



بسمه تعالی  
معاونت آموزش  
دفتر طرح و برنامه های درسی

## استاندارد آموزش شغل

# عنوان آموزش شغل مراقبت و نگهداری از سالمندان

## گروه شغلی خدمات آموزشی

کد ملی آموزش شغل

۰-۷۱/۱۱/۱/۱

تاریخ تدوین استاندارد:

تا تاریخ ۹۵/۵/۱

مدت اعتبار استاندارد: از تاریخ ۹۰/۵/۱



نظارت بر تدوین محتوا و تصویب : دفتر طرح و برنامه های درسی

کد ملی شناسایی آموزش شغل: ۷۱/۱۱/۱/۱-۰

اعضاء کمیسیون تخصصی برنامه ریزی درسی رشته خدمات آموزشی :

حوزه های حرفه ای و تخصصی همکار برای تدوین استاندارد آموزش شغل :  
- اداره کل آموزش فنی و حرفه ای خوزستان  
-

فرآیند اصلاح و بازنگری :

-  
-

آدرس دفتر طرح و برنامه های درسی

تهران - خیابان آزادی ، خیابان خوش شمالی ، نبش خیابان نصرت ، ساختمان شماره ۲ ، سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور ، پلاک

۲۵۹

تلفن ۹ - ۶۶۵۶۹۹۰۰

دورنگار ۶۶۹۴۴۱۱۷

آدرس الکترونیکی : Barnamehdarci @ yahoo.com



تهیه کنندگان استاندارد آموزش شغل  شایستگی

| ردیف | نام و نام خانوادگی | آخرین مدرک تحصیلی              | رشته تحصیلی               | شغل و سمت                        | سابقه کار مرتبط | آدرس ، تلفن و ایمیل   |
|------|--------------------|--------------------------------|---------------------------|----------------------------------|-----------------|---|
| ۱    | ناهید عطایان       | کارشناسی                       | علوم تربیتی               | مربی فنی و حرفه ای               | ۱۵ سال          | تلفن ثابت :<br>تلفن همراه : ۰۹۱۶۶۱۰۰۵۹۹<br>ایمیل : dihan_33<br>آدرس : اهواز - کوی ملت - خ ۱۹ اق   |
| ۲    | شهلا ترکی          | کارشناسی                       | روانشناسی عمومی           |                                  | ۲ سال           | تلفن ثابت :<br>تلفن همراه : ۰۹۳۵۹۹۹۶۵۶۸<br>ایمیل :<br>آدرس :  |
| ۳    | پروانه ترکی نژاد   | کارشناسی علوم تربیتی           | مدیریت برنامه ریزی آموزشی | کارشناس پژوهش                    | ۱۵ سال          | تلفن ثابت : ۰۶۱۱-۲۲۹۰۱۲۹<br>تلفن همراه : ۰۹۱۶۶۱۱۷۸۵۰<br>آدرس : اهواز-سپیدار-بلوار فنی و حرفه ای -اداره کل آموزش فنی و حرفه ای خوزستان-واحد پژوهش و برنامه ریزی<br>ایمیل : pajooohesh@khztvto.co |
| ۴    | میتر روشن فرد      | کارشناس مامائی و دانشجوی پزشکی | مامائی عمومی              | ماما                             | ۱۹ سال          | تلفن ثابت :<br>تلفن همراه :<br>ایمیل :<br>آدرس : باهنر_منطقه ۵<br>بلوک ۱ پلاک ۱۶۹ بلوک ۱  |
| ۵    | زینب پرچی          | کارشناسی                       | ادبیات فارسی              | کارشناس مسئول سنجش و مسئول پژوهش | ۱۵ سال          | تلفن ثابت : ۰۶۱۱-۲۲۹۰۱۲۹<br>تلفن همراه : ۰۹۱۶۳۰۰۹۵۲۹<br>آدرس : اهواز-سپیدار-بلوار فنی و حرفه ای -اداره کل آموزش فنی و حرفه ای خوزستان-واحد پژوهش و برنامه ریزی<br>ایمیل : pajooohesh@khztvto.co |



## **تعاریف :**

### **استاندارد شغل :**

مشخصات شایستگی ها و توانمندی های مورد نیاز برای عملکرد موثر در محیط کار را گویند در بعضی از موارد استاندارد حرفه ای نیز گفته می شود .

### **استاندارد آموزش :**

نقشه‌ی یادگیری برای رسیدن به شایستگی های موجود در استاندارد شغل .

### **نام یک شغل :**

به مجموعه ای از وظایف و توانمندی های خاص که از یک شخص در سطح مورد نظر انتظار می رود اطلاق می شود .

### **شرح شغل :**

بیانیه ای شامل مهم ترین عناصر یک شغل از قبیل جایگاه یا عنوان شغل ، کارها ارتباط شغل با مشاغل دیگر در یک حوزه شغلی ، مسئولیت ها ، شرایط کاری و استاندارد عملکرد مورد نیاز شغل .

### **طول دوره آموزش :**

حداقل زمان و جلسات مورد نیاز برای رسیدن به یک استاندارد آموزشی .

### **ویژگی کارآموز ورودی :**

حداقل شایستگی ها و توانایی هایی که از یک کارآموز در هنگام ورود به دوره آموزش انتظار می رود .

### **کارورزی :**

کارورزی صرفاً در مشاغلی است که بعد از آموزش نظری یا همگام با آن آموزش عملی به صورت محدود یا با ماکت صورت می گیرد و ضرورت دارد که در آن مشاغل خاص محیط واقعی برای مدتی تعریف شده تجربه شود. (مانند آموزش یک شایستگی که فرد در محل آموزش به صورت تئوریک یا با استفاده از عکس می آموزد و ضرورت دارد مدتی در یک مکان واقعی آموزش عملی ببیند و شامل بسیاری از مشاغل نمی گردد.)

### **ارزشیابی :**

فرآیند جمع آوری شواهد و قضاوت در مورد آنکه یک شایستگی بدست آمده است یا خیر ، که شامل سه بخش عملی ، کتبی عملی و اخلاق حرفه ای خواهد بود .

### **صلاحیت حرفه ای مربیان :**

حداقل توانمندی های آموزشی و حرفه ای که از مربیان دوره آموزش استاندارد انتظار می رود .

### **شایستگی :**

توانایی انجام کار در محیط ها و شرایط گوناگون به طور موثر و کارا برابر استاندارد .

### **دانش :**

حداقل مجموعه ای از معلومات نظری و توانمندی های ذهنی لازم برای رسیدن به یک شایستگی یا توانایی . که می تواند شامل علوم پایه ( ریاضی ، فیزیک ، شیمی ، زیست شناسی ) ، تکنولوژی و زبان فنی باشد .

### **مهارت :**

حداقل هماهنگی بین ذهن و جسم برای رسیدن به یک توانمندی یا شایستگی . معمولاً به مهارت های عملی ارجاع می شود .

### **نگرش :**

مجموعه ای از رفتارهای عاطفی که برای شایستگی در یک کار مورد نیاز است و شامل مهارت های غیر فنی و اخلاق حرفه ای می باشد .

### **ایمنی :**

مواردی است که عدم یا انجام ندادن صحیح آن موجب بروز حوادث و خطرات در محیط کار می شود .

### **توجهات زیست محیطی :**

ملاحظات است که در هر شغل باید رعایت و عمل شود که کمترین آسیب به محیط زیست وارد گردد.

|   |            |
|---|------------|
| <b>نام استاندارد آموزش شغل<sup>۱</sup> :</b>  |            |
| <b>مراقبت و نگهداری از سالمندان</b>   |            |
| <b>شرح استاندارد آموزش شغل:</b>   |            |
| مراقبت و نگهداری سالمندان از مشاغل حوزه خدمات می باشد که وظایفی از جمله کمک رسانی عاطفی، روحی و جسمانی به سالمندان، طبقه بندی مراحل رشد سالمندان، خوراندن دارو، خواباندن و استحمام کردن سالمندان را برعهده دارد. این شغل ارتباط مستقیم با پزشک مخصوص سالمند و دیگر پزشکان و مراکز نگهداری از سالمندان دارد. |            |
| <b>ویژگی های کارآموز ورودی :</b>  |            |
| حداقل میزان تحصیلات : دیپلم   |            |
| حداقل توانایی جسمی و ذهنی : سلامت جسمی و روحی   |            |
| مهارت های پیش نیاز : دوره کمک های اولیه و تزریقات   |            |
| <b>طول دوره آموزش :</b>   |            |
| طول دوره آموزش  | : ۱۸۹ ساعت |
| - زمان آموزش نظری   | : ۶۷ ساعت  |
| - زمان آموزش عملی   | : ۱۲۲ ساعت |
| - زمان کارورزی  | : ساعت     |
| - زمان پروژه  | : ساعت     |
| <b>بودجه بندی ارزشیابی ( به درصد )</b>  |            |
| - کتبی :  | ۲۵%        |
| - عملی :  | ۶۵%        |
| - اخلاق حرفه ای :   | ۱۰%        |
| <b>صلاحیت های حرفه ای مریبان :</b>  |            |
| کارشناسان دارو ساز ، پزشکان عمومی ، کارشناسان پرستاری با ۳ سال سابقه کار مرتبط  |            |



**\* تعریف دقیق استاندارد (اصطلاحی) :**

استاندارد مراقب و نگهدارنده سالمندان دارای توانائی شناخت عاطفی و روحی و جسمی سالمندان بوده و توانائی طبقه بندی مراحل رشد و نحوه کمک رسانی به سالمندان را دارا می باشد.

**\* اصطلاح انگلیسی استاندارد ( و اصطلاحات مشابه جهانی ) :**

**Take care of old people**

**Adults nurse**

**Aged nurse**

**\* مهم ترین استانداردها و رشته های مرتبط با این استاندارد :**

**\* جایگاه استاندارد شغلی از جهت آسیب شناسی و سطح سختی کار :**

- الف : جزو مشاغل عادی و کم آسیب  طبق سند و مرجع .....
- ب : جزو مشاغل نسبتاً سخت  طبق سند و مرجع .....
- ج : جزو مشاغل سخت و زیان آور  طبق سند و مرجع .....
- د : نیاز به استعلام از وزارت کار



استاندارد آموزش شغل<sup>۲</sup>

- شایستگی ها

| ردیف | عناوین   |
|------|--|
| ۱    | تشریح آناتومی بدن                                      |
| ۲    | استفاده صحیح از کمک های اولیه                          |
| ۳    | طبقه بندی مراحل رشد (بزرگسالان , سالمندان , کهن سالان) |
| ۴    | کمک رسانی جسمی   |
| ۵    | کمک رسانی عاطفی  |
| ۶    | تشریح بیماریهای عام و خاص سالمندان                     |
| ۷    | تزریقات , خاص سالمندان                                 |
| ۸    | خوراندن دارو , خاص سالمندان                            |
| ۹    | استحمام کردن سالمندان                                  |
| ۱۰   | خواباندن سالمندان                                      |

<sup>۱</sup>- Occupational / Competency Standard



استاندارد آموزش  
- برگه‌ی تحلیل آموزش

|  | زمان آموزش   |      |      | عنوان :<br>- تشریح آناتومی بدن   |
|--|--|------|------|--|
|  | جمع  | عملی | نظری |  |
|  | ۱۶   | ۹    | ۷    |  |
| تجهیزات ، ابزار ، مواد<br>مصرفی و منابع آموزشی   | دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی<br>توجهات زیست محیطی مرتبط |      |      |  |
| ماکت ماهیچه ها ، ماکت سیستم گوارشی، ماکت دستگاه تنفسی ، تصاویر و پوستر های آموزشی دستگاه گردش خون، پوستر های آموزشی و تصویرهای اسکلت و استخوانها ی بدن، فیلم و سی دی های آموزش سیستم گوارشی تنفسی و گردش خون |  |      |      | دانش :<br>- اعضای بدن شامل ماهیچه ها استخوان ها و ...<br>- مطالعه سیستم گوارشی، مطالعه دستگاه گردش خون و مطالعه دستگاه تنفسی                       |
|  |  |      | ۳    |  |
|  |  |      | ۴    |  |
|  |  |      |      | مهارت :<br>- بررسی چشمی شکستگی و دیگر آسیب های معمول<br>- بررسی اختلالات تنفسی ، گوارشی ، بررسی آسیب های چشمی و ...                                |
|  |  | ۴    |      |  |
|  | ۵  |      |      | نگرش :<br>- دقت و عکس العمل<br>ایمنی و بهداشت :<br>- رعایت صحیح اصول اولیه کمک رسانی<br>- استفاده از لوازم بهداشتی در هنگام ارتباط با بیمار سالمند |
|  |  |      |      | توجهات زیست محیطی :  |





استاندارد آموزش  
- برگه‌ی تحلیل آموزشی

|  | زمان آموزش   |   |     | عنوان :<br>- استفاده صحیح از کمک های اولیه  |  |
|--|--|---|-----|---|--|
|  | نظری   | عملی  | جمع |   |  |
|  | ۹  | ۱۳  | ۲۲  |   |  |
| تجهیزات ، ابزار ، مواد<br>مصرفی و منابع آموزشی   | دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی<br>توجهات زیست محیطی مرتبط |   |     |   |  |
| تخته وایت برد، انواع سرنگ و<br>سر سوزن تزریق، پنس، پنبه<br>، داروهای شستشو، بتادین<br>، ظروف شستشو، چسب<br>حساسیت، باند ، گاز استریل،<br>انواع آتل و یا پوستر های و<br>جزواتی که عکس و تفسیر<br>کاملا واضحی از انواع آتل ها<br>دارد به همراه آتل های دست<br>ساز، انواع دستگاه فشار خون<br>گوشی و دیجیتالی ، جزوات و<br>تصاویری در رابطه با حمل<br>یک نفره دو نفره بیمار و<br>مصدوم لوازم تزریق سرم |  |   | ۲   | دانش :<br>- انواع سرنگ تزریقات ، روش های تزریق داروهای<br>- انواع روش های حمل مصدوم و وسایل و ابزار لازم<br>- انواع روش های تنفس مصنوعی ، دستگاه های فشار خون<br>و<br>- انواع ابزار آتل بندی ، پانسمان ، شستشو زخم و ....           |  |
|  |  |   | ۳   | مهارت :<br>- نحوه حمل مصدوم با توجه به ناحیه آسیب دیده و<br>بکارگیری وسایل مناسب و کمکهای اولیه منطبق با سن<br>سالمند<br>- تنفس مصنوعی ، گرفتن فشارخون با دستگاه های مختلف<br>- شستشو زخم ، پانسمان ، آتل بندی و سایر کمک های اولیه |  |
|  |  |   | ۲   |   |  |
|  |  | ۶   |     |   |  |
|  |  |   | ۳   |   |  |
|  |  | نگرش :<br>- خونسردی در زمان مواجه با بحران  |     |   |  |
|  |  | ایمنی و بهداشت :<br>- بهداشت سرنگ و وسایل پانسمان و ... رعایت شود   |     |   |  |
|  |  | توجهات زیست محیطی :<br>- جمع آوری ضایعات شستشو ی زخم و پانسمان در کیسه های نایلونی (به منظور<br>جلوگیری از شیوع بیماریهای واگیردار) |     |   |  |



|  | زمان آموزش  |      |      | <b>عنوان :</b><br>- طبقه بندی مراحل رشد ( بزرگسالی , سالمندی, کهن سالی )  |
|---|---|------|------|---|
|   | جمع   | عملی | نظری |   |
|   | ۲۰  | ۱۴   | ۶    |   |
| تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی                                       | دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی<br>توجهات زیست محیطی مرتبط  |      |      |   |
| جزوات و کتابهای رشد ۲ , کتب مربوط به نقش های میانسالی                             |   |      | ۲    | دانش :<br>- تقسیم بندی سن ( بزرگ سال , سالمند , کهن سال )<br>- ویژگی های هردوره سنی سالمندان مانند تعیین نقش (مانند : نقش مادر بزرگ حتی اگر سالمند توانائی حرکت ندارد اما وادار ویا سوق داده شود به سمت تمام کارهائی هرچند جزئی در رابطه با نقش آن دوره سنی ویا حساسیت خاص هردوره سنی , فرضا عدم پذیرش تغییر در محل زندگی , شهر , اتاق) |
|   |   |      | ۴    |   |
|   |   | ۶    |      | مهارت :<br>- عکس العمل مناسب در شرایط خاص روحی و جسمی با توجه به شرایط جسمی هر دوره سنی<br>- انجام تمام فعالیت هائی که منجر به تشخیص سالمندنسبت به: تفاوت های فردی , تاثیر ورزش , تغذیه, خواب مناسب و کافی , انجام کار(شغل) مناسب سن ؛ جهت بالابردن امید به زندگی در آن برههء سنی سالمندان ,  |
|   |   | ۸    |      |   |
|   | نگرش :<br>- القا امید به زندگی در سالمند  |      |      |   |
|   | ایمنی و بهداشت :<br>- رعایت اصول صحیح شکل کار و یا ورزش باتوجه به وضعیت سلامت سالمند<br>- توجه به میزان مناسب خواب سالمند |      |      |   |
| توجهات زیست محیطی :   |   |      |      |   |



|  | زمان آموزش   |      |     | عنوان :<br>- کمک رسانی جسمی   |
|--|--|------|-----|---|
|  | نظری   | عملی | جمع |   |
|  | ۵  | ۱۲   | ۱۷  |   |
| تجهیزات ، ابزار ، مواد<br>مصرفی و منابع آموزشی   | دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی<br>توجهات زیست محیطی مرتبط   |      |     |   |
| بروشور های ماساژور و<br>محرک های ماهیچه ای<br>فرکانسی ، یک نمونه زانو بند<br>و یا گردنبند بروشور های<br>انواع لوازم و تجهیزات کمک<br>حرکتی |  |      | ۲   | دانش :<br>- نیاز های جسمی در دوره های مختلف سالمندی<br>- لوازم و تجهیزات ماساژور ، نواسانات ماهیچه ای ...<br>- کمر بند ، زانو بند ، گردنبند و...<br>- لوازم و تجهیزات کمک حرکتی |
|  |  |      | ۱   |   |
|  |  |      | ۱   |   |
|  |  |      | ۱   |   |
|  |  | ۶    |     | مهارت :<br>- بکارگیری ماساژورهای برقی و دستی ، محرک های ماهیچه ای<br>فرکانسی ، وانجام ماساژ در محل های مورد نیاز ماساژ برای گردش<br>خون کافی مانند دریچه های لانه کیبوتری       |
|  |  | ۲    |     | - بستن صحیح زانو بند ، کمر بند های طبی و...<br>- استفاده صحیح و بجا از تجهیزات کمک حرکتی  |
|  |  | ۴    |     |   |
|  | نگرش :<br>- افزایش آگاهی و صبیر و حوصله کافی   |      |     |   |
|  | ایمنی و بهداشت :<br>- در موقع بستن ... بندهای طبی از آزاد بودن کافی بند ها اطمینان حاصل نمائید (جهت گردش خون )<br>- رعایت اصول صحیح استفاده از ماساژورها با توجه به وضعیت جسمی سالمند<br>- برای استفاده از محرک های ماهیچه ای کاملا با نظر پزشک هماهنگ باشید |      |     |   |
|  | توجهات زیست محیطی :  |      |     |   |



استاندارد آموزش  
- برگه‌ی تحلیل آموزشی

|  | زمان آموزش   |      |      | عنوان :<br>- کمک رسانی عاطفی  |
|--|--|------|------|---|
|  | جمع  | عملی | نظری |   |
|  | ۲۶   | ۱۷   | ۹    |   |
| تجهیزات ، ابزار ، مواد<br>مصرفی و منابع آموزشی | دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی<br>توجهات زیست محیطی مرتبط |      |      |   |
| جزوه و منابع آموزشی                            |  |      | ۳    | دانش :<br>- مشکلات روحی ناشی از افزایش سن<br>- مشکلات عاطفی ، روانی ( زنان ومردان سالمند)<br>- انواع استرس های ناشی از مشکلات اجتماعی خانوادگی      |
|  |  |      | ۳    |   |
|  |  |      | ۳    |   |
|  |  | ۳    |      | مهارت :<br>- استفاده از راه حل های داروئی ، پزشکی<br>- بکارگیری راه حل های عاطفی ، روانی برای هر دو جنس<br>- استفاده از راه حل های اجتماعی خانوادگی |
|  |  | ۷    |      |   |
|  |  |      |      |   |
|  |  |      |      | نگرش :<br>- افزایش صبر و حوصله  |
|  |  |      |      | ایمنی و بهداشت :<br>- استفاده از دارو زیر نظر پزشک متخصص  |
|  |  |      |      | توجهات زیست محیطی :   |

|  | زمان آموزش   |      |  | <b>عنوان :</b><br>- بیماریهای عام و خاص سالمندان  |
|---|--|------|--|---|
|   | جمع  | عملی | نظری   |   |
|   | ۲۳   | ۱۴   | ۹  |   |
| تجهیزات ، ابزار ، مواد<br>مصرفی و منابع آموزشی                                    | <b>دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی</b><br><b>توجهات زیست محیطی مرتبط</b> |      |  |   |
| جزوه و منابع آموزشی   |  |      | ۲  | <b>دانش :</b><br>- بیماری های عام سالمندان<br>- بیماری های خاص سالمندان قابل پیشگیری با تغذیه ، ورزش ، تفریح ، کار و استراحت مناسب و روشهای پیشگیری آنها<br>- زخم های سالمندان                                      |
|   |  |      | ۵  |   |
|   |  |      | ۲  |   |
|   |  | ۳    |  | <b>مهارت :</b><br>-بکارگیری راه حل مناسب برای پیشگیری ودرمان زخم بستر ، زخم بیماری قند ، کبودی های عدم خون رسانی و .....<br>- هماهنگ کردن غذا ی دلخواه و مطلوب سالمند، ورزش ، تفریح ،کار و... با بیماری و سن سالمند |
|   |  | ۷    |  |   |
|   |  | ۴    |  | - مراقبت و نگهداری ویژهء سالمندان بیمار (نقرس ، آلزایمر و...)   |
|   |  |      |  | <b>نگرش :</b><br>- تشویق وافزایش امیدواری سالمند  |
|   |  |      | <b>ایمنی و بهداشت :</b><br>- کم تحرکی به اندازهء حرکت و فشار اضافه برای سالمندان مضر است<br>- دقت در نوع مواد غذائی و اثرات جانبی آنها ایمنی و بهداشت را بالا می برد |   |
|   |  |      | توجهات زیست محیطی :  |   |



استاندارد آموزش  
- برگه‌ی تحلیل آموزشی

|  | زمان آموزش  |      |      | عنوان :<br>-تزریقات , خاص سالمندان   |
|--|---|------|------|--|
|  | جمع   | عملی | نظری |  |
|  | ۱۰  | ۵    | ۵    |  |
| تجهیزات ، ابزار ، مواد<br>مصرفی و منابع آموزشی   | دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی<br>توجهات زیست محیطی مرتبط  |      |      |  |
|  |   |      | ۳    | دانش :<br>- بیماریها و نوع تزریق مناسب آنها  |
|  |   |      | ۲    | - محل های مناسب تزریق در سالمندان مانند تزریق شکمی<br>،تزریق زیر جلدی و وریدی            |
|  |   | ۵    |      | مهارت :<br>- انجام صحیح تزریق در بیماران سالمند( با توجه به<br>شرایط خاص جسمی و سن آنها) |
|  | نگرش :<br>-دقت درانجام کار<br>- بالابردن اعتمادسالمند   |      |      |  |
|  | ایمنی و بهداشت :<br>- رعایت بهداشت سرنگ در حین تزریق , بررسی دقیق میزان دارو طبق نسخه پزشک و دفعات تزریق<br>لازم است<br>- آماده سازی روحی سالمند برای تزریق و اطمینان از تکان نخوردن او در حین تزریق لازم است . در<br>صورت تردید از شخص دیگری کمک بگیرید.<br>- دور نگه داشتن لوازم تزریق و سایر داروها از دسترس سالمندان بیمار و کودکان |      |      |  |
| توجهات زیست محیطی :<br>- سرنگ و سوزن را در محیط زیست به منظور حفظ سلامت سالمند و پیشگیری از شیوه بیماری های<br>واگیر دار رها نکنید |   |      |      |  |

|                                    | زمان آموزش   |      |      | <b>عنوان :</b><br>-خوراندن داروها , خاص سالمندان   |
|---|--|------|------|--|
|   | جمع  | عملی | نظری |  |
|   | ۱۹   | ۱۲   | ۷    |  |
| تجهیزات ، ابزار ، مواد<br>مصرفی و منابع آموزشی  | دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی<br>توجهات زیست محیطی مرتبط |      |      |  |
| انواع درجه حرارت ، سرنگ<br>مخصوص شربت ، قرص<br>شکن جعبه های دست ساز و<br>یا آماده جهت نگهداری و<br>برنامه خوردن قرص |  |      | ۲    | دانش :<br>- عوارض جانبی داروها<br>- تلاقی داروها (با هم خوردن دو نوع دارو که اثر هم را خنثی و یا تشدید می کند)<br>- فرمول دوز دارو ها<br>- اصول خوردن دارو به سالمندان با مشکلات خاص (مانند مشکل بلع و...) و لوازم مناسب هر دارو<br>- انواع درجه حرارت |
|   |  |      | ۱    |  |
|   |  |      | ۲    |  |
|   |  |      | ۱    |  |
|   |  | ۶    |      | مهارت :<br>- خوراندن دارو (قرص ، شربت و...) با لوازم متفاوت (سرنگ ، قاشق خمیر نان و...)  |
|   |  | ۳    |      | - بکارگیری شیاف  |
|   |  | ۳    |      | - بکارگیری انواع درجه حرارت و خواندن آن  |
|   |  |      |      | نگرش :<br>- تقویت روحی سالمند  |
|   |  |      |      | ایمنی و بهداشت :<br>- ظروف دارو ، همیشه تمیز باشد<br>- قبل و پس از استفاده از درجه حرارت آنرا با شوینده های معمولی شسته و سپس در الکل قرار دهید  |
|   |  |      |      | توجهات زیست محیطی :  |

|    | زمان آموزش   |      |      | <b>عنوان :</b><br>- استحمام نمودن سالمندان  |
|---|--|------|------|---|
|   | جمع  | عملی | نظری |   |
|   | ۱۸   | ۱۳   | ۵    |   |
| تجهیزات ، ابزار ، مواد<br>مصرفی و منابع آموزشی  | دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی<br>توجهات زیست محیطی مرتبط |      |      |   |
| ناخن گیر گوشه ، ست<br>تمیز کننده گوشت های<br>اضافه کنار ناخن سو هان<br>ناخن ، نایلون ، لیف<br>بروشور لوسیون های<br>مناسب پس از حمام |  |      | ۱    | دانش :<br>- روشهای استحمام سالمند<br>- لوازم مورد نیاز در انواع روشهای استحمام (نشسته ،<br>خوابیده و ...) |
|   |  |      | ۲    | - لوازم مورد نیاز پس از استحمام   |
|   |  | ۲    |      | مهارت :<br>- آماده سازی قبل از استحمام سالمند و ایجاد شرایط مناسب<br>محل استحمام                          |
|   |  | ۶    |      | - استحمام معمولی و خشک سالمند (به طریق نشسته، خوابیده<br>و استفاده از لوسیون های شوینده و شامپوهای پودری) |
|   |  | ۲    |      | - عملکرد لازم پس از استحمام سالمند جهت خشک کردن<br>بدن و مو   |
|   |  | ۳    |      | استفاده از کرم ، چیدن ناخن دست و پا و مراقبت های لازم<br>قسمت های پوشیده بدن                              |
|   | نگرش :<br>-دقت در رعایت اصول صحیح استحمام سالمند       |      |      |   |
| ایمنی و بهداشت :<br>- ناخن های شخص مراقب در حین حمام دادن باید کوتاه باشد.<br>- توجه به لیز نبودن محیط<br>توجهات زیست محیطی :       |  |      |      |   |





استاندارد آموزش  
- برگه‌ی تحلیل آموزشی

|   | زمان آموزش  |   |      | عنوان:<br>- خواباندن سالمندان  |  |
|---|---|---|------|--|--|
|   | جمع   | عملی  | نظری |  |  |
|   | ۱۸  | ۱۳  | ۵    |  |  |
| تجهیزات، ابزار، مواد<br>مصرفی و منابع آموزشی  | دانش، مهارت، نگرش، ایمنی<br>توجهات زیست محیطی مرتبط |   |      |  |  |
| بخور سرد، بخور گرم، کیسه<br>آب گرم و یا بروشور آنها،<br>بروشور تختخوابها مختلف<br>بروشور بالش و رختخواب های<br>مختلف بروشور وسائل<br>جلوگیری از خروپف |   |   | ۲    | دانش:<br>- مبانی خواباندن سالمند با فشار خون بالا و پائین  |  |
|   |   |   | ۳    | - ابزار مناسب جهت خوابیدن (تجهیزات گرم کننده، وسائل<br>جلوگیری از خروپف و تنفس راحت، بخور سرد، بخور گرم<br>بالشت های گردنی، چشم بند) |  |
|   |   | ۴   |      | مهارت:<br>- خواباندن از طریق انقباض ماهیچه ها از پائین به بالا   |  |
|   |   | ۴   |      | - خواباندن سرد و گرم (فشارخون بالا و فشارخون پائین)  |  |
|   |   | ۵   |      | - بکارگیری لوازم و تجهیزات مناسب برای خواب راحت و کم<br>کردن استرس   |  |
|   |   | نگرش:<br>- افزایش دقت درانتخاب  |      |  |  |
|   |   | ایمنی و بهداشت:<br>- دقت در استفاده از ماساژورها(زمان و محل مورد استفاده) |      |  |  |
|   |   | توجهات زیست محیطی:  |      |  |  |



- برگه استاندارد تجهیزات

| ردیف | نام                                    | مشخصات فنی و دقیق                      | تعداد | توضیحات   |
|------|--|--|-------|---|
| ۱    | ماساژور                                | با قطعات اضافه مناسب گردن , کف پا , سر | ۱     | جهت نشان دادن فیلم و اسلای می توان ویدئو سی دی را جایگزین کرد |
| ۲    | دستگاه بخور سرد                        | با نشانگر سطح آب و تنظیم دار           | ۱     |   |
| ۳    | دستگاه بخور گرم                        |  | ۱     |   |
| ۴    | کامپیوتر با لوازمات جانبی              |  | ۱     |   |
| ۴    | صندلی                                  | پلاستیکی مخصوص حمام دادن               | ۲     | سایز کوچک   |
| ۵    | ماکت آناتومی بدن                       | با قابلیت جدا شدن اعضا                 | ۱     |   |
| ۶    | تشت مخصوص شستشوی سر                    | پلاستیکی با انحنای مخصوص گردن          | ۱     |   |
| ۷    | یک نمونه زانو بند و یا گردنبند و یا .. | زانو بند                               | ۱ عدد | از هر کدام ۱ عدد  |
| ۸    | انواع دستگاه فشار خون گوشی و دیجیتالی  |  | ۱ عدد |   |
| ۹    | ظروف شستشو زخم                         |  | ۱ عدد | یا بروشور به تعداد نفر دوره                                   |
| ۱۰   | تخته وایت برد                          |  | ۱ عدد |   |
| ۱۱   | ماکت دستگاه تنفسی                      |  | ۱ عدد |   |
| ۱۲   | ماکت سیستم گوارشی                      |  | ۱ عدد | پوستربه نفر دوره  |
| ۱۳   | جعبه کمک های اولیه                     | دیواری                                 | ۱ عدد |   |
| ۱۴   | کپسول آتش نشانی                        | مدت دار                                | ۱ عدد |   |

توجه :

- تجهیزات برای یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر در نظر گرفته شود .



| ردیف | نام  | مشخصات فنی و دقیق  | تعداد      | توضیحات          |
|------|--|--|------------|------------------|
| ۱    | ناخن گیر گوشه ناخن   | ناخن گیر مخصوص با لبه کج   | ۳ عدد      |                  |
| ۲    | ست تمیز کننده گوشت های اضافه   | ست کامل ناخن گیر ۸ تکه   | ۱ بسته     |                  |
| ۳    | کنار ناخن<br>نایلون  | نایلون ضخیم  | ۳ متر      |                  |
| ۴    | لیف  |  |            |                  |
| ۵    | بروشور لوسیون های مناسب پس از حمام   |  | ۱ نفر دوره |                  |
| ۶    | کیسه آب گرم و یا بروشور آنها   | بروشور به تعداد کارآموزان  |            |                  |
| ۷    | بروشور بالش تختخواب تشک های مختلف  | بروشور به تعداد کارآموزان  |            |                  |
| ۸    | بروشور وسایل جلوگیری از خروپف  | بروشور به تعداد کارآموزان  |            |                  |
| ۹    | انواع درجه حرارت   | معمولی ، مقعدی ، نواری   | ۱ عدد      |                  |
| ۱۰   | سرنگ مخصوص خوردن دارو  | به صورت سرنگ و یا قاشقی که انتهای آن مانند سرنگ است در بازار موجود است | ۱ عدد      |                  |
| ۱۱   | قرص شکن و جعبه های مخصوص قرص با برنامه های دست ساز یا آماده                      |  | ۱ عدد      | از هر کدام ۱ عدد |
| ۱۲   | بروشور های ماساژور و محرک های ماهیچه ای فرکانسی                                  | بروشور به تعداد کارآموزان  |            |                  |
| ۱۳   | انواع سرنگ و سر سوزن تزریق   |  | ۱ نفر دوره |                  |
| ۱۴   | بروشور های انواع لوازم و تجهیزات کمک حرکتی                                       | بروشور به تعداد کارآموزان  |            |                  |
| ۱۵   | جزوات و تصاویری در رابطه با حمل یک نفره و یا دو نفره ۱ بیمار و مصدوم             | بروشور به تعداد کارآموزان  |            |                  |
| ۱۶   | جزواتی که عکس و تفسیر کاملاً واضحی از انواع آتل ها دارد به همراه آتل های دست ساز |  |            |                  |
| ۱۷   | لوازم وصل سرم  | سرم نمکی و ملزومات جانبی آن  | ۱ عدد      |                  |
| ۱۸   | جزوات رشد ۲ و نقش های سالمندان   |  |            |                  |
| ۱۹   | تصاویر و پوستر های آموزشی دستگاه گردش خون  |  | ۱ عدد      | یک عدد نفر دوره  |
| ۲۰   | پوستر های آموزشی   | تصویرهای اسکلت و استخوانها ی بدن                                       | ۱ عدد      | یک عدد نفر دوره  |
| ۲۱   | فیلم و سی دی های آموزش   | سیستم گوارشی تنفسی و گردش خون  | ۱ عدد      | یک عدد نفر دوره  |
| ۲۲   | پنس و لوازمات پانسمان  |  | ۱ سری      |                  |
| ۲۳   | کمر و دستبند   | مخصوص بستن بیمار به تخت  | ۱ سری      |                  |

توجه :

- ابزار به ازاء هر سه نفر محاسبه شود .



- برگه استاندارد مواد

| توضیحات   | تعداد  | مشخصات فنی و دقیق         | نام                 | ردیف |
|-----------|--------|---------------------------|---------------------|------|
|           | ۱ نفر  |                           | گاز استریل          | ۱    |
|           | دوره   |                           |                     |      |
|           | ۱ نفر  |                           | باند                | ۲    |
|           | دوره   |                           |                     |      |
|           | ۱ بسته |                           | چسب حساسیت          | ۳    |
|           | ۱ عدد  |                           | بتادین              | ۴    |
|           | ۱ بسته |                           | چوب مخصوص نگاه کردن | ۵    |
|           |        |                           | به حلق بیمار        |      |
| از هر رنگ | ۱ عدد  | مخصوص تخته وایت برد ۳ رنگ | ماژیک               | ۶    |
|           | ۱ بسته | به صورت پودر              | شامپو               | ۷    |
|           | ۱ عدد  | بدون عطر                  | صابون               | ۸    |

توجه :

- مواد به ازاء یک نفر و یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر محاسبه شود .



- منابع و نرم افزار های آموزشی ( اصلی مورد استفاده در تدوین و آموزش استاندارد )

| ردیف | عنوان منبع یا نرم افزار        | مؤلف                   | مترجم                | سال نشر | محل نشر                                | ناشر یا تولید کننده |
|------|--------------------------------|------------------------|----------------------|---------|--|---------------------|
| 1    | مراقبت از سالمندان درخانه      |                        |                      | ۱۳۸۵    | عابد                                   | شابک<br>۹۶۴۳۶۴۶۲۱۱  |
| ۲    | راهنمای تغذیه و درمان سالمندان | جودیت سوآرت            | محمد مهدی سلطان بیگی |         | آشیانه کتاب                            | شابک<br>۹۶۴۶۳۵۰۸۵۲  |
| ۳    | حافظه و شناخت در سالمندی       | احمد علی اکبری کامرانی |                      |         | دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی ارومیه | شابک<br>۹۶۴۸۶۶۳۱۳   |

- سایر منابع و محتواهای آموزشی ( پیشنهادی گروه تدوین استاندارد ) علاوه بر منابع اصلی

| ردیف | نام کتاب یا جزوه                           | سال نشر | مؤلف / مولفین                        | مترجم / مترجمین | محل نشر | ناشر                                   | توضیحات                |
|------|--|---------|--------------------------------------|-----------------|---------|--|------------------------|
| ۱    | مراقبت پرستاری سالمندان و طب سالمندان      |         | دکتر رحمت سخنی                       |                 |         |  |                        |
| ۲    | مراقبت های بهداشتی اولیه در سالمندان ایران |         | پریناز جهان پیما<br>شهربانو مقصودنیا |                 |         | دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی ارومیه | شابک<br>۹۶۴۸۶۶۳۱۷۲     |
| ۳    | از سالخوردگی لذت ببریم                     | ۱۳۸۰    | فرداسکینر و مارگارت وان              | آناهیتا آذری    | تهران   | انتشارات قلبانی                        | شابک<br>۳-۴۲۸-۹۶۴-۴۱۷  |
| ۴    | سالمندان بر سمند عشق                       | ۱۳۸۹    | هادی خوشانی                          |                 | مشهد    | محقق - ترانه                           | شابک X-<br>۲۷-۸۶۷۲-۹۶۴ |



## فهرست سایت های قابل استفاده در آموزش استاندارد

1. <http://rsz72.persianbbg.ir>
2. <http://jouibari.bloofa.com>
3. <http://www.adnebook.com>
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.