

# نمودار نامه پرستاری سلامت جامعه، فرد و خانواده و بهداشت محیط

تدوین، گردآوری و تألیف:

حمیدرضا جوکار

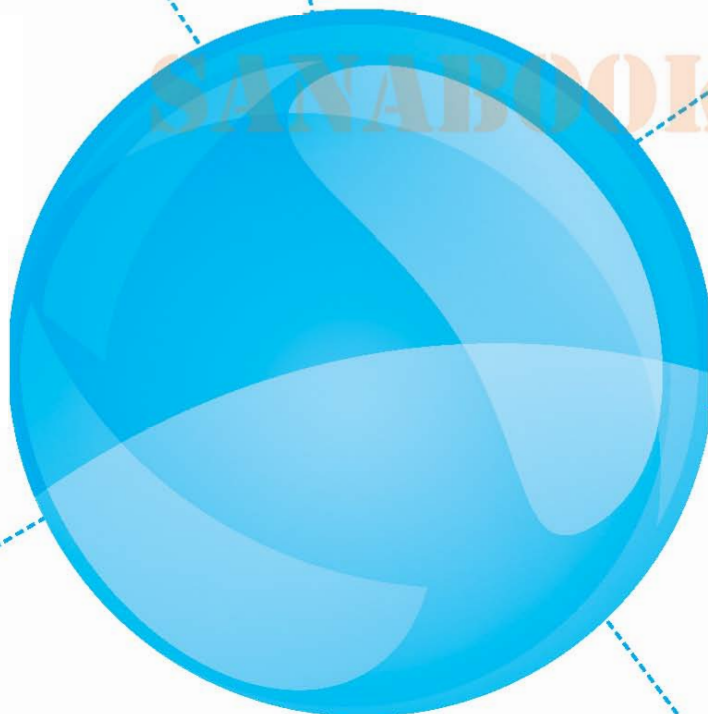
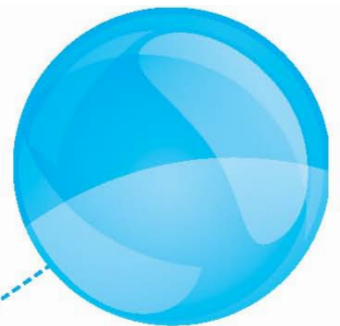
دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری توانبخشی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران

محمد ایمانی پور

کارشناسی ارشد پرستاری داخلی جراحی

حسن کچوئی

کارشناس پرستاری



## تقویم به



پدر و مادر عزیزتر از جانم که زحماتشان برایم  
فراموش نشدنی خواهد بود...  
استاید عزیزم در دانشگاه علوم پزشکی و توان بخشی  
تهران که مسیر موفقیت را پیش از پیش برایم هموار  
کردند...  
و تک شاخه گلپهار زندگیم... بهترین بهترینم

SANABOOK.COM





## بسمه تعالی

در طی چندین سال تحصیل و تدریس در علوم پزشکی به کرات به دانشجویان و داوطلبینی برخوردیم که علی‌رغم تلاش فراوان برای مطالعه و یادگیری مطالب پرحجم کتب علوم پزشکی، نمی‌توانند سر جلسه امتحان یا کنکور نتیجه مطلوب را بگیرند. با بررسی شیوه مطالعه این افراد به این نتیجه رسیدیم که بسیاری از آن‌ها توانایی دسته‌بندی و تفکیک مطالب و نگاه کل به جزء را در ذهن خود ندارند. آن‌ها فقط ملغمه‌ای از جملات و اسامی را در ذهن خود می‌سپارند و در نهایت پس از چندین بار مطالعه نتیجه مطلوب را کسب نمی‌کنند. مشکل کجاست؟! مشکل این است که این افراد از ابتدا به مطالب به صورت جزء به جزء، نگریده‌اند، در حالی که قبل از مطالعه دروس حجیم و تو در تو رشته پرستاری می‌بایست از بالا مختصات کلی آن را در ذهن ترسیم کرد. دقیقاً مثل نرم‌افزار نقشه گوگل (google map) یک بار نمای کلی نقشه را با دیدن نام مناطق، اتوبان‌ها در نظر می‌گیرید و سپس بر روی فلان خیابان یا کوچه زوم می‌کنید. نگاه کل به جزء و دسته‌بندی شده در مطالعه نیز به همین صورت است. اگر شما مطالب را در قالب نکات مجزا حفظ کنید، هیچ وقت نمی‌توانید ارتباط آن‌ها را با یکدیگر متوجه شوید.

این مسئله ما را بر آن داشت که کتاب را بر این اساس برنامه‌ریزی و طراحی کنیم و با قبول زحمت بسیار نویسنده عزیز، این اثر اکنون پیش روی شماست. تنها کاری که شما انجام می‌دهید، این است که کتاب را باز کنید و بخوانید!! خلاصه‌برداری نکنید، فقط سعی کنید ارتباط مطالب را با هم پیدا کنید و دیگر هیچ ...

مسلماً این اثر حاصل تلاش یک زنجیره از افرادی است که برای آن از نگارش گرفته تا تایپ، صفحه‌آرایی، طراحی، لیتوگرافی و چاپ زحمات زیادی کشیده‌اند و از فروش هر نسخه از کتاب، این افراد کسب درآمد می‌کنند. لذا از خوانندگان بخاطر اینکه از حقوق این افراد با کپی نکردن این کتاب چه بصورت فایل و یا کپی کاغذی حمایت می‌کنند متشکریم.

مدیریت مؤسسه علمی انتشاراتی سنا «سامانه نوین‌آموز»

دکتر هادی طغیانی - دکتر منیره ملکی





یکی از دروس پرچالش در کنکور کارشناسی ارشد پرستاری، درس پرستاری بهداشت جامعه می‌باشد. با توجه به اهمیت این درس و درصد پایینی که داوطلبان شرکت کننده در آن کسب می‌کنند، بر آن شدیم که مجموعه‌ای از مطالب مرتبط با این درس را در چهار بخش پرستاری سلامت جامعه، پرستاری سلامت فرد و خانواده، پرستاری بهداشت محیط به همراه ضمیمه نکات کنکوری سال‌های گذشته ارائه دهیم. از مزیت‌های این کتاب می‌توان به ارائه جدول توزیع سؤالات سال‌های گذشته و تطابق آن با فصول ارائه شده، اشاره کرد. همچنین سعی شده است تا حد امکان مطالب به شکل جامع، مفید و مطابق با آخرین سرفصل وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گردآوری شده باشد. امید است با خواندن این کتاب، داوطلبان محترم به درصد قابل قبولی در کنکور کارشناسی ارشد دست پیدا کنند.

در اینجا بر خود لازم می‌دانم قدردانی کنم از...

پدر و مادر عزیزم که همواره پشتیبان و مشوق من بودند...

دوست بسیار عزیزم آقای حسن کچوئی که تلاش‌های خستگی‌ناپذیرش در این کتاب برای من فراموش‌نشده خواهد بود... همچنین زحمات آقای ایمانی پور عزیز در این مسیر...

آقای دکتر طغیانی، خانم دکتر ملکی و آقای کردمیر عزیز که همواره پشتیبان من در مجموعه سنا تهران بودند و باعث افتخارم هست که در این مجموعه فعالیت می‌کنم...

خانم دکتر مداح استاد عزیزم که همواره برای من شاگردی ایشان باعث افتخار بوده است...

اساتید عزیزم در دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی تهران خانم دکتر ارسلانی، آقای دکتر حسینی، آقای دکتر خانکه، آقای دکتر رهگوی، آقای دکتر فلاحی، خانم دکتر محمدی، آقای دکتر نوروزی و

همچنین دیگر اساتید عزیزم خانم دکتر عزیزی، خانم دکتر رجبی، آقای دکتر بگجانی، استاد قمری زارع و استاد نقی زاده که محبت و تشویق‌هایشان هیچ‌گاه فراموش نخواهد شد...

دوستان بسیار عزیزم آقایان آریامنش، عبدالرسولی، گلزار، میرباقری و دهقان که هیچ‌گاه محبتشان را از من دریغ نکردند...

و در نهایت از بهترین بهاره جان زندگیم که مشوق و پشتیبان همیشگی‌ام هست و خواهد بود...

به امید پیشرفت روزافزون رشته پرستاری

حمیدرضا جوکار

دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری توان‌بخشی

دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی تهران



## بخش اول: پرستاری سلامت جامعه

فصل یکم: مفاهیم و تاریخچه پرستاری سلامت جامعه	۱۱
فصل دوم: عوامل تعیین کننده سلامتی	۱۸
فصل سوم: اصول نیازسنجی بهداشت جامعه	۲۳
فصل چهارم: نظریه و الگوهای حفظ و ارتقای سلامت، آموزش بهداشت و تیم بهداشتی	۲۶
فصل پنجم: PHC و نظام ارائه دهنده خدمات سلامت در ایران و جهان	۳۱
فصل ششم: پویایی گروه، جمعیت و بهداشت جامعه	۳۸
فصل هفتم: پژوهش در علوم بهداشتی	۴۴
فصل هشتم: اپیدمیولوژی، شاخص های بهداشتی، زیج حیاتی و غربال گری	۴۷
فصل نهم: تنظیم خانواده	۵۲
فصل دهم: اهمیت نقش پرستار در حفظ و ارتقاء سلامت کودک	۵۵
فصل یازدهم: پرستاری بهداشت مدارس	۵۹
فصل دوازدهم: پرستار و اقتصاد سلامت	۶۲
فصل سیزدهم: ایمن سازی و واکسیناسیون	۶۴

## بخش دوم: پرستاری سلامت فرد و خانواده

فصل یکم: ازدواج و مشاوره ژنتیکی	۷۹
فصل دوم: مفهوم خانواده و انواع آن	۸۱
فصل سوم: ساختار و فعالیت خانواده	۸۵
فصل چهارم: سلامت و بحران در خانواده	۸۸
فصل پنجم: مراحل تکاملی خانواده	۹۱
فصل ششم: فرآیند پرستاری در بررسی وضعیت سلامت خانواده و اصول بازدید در منزل	۹۴
فصل هفتم: خشونت و سوء رفتار در خانواده	۱۰۲
فصل هشتم: خانواده های آسیب پذیر، بزهکاری در خانواده و طلاق	۱۰۹
فصل نهم: معلولیت	۱۱۱
فصل دهم: اعتیاد	۱۱۵

## بخش سوم: پرستاری بهداشت محیط

فصل یکم: مفاهیم بهداشت محیط	۱۱۹
فصل دوم: اکوسیستم و بحران محیط زیست، آلودگی هوا و خاک	۱۲۴
فصل سوم: آلودگی صوتی، نور و پرتوها	۱۳۱
فصل چهارم: آلودگی آب و فاضلاب	۱۳۷
فصل پنجم: آلودگی مواد غذایی و بهداشت زباله	۱۴۵
فصل ششم: بهداشت مسکن، امکان عمومی و مراکز بهداشتی درمانی	۱۵۲
فصل هفتم: بهداشت حرفه ای	۱۵۹
فصل هشتم: ناقلین فیزیکی و کنترل آن	۱۶۶
فصل نهم: بلایای طبیعی و اقدامات در شرایط اضطراری	۱۷۱
فصل دهم: آسیب های شیمیایی	۱۷۶

## بخش چهارم: مروری بر برخی نکات

کنکور سال های گذشته

بررسی آماری سؤالات ارشد پرستاری بهداشت جامعه (پرستاری سلامت جامعه)

مجموع تا ۹۴ تا ۹۸	۹۸	۹۷	۹۶	۹۵	۹۴	۹۳	۹۲	۹۱	۹۰	۸۹	۸۸	۸۷	۸۶	۸۵	۸۴	افصول / سال
۱۱	***	****	*	*	**		**		*		*	**	**	****	*	مفاهیم و تاریخچه پرستاری سلامت جامعه
۰							*		*	*	*	*				عوامل تعیین کننده سلامتی
۰																اصول نیازسنجی بهداشت جامعه
۹	**	**	**	*	**				*	**		****		*	**	نظریه و الگوهای حفظ و ارتقاء سلامت، آموزش بهداشت و تیم بهداشتی
۵	**			*	**	*	**	*		**	*	*	****			PHC و نظام‌های ارائه‌دهنده خدمات سلامت در ایران و جهان
۰						*	*			*	*	*		*	*	پویایی گروه، جمعیت و بهداشت جامعه
۴		***			*	**	*	*			*	*		*		پژوهش در علوم بهداشتی
۱۰	**	**	*	****	**	*****	**	**	**	**	**	**	****	****	*	اپیدمیولوژی، شاخص‌های بهداشتی، زیج حیاتی و غربال‌گری
۰																تنظیم خانواده
۳				**	*	**		*			**					اهمیت نقش پرستار در حفظ و ارتقای سلامت کودک
۱	*					*					**		*		*	پرستاری بهداشت مدارس
۱					*					*		*				پرستار و اقتصاد سلامت
۱۸	*	***	*****	*****	*****	*****	**	*****	*****	*****	**	*	****	*	****	ایمنی‌سازی و واکسیناسیون

بررسی آماری سؤالات ارشد پرستاری بهداشت جامعه (پرستاری سلامت فرد و خانواده)

فصول/سال	۸۴	۸۵	۸۶	۸۷	۸۸	۸۹	۹۰	۹۱	۹۲	۹۳	۹۴	۹۵	۹۶	۹۷	۹۸	مجموع ۹۴ تا ۹۸
ازدواج و مشاوره ژنتیکی												*				۱
مفهوم خانواده و انواع آن	*	*	**	*	*		*				**		***	*		۶
ساختار و فعالیت خانواده	***		*				*					*	*	*		۳
سلامت و بحران در خانواده							*							*		۱
مراحل تکاملی خانواده	*	*	*			*	*				*			*		۲
فرآیند پرستاری در بررسی وضعیت سلامت خانواده و اصول بازدید در منزل	*****	*					*	*				*		*	**	۴
خشونت و سوء رفتار در خانواده			*	*			*	*	*				*	*		۲
خانواده‌های آسیب‌پذیر، بزهکاری در خانواده و طلاق		**												*		۱
معلولیت																۰
اعتیاد																۰

بررسی آماری سؤالات ارشد پرستاری بهداشت جامعه (پرستاری بهداشت محیط)

فصول/سال	۸۴	۸۵	۸۶	۸۷	۸۸	۸۹	۹۰	۹۱	۹۲	۹۳	۹۴	۹۵	۹۶	۹۷	۹۸	مجموع ۹۴ تا ۹۸
مفاهیم بهداشت محیط											*					۱
اکوسیستم و بحران محیط‌زیست، آلودگی هوا و خاک	*					*	**	*	*				*			۱
آلودگی صوتی، نور و پرتوها							*	*					*			۱
آلودگی آب و فاضلاب	*					*	*	*	*	*	**	****	*	*	*	۹
آلودگی مواد غذایی و بهداشت زیانه						*			*	*			**			۲
بهداشت مسکن، اماکن عمومی و مراکز بهداشتی درمانی																۰
بهداشت حرفه‌ای	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*****	*	**	*		۴
ناقلین فیزیکی و کنترل آن											*	*	*			۳
بلاهای طبیعی و اقدامات در شرایط اضطراری	*					*	***	**				**		*		۳
آسیب‌های شیمیایی																۰

بررسی آماری سؤالات ارشد پرستاری بهداشت جامعه (تست‌های استدلالی و ترکیبی)

۸۴	۸۵	۸۶	۸۷	۸۸	۸۹	۹۰	۹۱	۹۲	۹۳	۹۴	۹۵	۹۶	۹۷	۹۸
	**	**	**	**	*	***	*****	*****	*****	***	**	**	*	*****

بررسی آماری سؤالات ارشد پرستاری بهداشت جامعه (مجموع تست‌های سال‌های اخیر)

سال	۸۴	۸۵	۸۶	۸۷	۸۸	۸۹	۹۰	۹۱	۹۲	۹۳	۹۴	۹۵	۹۶	۹۷	۹۸
تعداد سؤالات	۲۰	۲۰	۲۰	۲۰	۲۰	۲۰	۲۰	۲۰	۲۰	۲۰	۲۵	۲۵	۲۴	۲۴	۲۴

# بخش ۱

SANABOOK.COM

## پرستاری سلامت جامعه






# مفاهیم و تاریخچه پرستاری سلامت جامعه

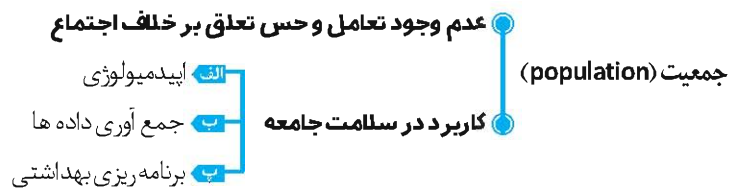


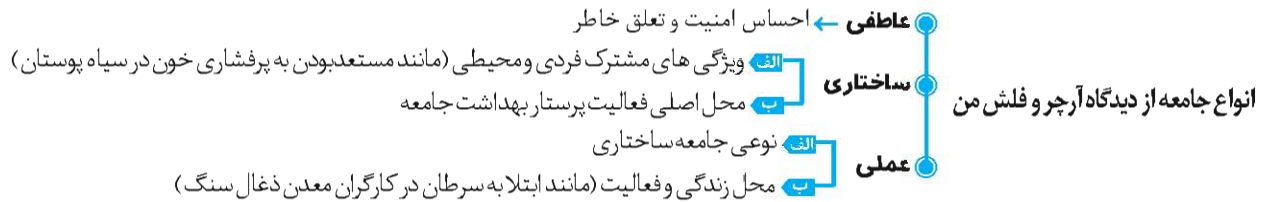
SANABOOK.COM

**جامعه رودررو** 

1 وجود شایعه پراکنی و زیاد بودن اطلاعات افراد از هم (مانند جامعه روستایی)

2 وجود مراقبت بهداشتی سریع (فعالیت مناسب پرستاری بهداشت جامعه)





■ **طیف سلامتی و بیماری:** سلامتی کامل - سلامتی خوب - عدم وجود بیماری - بیماری ناشناخته - بیماری متوسط - بیماری شدید - مرگ

**از دیدگاه WHO:** رفاه کامل جسمی، اجتماعی و روانی و نه تنها عدم وجود بیماری یا ناتوانی



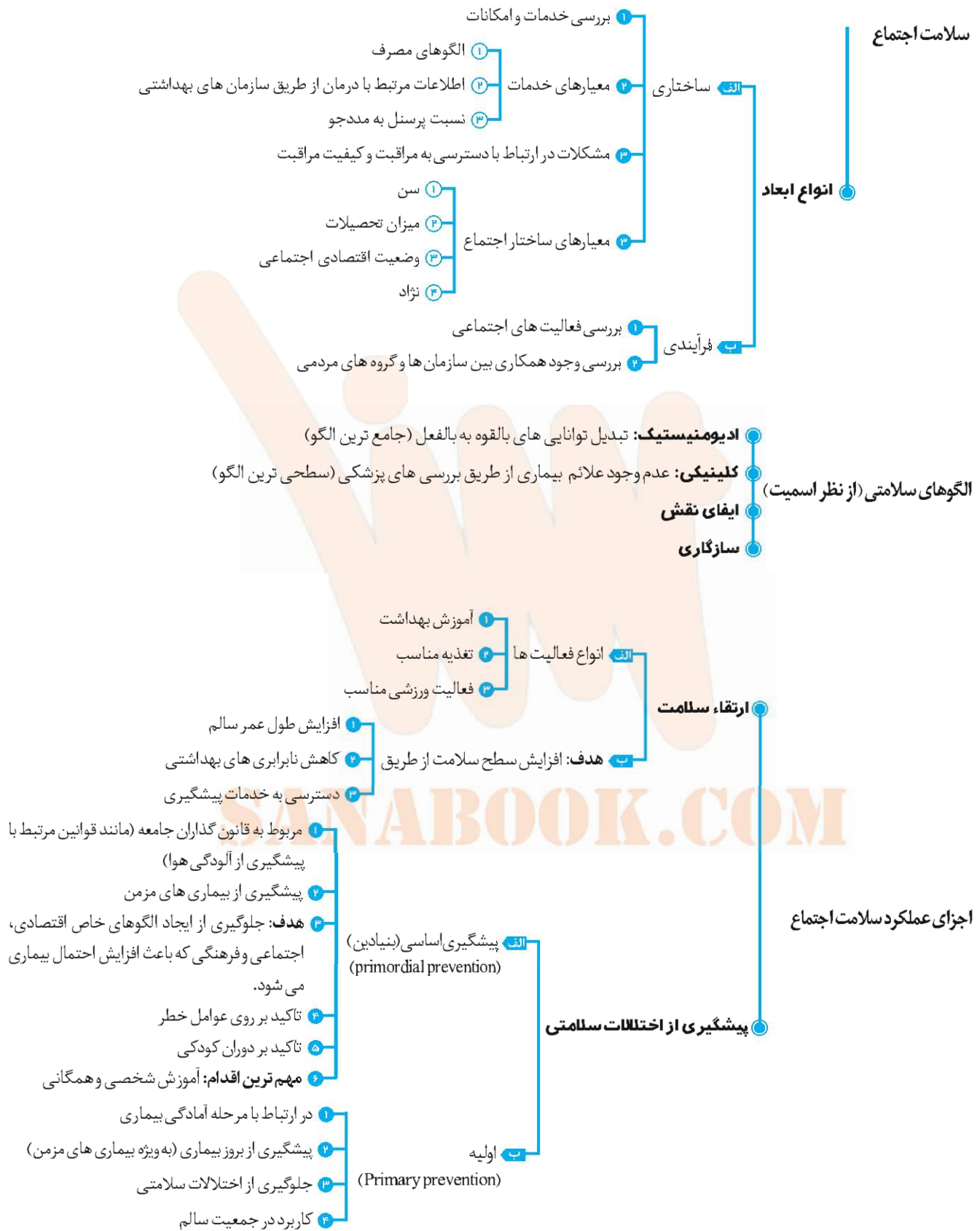
■ **نکته:** مرز مشخصی بین سلامتی و بیماری وجود ندارد.

**تفاوت بیماری و ناخوشی:** بیماری: انحراف از سلامت کامل جسمی یا روانی  
**ناخوشی:** تجربه ذهنی عدم وجود سلامتی



■ **نکته:** واحد اصلی ارائه خدمات بهداشت: خانواده





اجزای عملکرد سلامت اجتماع



1- Breast self Examination  
2- Testicular self Examination  
3- Rehabilitation

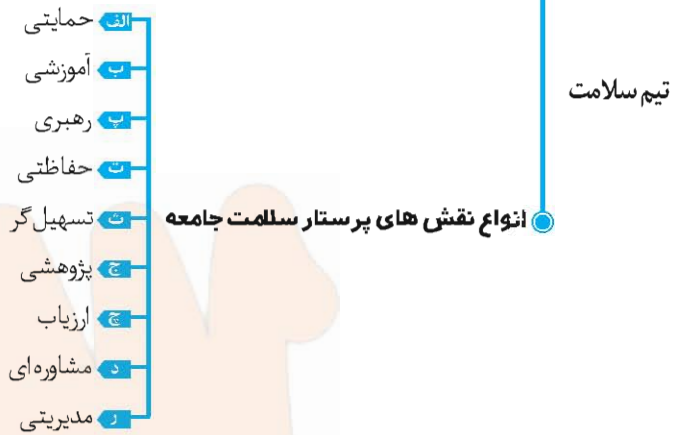
**نکته** موثرترین راه پیشگیری از مشکلات سلامتی

- ۱ ایجاد و حفظ سبک زندگی سالم
- ۲ ایجاد و حفظ محیط سالم

**نکته** تعریف سه واژه

- ۱ صدمه یا آسیب (Impairment): اختلال در وضعیت آناتومیک، فیزیولوژیک و سایکولوژیک
- ۲ ناتوانی (Disability)
- ۳ معلولیت (Handicap): اختلال در انجام فعالیت های روزمره در ارتباط با جامعه

**عضو اصلی و روابط بین تخصص های موجود در بهداشت: پرستار حرفه ای**



**تنوری پرستاری + تنوری سلامت همگانی**

**جهت حفظ و ارتقاء سلامت جامعه**

**پرستاری سلامت همگانی (Public Health Nursing)**

- مراقبت به صورت پیشگیری از بیماری و ناتوانی و ارتقاء حفظ سلامت اجتماع به عنوان کل
- بررسی تاثیر وضعیت سلامتی جامعه بر سلامت افراد، خانواده ها و گروه ها
- اولویت با پیشگیری اولیه
- موثرترین شیوه جهت ارتقاء سلامت: همکاری با دیگر سازمان های مراقبتی

**تنوری پرستاری + تنوری سلامت همگانی**

**جهت حفظ و ارتقاء سلامت جامعه**

**پرستاری سلامت اجتماع (Community Health Nursing)**

- تاکید بر سلامت افراد، خانواده ها و گروه ها و تاثیر وضعیت سلامتی آن ها بر سلامتی اجتماع به عنوان یک کل
- بررسی تاثیر وضعیت سلامتی افراد، خانواده ها و گروه ها بر سلامت اجتماع

**پرستاری مبتنی بر جامعه (Community Based Nursing) ← ارائه مراقبت در محل زندگی، کار یا مدرسه**

**شامل**

- الف پرستار سلامت اجتماع
- ب پرستار سلامت همگانی

**پرستاری جامعه محور (Community Oriented Nursing)**

- تفاوت فعالیت پرستار مبتنی بر جامعه و پرستار جامعه محور
- الف پرستار مبتنی بر جامعه: ارائه مراقبت از بیمار در جامعه
- ب پرستار جامعه محور: پیشگیری از بیماری و ارتقاء سلامت