقیق پزشکی مبتنی بر شواهد (EBM): ا واحد عملی

محل کار آموزشی : دانشکده ، کتابخانه ، نت لب				نام درس: آمار و روش تحقیق پزشکی		
مبتنی بر شواهد (EBM)						
ردیف	مراحل فرآیند	صلاحیت های مورد انتظار	نمره			
			کامل انجام شده	ناقص انجام شده	انجام نشده	
۱۰					نمره	
۱	مطالعات حوزه سلامت سالمندی	تشخیص نوع مطالعه در مقالات مختلف (توصیفی، کارآزمایی بالینی، نیمه تجربی، کیفی و...)				
۲	پروپوزال	انتخاب موضوع در ارتباط با حیطه سلامت سالمندی				
		نوشتن پروپوزال در ارتباط با موضوع انتخابی (نوشتن بیان مسئله، اهداف، فرضیه، روش کار و جدول متغیرها)				
۳	SPSS	ورود داده به نرم افزار SPSS				
۴		تحلیل آماری داده های موجود در نرم افزار SPSS				
۶	جمع نمره	امضای استاد				

## دروس ارائه شده در نیمسال دوم:

پیشنیاز	نوع درس	جمع واحد	ساعت			نام درس	کد درس	ردیف
			کارآموزی	عملی	نظری			
۱۴، ۱۳	اختصاصی اجباری	۲	۱	-	۱	ارزیابی نیازهای بهداشتی سالمندان	۱۹۴۱۱۶	۱
	اختصاصی اجباری	۲	۰/۵	-	۱/۵	روانشناسی سالمندی	۱۹۴۱۱۹	۲
	اختصاصی اجباری	۲	۱	-	۱	مراقبت از سالمندان در جامعه، خانه و مراکز نگهداری	۱۹۴۱۲۰	۳
	اختصاصی اجباری	۲			۲	سالمندی و جنبه های اخلاقی و قانونی در مراقبت از سالمندان	۱۹۴۱۲۱	۴
	اختصاصی اختیاری	۲	۱	-	۱	اصول توانبخشی در سالمندان	۱۹۴۱۲۷	۵
	جبرانی	۲	-	-	۲	زبان تخصصی	۱۹۴۱۰۳	۶
		۱۲	۳/۵	-	۸/۵	جمع واحدهایی که در طول نیمسال ارائه می گردد		



## ارزیابی نیازهای بهداشتی سالمندان: ۱ واحد کارآموزی

نام درس: ارزیابی نیازهای				محل کارآموزی: مراکز بهداشتی، بازدید منزل، خانه سالمندان بهداشتی سالمندان	
نمره			صلاحیت‌های مورد انتظار	مراحل فرآیند	ردیف
کامل انجام شده	ناقص انجام شده	انجام نشده			
			مصاحبه با حداقل یک سالمند و تشخیص نیازهای بهداشتی آن (بر اساس پرسشنامه و ابزارهای موجود)	ارزیابی نیازهای بهداشتی سالمندان	۱
			اولویت بندی نیازهای بهداشتی سالمند مصاحبه شده		۲
			ارائه راهکارهای مناسب در راستای رفع نیازهای بهداشتی سالمند (مقیم جامعه و یا سرای سالمندان)		۳
			طراحی برنامه نیازسنجی بر اساس SMART		۶
امضای استاد				جمع نمره	

## روانشناسی سالمندی: ۵/۰ واحد کارآموزی

نام درس:				محل کارآموزی : مراکز سلامت جامعه شهری و روستایی		روانشناسی سالمندی		
نمره				صلاحیت‌های مورد انتظار	مراحل فرآیند	ردیف		
کامل انجام شده	ناقص انجام شده	انجام نشده	۱۰ نمره					
				مصاحبه با دو سالمند برقراری ارتباط مناسب و توانایی گرفتن شرح حال تشخیص نوع شخصیت، خلق و سایر مشکلات آن بر اساس ابزارهای موجود	تغییرات خلقی و شخصیتی در سالمندی (اختلالات روان، داغ‌دیدگی و...)	۱		
				شناسایی مشکلات روان سالند				
				ارائه راهکار برای پیشگیری از وجود عوارض ناشی از اختلالات روان در سالمند				
				آموزش راه‌کارهای مناسب به سالمند یا مراقب آن برای پیشگیری و درمان علائم روان شناسایی شده				
امضای استاد					جمع نمره	۲		

## مراقبت از سالمندان در جامعه، خانه و مراکز نگهداری: ۱ واحد

نام درس:				محل کارآموزی : خانه های سالمندان شبانه روزی یا روزانه ، منازل سالمندان مراقبت از سالمندان در جامعه، خانه و مراکز نگهداری			
نمره				صلاحیت‌های مورد انتظار	مراحل فرآیند	ردیف	
کامل انجام شده	ناقص انجام شده	انجام نشده	۱۰ نمره				
				مصاحبه با سالمند در مراکز	سالمندان در مراکز مراقبتی ، شبانه و روزانه	۱	
				شناسایی مشکلات سالمند در مراکز ( تطابق، تنهایی، زندگی جمعی)			
				ارائه راهکارهای مناسب برای مشکلات مربوط به سالمند			
				آموزش راهکارهای مناسب به سالمند و پرسنل مراکز جهت پیشگیری تطابق مناسب			
				شناخت مراکز و NGOهای مرتبط با سالمندی در سطح جامعه	شبکه‌ها حمایتی و مراقبتی و رفاهی سالمند	۲	
				برگزاری کلاس‌های آموزشی برای سالمندان جامعه با هدف آشناسازی سالمند با سیستم‌های مراقبتی و حمایتی ایران			
				شناخت مسایل و مشکلات دوران بازنشستگی، نحوه برخورد با علایم سندرم پیش از بازنشستگی	بازنشستگی و تطابق با آن	۳	
				طراحی برنامه اوقات فراغت و مدیریت زمان در دوران بازنشستگی			
امضای استاد				جمع نمره		۳	

## اصول توانبخشی در سالمندان: ۱ واحد کارآموزی

نام درس: اصول				محل کارآموزی : مراکز ارائه دهنده خدمات توانبخشی در سالمندان		توانبخشی در سالمندان	
نمره				صلاحیت‌های مورد انتظار	مراحل فرآیند	ردیف	
۱۰ نمره	انجام نشده	ناقص انجام شده	کامل انجام شده				
				مصاحبه با حداقل یک سالمند در راستای ارزیابی عملکرد سالمند	ارزیابی عملکردی سالمند	۱	
				آموزش ورزش‌های مناسب دوران سالمندی بر اساس دامنه فعالیت سالمند			
				آموزش سالمند برای استفاده صحیح از وسایل حرکتی کمکی			
				برگزاری کلاس‌های آموزشی برای سالمندان و یا مراقب آن‌ها با در راستای پیشگیری از سقوط	سقوط	۲	
امضای استاد				جمع نمره		۳	

### دروس ارائه شده در نیمسال سوم :

پیشنیاز	نوع درس	جمع واحد	ساعت			نام درس	کد درس	ردیف
			کارآموزی	عملی	نظری			
	اختصاصی اجباری	۲	۱	-	۱	ارزیابی جامع سلامت در سالمندان	۱۹۴۱۲۲	۱
۱۸	اختصاصی اختیاری	۲	۱	-	۱	اصول مدیریت مصرف دارو در سالمندان	۱۹۴۱۲۶	۲
	اختصاصی اختیاری	۱			۱	محیط و سالمندی و ارگونومی	۱۹۴۱۳۰	۳
	اختصاصی اجباری	۳	۳	-		کارآموزی در عرصه	۱۹۴۱۲۳	۴
		۸	۵		۳	جمع واحدهایی که در طول نیمسال ارائه می گردد		

## ارزیابی جامع سلامت در سالمندان: ۱ واحد کارآموزی

نام درس: ارزیابی				محل کارآموزی : مراکز بهداشتی و سلامت جامعه شهری و روستایی		جامع سلامت در سالمندان	
نمره				صلاحیت‌های مورد انتظار	مراحل فرآیند	ردیف	
۱۰ نمره	انجام نشده	ناقص انجام شده	کامل انجام شده				
				مصاحبه با حداقل یک سالمند و ارزیابی سلامت سالمند با استفاده از ابزارهای سنجش سلامت سالمند (ADL و ...)	بررسی وضعیت سلامت سالمندان	۱	
				انجام معاینات سیستم‌های مختلف بدن حداقل یک سالمند (پوست، گوش، دستگاه گوارش و....)			
				شناسایی مشکلات جسمی سالمند			
				ارجاء صحیح سالمند به متخصص مربوطه با توجه به مشکلات شناسایی شده			
امضای استاد				جمع نمره		۶	

### اصول مدیریت مصرف دارو در سالمندان: ۱ واحد کارآموزی

محل کارآموزی : مراکز سلامت جامعه واحد ترخیص سالمندان در بیمارستان .کلینیک خودمراقبتی در بیمارستان نام درس: اصول مدیریت مصرف دارو در سالمندان						
نمره				صلاحیت‌های مورد انتظار	مراحل فرآیند	ردیف
۱۰ نمره	انجام نشده	ناقص انجام شده	کامل انجام شده			
				مصاحبه با حداقل یک سالمند و ارزیابی داروهای مصرفی سالمند	شناخت داروها مربوط به سالمندی	۱
				تهیه لیست دارویی مصرفی سالمند		
				شناسایی عوارض و تداخلات مربوط به داروهای مصرفی		
				آموزش به سالمند یا مراقب آن در ارتباط با نحوه صحیح مصرف دارو با هدف پیشگیری از به وجود آمدن عوارض جانبی		
امضای استاد				جمع نمره	۶	

### کارآموزی در عرصه: ۳ واحد

محل کارآموزی : بخش های بیمارستانی، مراکز سلامت جامعه واحد ترخیص سالمندان در بیمارستان .کلینیک خودمراقبتی در بیمارستان ، مراکز شبانه روزی و روزانه ( خانه های سالمندان) نام درس: کارآموزی در عرصه						
نمره				صلاحیت‌های مورد انتظار	مراحل فرآیند	ردیف
۱۰ نمره	انجام نشده	ناقص انجام شده	کامل انجام شده			
				برنامه های مراقبت از سالمندان در مراکز بهداشتی را بشناسند، با سامانه سیب و نحوه درج اطلاعات و پیگیری مسایل سالمندان در سامانه را بشناسد .  مسایل منطقه ای مرتبط با جمعیت سالمند را بتوانند تحلیل و تفسیر نمایند .	۱- در مراکز ستادی شهرستان: با محتوای برنامه های مراقبت سالمندان و شاخص های بهداشتی  ۲- در مراکز بهداشتی و درمانی شهری یا روستایی	۱

			<p>در مراکز بهداشتی ضمن دسترسی به پرونده خانوار دارای سالمند ، با نحوه ویزیت در منزل ، ارزیابی مشایل محیطی ، جسمی ، روانی و بیماری های سالمند با همکاری کارشناس مراقبت سالمندان برای حداقل ۵ خانواده سطوح مختلف مراقبتی را بر اساس دانش بدست آورده تنظیم و برنامه ریزی و اجرا نمایند .</p>	<p>۳- مراکز نگهداری سالمندان: ۴- در بیمارستان ها، بخش های فیزیوتراپی، کلینیک خودمراقبتی</p>	
			<p>در مراکز نگهداری سالمندان با همراهی مربی مربوطه بتواند خدمات مشاوره ای و مراقبتی به سالمندان در آن مجموعه را با توجه به شرایط آنها برنامه ریزی و اجرا نماید</p>		
			<p>در بیمارستان ها و سایر بخش های مرتبط با همکاری سایر اعضا تیم درمان ، از آموخته های خود در جهت تکمیل برنامه مراقبتی و با توجه به نقش خود استفاده نمایند.</p>		
		امضای استاد		جمع نمره	۶



### دروس ارائه شده در نیمسال چهارم:

پیشنیاز	نوع درس	جمع واحد	ساعت		نام درس	کد درس	ردیف
			عملی	نظری			
	اختصاصی اجباری	۴	۴		پایان نامه	۱۹۴۱۲۴	۱
		۴	۴		جمع واحدهایی که در طول نیمسال ارائه می گردد		