

بِه نام خدا

مرکز بهداشت استان زنجان

پیشگفتار

• سلامت روان به مجموعه‌ای از فعالیت‌های متنوع و وسیع اطلاق می‌شود که به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم موجب ارتقاء سلامت و رفاه روانی و اجتماعی افراد می‌گردد. از دیدگاه سازمان بهداشت جهانی رفاه روانی و اجتماعی دو جزء مهم سلامت محسوب می‌شوند. مفهوم کلی سلامت روان به معنای برخورداری از ظرفیت‌ها و توانایی‌ها به‌منظور تطابق افراد با تغییرات محیطی و قابلیت مقابله با مشکلات ناشی از این تغییرات می‌باشد. به عبارت دیگر می‌توان گفت: سلامت روان حالتی از رفاه است که در آن فرد توانایی‌هایش را باز می‌شناسد و قادر است با استرس‌های معمول زندگی تطابق حاصل کرده، از نظر خانوادگی، اجتماعی و شغلی مفید و سازنده باشد و به‌عنوان بخشی از جامعه با دیگران مشارکت و همکاری داشته باشد.

فهرست مطالب

- فصل اول: ارتقاء سواد سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد
- فصل دوم: آشنایی با چارچوب برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد
- فصل سوم: شناسایی گروه‌های هدف و ارزیابی خانوار
- فصل چهارم: برقراری ارتباط با گروه‌های هدف در ...
- فصل پنجم: مروری بر اختلالات شایع روانپزشکی، مصرف مواد و ...
- فصل ششم: مراقبت و پیگیری در برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد
- فصل هفتم: آموزش در برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد
- فصل هشتم: مشارکت اجتماعی
- فصل نهم: حمایت‌های روانی، اجتماعی در حوادث و بلایا

• پیوست‌ها

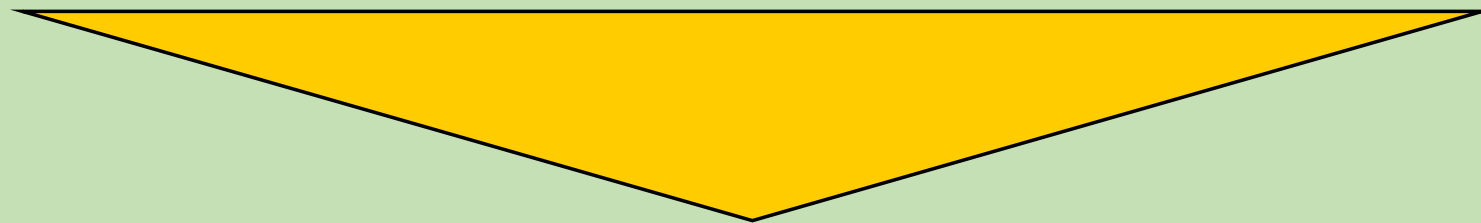
• پیوست ۱: وظایف پیشبینی شده برای کارشناس مراقب ...

• پیوست ۲: فلوچارت ارائه خدمات

• پیوست ۳: دستورالعمل ارجاع هم سطح از کارشناس مراقب سلامت به کارشناس سلامت روان

• پیوست ۴: پیشگیری از خودکشی

فصل دوم



آشنایی با چارچوب برنامه‌های حوزه سلامت
روانی، اجتماعی و اعتیاد

اهداف فصل

• پس از مطالعه این فصل انتظار می‌رود که بتوانید:

❖ اهداف برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد را بیان کنید.

❖ شرح وظائف کارشناس مراقب سلامت خانواده را در برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد ذکر کنید.

❖ چارچوب برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد و هریک از اجزاء آن را توضیح دهید.

عناوین فصل

- اهداف برنامه‌های سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد
 - ❖ نقش مراکز سلامت شهری در برنامه‌های سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد
 - ❖ چارچوب فعالیت‌ها در برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد
 - ❖ شناسایی گروه‌های هدف و ارزیابی خانوار
 - ❖ برقراری ارتباط با گروه‌های هدف
 - ❖ آموزش به گروه‌های هدف
 - ❖ انجام مداخلات لازم
 - ❖ مراقبت و پیگیری بیماران
 - ❖ پایش و ارزشیابی برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد

اهداف برنامه‌های سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد

- هدف کلی برنامه‌های سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد «تأمین، حفظ و ارتقاء سلامت روانی و اجتماعی جامعه و کاهش بار ناشی از اختلالات مصرف مواد» است. به منظور تأمین این هدف لازم است اهداف اختصاصی زیر از سوی مسئولین و دست اندرکاران برنامه در سطوح مختلف مورد نظر قرار گیرد:

1. پیشگیری از بروز اختلالات روان‌پزشکی، مصرف مواد و مشکلات اجتماعی
2. کاهش شیوع اختلالات روان‌پزشکی، مصرف مواد و مشکلات اجتماعی
3. کاهش مرگ‌ها و ناتوانی‌های ناشی از اختلالات روان‌پزشکی، مصرف مواد و مشکلات اجتماعی
4. کاهش آسیب‌های ناشی از مصرف مواد

نقش مراکز سلامت شهری در برنامه‌های سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد

• مرکز سلامت شهری به عنوان نخستین سطح ارائه خدمات در شهرها یکی از مهم‌ترین وظائف را در تحقق اهداف فوق دارند. به طور کلی وظائف کارشناس مراقب سلامت خانواده در تحقق اهداف اختصاصی فوق شامل موارد زیر است:

➤ **برقراری ارتباط با گروه‌های هدف**

➤ بیماریابی و تشخیص افراد در معرض خطر
اختلالات روانپزشکی، مصرف مواد و
آسیب‌های اجتماعی

➤ ارجاع بیماران به پزشک مرکز سلامت شهری

مراقبت و پیگیری بیماران ➤

➤ **ثبت و گزارش-دهی اطلاعات آماری**

➤ آموزش اصول سلامت روانی، اجتماعی و
پیشگیری از مصرف مواد به گروه‌های هدف

➤ آموزش و تسهیل دسترسی به وسایل کاهش
آسیب برای گروه‌های هدف

چارچوب فعالیت‌ها در برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد

• این چارچوب در زمینه راهکارهای ارائه خدمات، نگرش کلی را برای کارشناسان مراقب سلامت خانواده ایجاد می‌کند. بخش‌های مختلف این چارچوب عبارتند از:

1. شناسایی گروه‌های هدف و ارزیابی خانوار
2. برقراری ارتباط با گروه‌های هدف
3. انجام مداخلات لازم
4. مراقبت و پیگیری بیماران
5. پایش و ارزشیابی برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد

شناسایی گروه‌های هدف و ارزیابی خانوار :

• گروه هدف در برنامه‌های ادغام یافته سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد که کارشناس مراقب سلامت خانواده وظیفه کار با آنها را به عهده دارد شامل چهار دسته از افراد هستند:

1. افراد مبتلا یا مشکوک به اختلالات روان‌پزشکی، مصرف مواد و همچنین افراد در معرض خطر آسیب‌های اجتماعی (به طور مثال: بیکاری، اخراج از محل کار، ترک تحصیل خشونت و آزار در خانواده، طلاق یا جدایی، زندان و ورشکستگی)

2. خانواده افرادی که در بند قبلی به آنها اشاره گردید.

3. گروه‌های در معرض خطر در جامعه برای کارشناس مراقبت سلامت

4. سایر مراجعان به مراکز سلامت شهری که درخواست خدمات سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد دارند

آموزش به گروه‌های هدف:

• یکی از مداخلات اثربخش برای گروه هدف، آموزش، حفظ و ارتقاء سلامت روانی، اجتماعی و پیشگیری از مصرف مواد می‌باشد. این آموزش در قالب مشاوره چهره به چهره و آموزش‌های گروهی انجام می‌شود. موضوعات زیر در فصل‌های دیگر این کتاب به طور مجزا و به تفصیل آمده است اما با توجه به اهمیت آموزش در ادامه مختصری به آن اشاره شده است. مباحث عمده و مهم در آموزش بیماران و خانواده آنها عبارتند از:

- رفتار و برخورد صحیح با بیمار مبتلا به اختلال روان‌پزشکی، مصرف مواد و در معرض خطر مشکلات اجتماعی
- مراقبت از بیماران و افراد دارای مشکل
- تداوم درمان (مصرف داروها طبق دستور پزشک و عدم قطع خودسرانه دارو، تداوم مراجعه به پزشک یا سایر کارکنان ارائه‌دهنده خدمت در موعد مقرر)
- اصول و مبانی سلامت روانی و اجتماعی

آموزش به گروه‌های هدف:

- ◀ علائم و نشانه‌های اختلالات روان پزشکی و مصرف مواد
- ◀ عوامل مؤثر در بروز اختلالات روان پزشکی، مصرف مواد و مشکلات اجتماعی
- ◀ روش‌های پیشگیری از بروز اختلالات روان پزشکی، مصرف مواد و مشکلات اجتماعی
- ◀ راه‌های درمان اختلالات روان پزشکی، مصرف مواد و کنترل و مدیریت مشکلات اجتماعی
- ◀ مهارت‌های زندگی (مدیریت استرس، مدیریت خشم، مقابله با خلق منفی، برقراری ارتباط مؤثر، روش‌های حل مسأله، برنامه‌ریزی و مدیریت زمان، تصمیم‌گیری، حل اختلاف و...)
- ◀ شیوه‌های صحیح فرزند پروری
- ◀ ترغیب مشارکت مردمی در برنامه‌ها

انجام مداخلات لازم:

◀ پس از آنکه کارشناس مراقب سلامت گروه هدف را با استفاده از سؤالات فرم‌های غربالگری شناسایی کرد، باید فرد شناسایی شده را جهت ارزیابی بیشتر، تشخیص قطعی و دریافت خدمات درمانی و بر حسب مورد به پزشک مرکز سلامت شهری و یا کارشناس سلامت روان ارجاع دهد و پس از بازگشت بیمار از مرکز (بازخورد ارجاع)، مشخصات بیمار را بر اساس تشخیص و توصیه‌های پزشک در فرم آمار اختلالات روانی، اختلالات مصرف مواد و مشکلات اجتماعی، فرم پیگیری بیماران، فرم ثبت مراجعات بیمار و فرم ارجاع و مراقبت بیماران ثبت نماید.

مراقبت و پیگیری بیماران:

- پس از شناسایی بیماران و افراد دارای مشکل و شروع دوره درمان توسط پزشک و یا مداخلات روان-شناختی توسط کارشناس سلامت روان، کارشناس مراقب سلامت خانواده باید افراد تحت درمان را مورد پیگیری و مراقبت قرار دهد و وضعیت آنها را از جنبه‌های زیر بررسی کند:
 - ◀ استمرار درمان و مراجعه به پزشک و یا کارشناس سلامت روان در موعد تعیین شده
 - ◀ پیگیری و عدم قطع دارو بدون نظر پزشک
 - ◀ روند بیماری از نظر بهبود یا وخامت
 - ◀ ابتلاء به اختلال توأم

پایش و ارزشیابی برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد:

- کارکنان سطوح بالاتر خدمات (مرکز بهداشت شهرستان، مرکز بهداشت استان، ستاد کشوری سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد) دانش، مهارت و عملکرد کارشناسان مراقب سلامت خانواده را در تمام جنبه‌های مربوط به وظائفش مورد پایش و ارزشیابی قرار می‌دهند. علاوه بر این کارشناس مراقب سلامت خانواده نیز می‌تواند عملکرد خود را در زمینه برنامه‌های سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد مورد پایش و ارزشیابی قرار دهد.

تمرین در کلاس درس

- ❖ با نظر خواهی از حاضرین در کلاس و به روش بارش افکار، فهرستی از فعالیتهای مناسب در چارچوب برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد را متناسب با شرح وظائف کارشناس مراقب سلامت خانواده تهیه کنید .
- ❖ از شرکت کنندگان کلاس بخواهید در مورد هر یک از شرح وظائف کارشناس مراقب سلامت خانواده، یک مثال عملی که تا کنون انجام داده‌اند را بیان کنند.

تمرین خارج از کلاس

□ اهداف کلی و اختصاصی برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد را ذکر کنید.

□ شرح وظائف کارشناس مراقب سلامت خانواده را در برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد توضیح دهید.

□ چارچوب فعالیت‌ها در برنامه‌های حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد شامل چه مواردی است؟ راجع به هرکدام به طور خلاصه توضیح دهید.