

لیست نهایی خدمات سلامت میانسالان

| | |
|----|---|
| 1 | انجام تن سنجی (اندازه گیری قد، وزن، تعیین نمایه توده بدنی، دور کمر) در کلیه افراد میانسال تعیین اضافه وزن ، چاقی، چاقی شکمی در مراجعین و آموزش و مشاوره برای اصلاح وضعیت آنها |
| 2 | بررسی وضعیت تغذیه فردی کلیه مراجعین از نظر مصرف گروههای غذایی هرم و آموزش و مشاوره برای ارتقای رفتار تغذیه ای بررسی وضعیت تغذیه فردی از نظر عادات نامناسب غذایی(فست فود، نوشیدنی گازدار، نمک، روغن مصرفی) |
| 3 | آموزش و مشاوره برای ارتقای رفتار تغذیه ای |
| 4 | بررسی وضعیت مصرف مکملها ، تجویز و آموزش نحوه مصرف مکمل ویتامین دی ، آموزش برای مصرف نوع مکمل مصرفی لازم |
| 5 | بررسی آنمی فقر آهن |
| 6 | بررسی وضعیت فعالیت جسمانی کلیه مراجعین میانسال از نظر نوع ، شدت، مدت و تعداد روزهای هفته بر اساس استاندارد WHO |
| 7 | بررسی وضعیت فرد از نظر وجود ممنوعیت یا محدودیتهای انجام فعالیت جسمانی (تست پارکیو) |
| 8 | آموزش و مشاوره SOC برای ارتقای فعالیت جسمانی مراجعه کننده میانسال سالم |
| 9 | ارجاع به پزشک برای آموزش و مشاوره SOC برای ارتقای فعالیت جسمانی مراجعه کننده میانسال بیمار برحسب نوع بیماری |
| 10 | بررسی وضعیت مصرف غیر مستقیم و مستقیم دخانیات(سیگار، قلیان، چپق) و میزان وابستگی به نیکوتین |
| 11 | مشاوره برای ترک سیگار . ارائه آموزش و مشاوره به افراد بر اساس وضعیت مصرف دخانیات و مواد |
| 12 | بررسی فرد از نظر یائسگی و مشاوره برای پیشگیری از علائم و عوارض یائسگی و آموزش برای کنترل عوامل خطر قابل مداخله |
| 13 | بررسی اختلالات قاعدگی و بیماریهای خونریزی دهنده واژینال (آمنوره، الیگو منوره، هیپومنوره ،لکه بینی، هیپرمنوره، منو متروراژی) |
| 14 | بررسی از نظر تمایل به بارداری، ناباروری، شیردهی، بارداری |
| 15 | بررسی از نظر نارضایتی از روابط زناشویی و اختلال عملکرد جنسی |
| 16 | بررسی رفتارهای پرخطر جنسی و بررسی علائم و نشانه های عفونتهای آمیزشی |
| 17 | بررسی خشونت خانگی در زنان متاهل و ارجاع به روانشناس در صورت مثبت بودن تست HITS |
| 18 | معاینه ژنیکولوژی از نظر ضایعات واژن و سرویکس و احشای لگنی و اقدام برابر دستور العمل |
| 19 | تهیه نمونه اچ پی وی برای زنان ۳۰ سال و بالاتر و ارسال نمونه |
| 20 | تهیه نمونه تست پاپ اسمیر برای زنان حداقل یک بار ازدواج کرده بالای ۳۰ سال ۳ سال پس از شروع تماس جنسی و بررسی نتیجه پاپ اسمیر |
| 21 | بررسی عوامل خطر فردی و خانوادگی سرطان پستان |

| | |
|----|--|
| 22 | انجام معاینه پستان ، فوق ترقوه و زیر بغل برای بررسی بیماری های پستان .آموزش خودآزمایی و خود مراقبتی پستان، بررسی نتایج ماموگرافی و ارجاع به سطح تخصصی در صورت لزوم |
| 23 | درخواست انجام آزمایشات hdl,tg ,fbs,hb,hct,chl,ldl گروه هدف و بررسی نتایج آنها و اقدام برابر دستور العمل |
| 24 | انجام آزمایش قند خون با گلوکومتر.انجام آزمایش کلسترول با دستگاه لیپید پرو.بررسی سوابق فردی و خانوادگی |
| 25 | بررسی شرح حال، علائم و نشانه های سرطان کولورکتال و انجام آزمایش FIT و ارجاع در صورت لزوم |
| 26 | بررسی سوابق بیماری های اولویت دار گروه سنی در فرد (قلبی عروقی، دیابت، فشارخون بالا، دیس لیپیدمی) و اقدام لازم در صورت وجود سابقه .اندازه گیری فشار خون و تعیین محدوده آن و مشاوره و آموزش و در صورت لزوم درمان. |
| 27 | غربالگری دیابت و درمان آن غربالگری دیس لیپیدمی و درمان آن |
| 28 | ارزیابی ریسک حوادث قلبی عروقی در ده سال آینده و انجام اقدامات متناسب با درصد خطر |
| 29 | غربالگری سل .بررسی سابقه بیماریهای واگیر مزمن (سل، ایدز، هپاتیت) در فرد و خانواده |
| 30 | غربالگری اولیه وضعیت مصرف الکل و ارجاع به روانشناس در صورت مصرف |
| 31 | غربالگری اولیه اختلال مصرف داروهای آرام بخش بدون تجویز پزشک، مواد افیونی، محرکهای آمفتامینی و سایر مواد اعتیاد آور و ارجاع به روانشناس |
| 32 | غربالگری اولیه اختلالات روانشناختی از طریق ابزار ارزیابی وضعیت روانشناختی |
| 33 | غربالگری از نظر افکار و رفتار خودکشی |
| 34 | دسترسی به حمایت اجتماعی و خدمات بهداشتی درمانی(بیمه و سازمانهای حمایتی) |