

اهمیت سلامت زنان و هفته ملی سلامت بانوان ایران



هفته ملی سلامت بانوان ایران (سبا) در سال جاری از تاریخ ۲۰ الی ۲۶ آبان ماه با هدف اطلاع رسانی و حساس سازی گروه های مختلف جامعه در خصوص اولویت های سلامت زنان به عنوان نیمی از جمعیت کشور ، برگزار می گردد.

زنان محور و مدیر سلامت خانواده و یار و همکار ارائه دهندگان خدمات در سیستم سلامت هستند و بخش مهمی از فعالیتهای مربوط به خود مراقبتی و مراقبت در منزل به عهده آنان است. آنها بطور معمول مدیریت و برنامه ریزی سلامت خانواده از واکسیناسیون کودکان گرفته تا تغذیه نوجوانان و کاستن از استرسهای بزرگترها و ارائه خدمات به سالمندان را به عهده دارند.

در سال جاری رویکرد اصلی برگزاری هفته ملی سلامت بانوان ایران(سبا) حمایت از نقش مادری زنان بوده که بر همین اساس شعار هفته مذکور با عنوان زیر تعیین شده است:

شعار هفته ملی سلامت بانوان ایرانی: "بانوی سالم، خانواده سالم، جامعه سالم"



عناوین روز شمار هفته ملی سلامت بانوان ایرانی (سبا) ۲۶ - ۲۰ آبان ماه سال ۱۴۰۲

تاریخ	روز شمار هفته	موضوعات
شنبه ۱۴۰۲،۸،۲۰	مزایای فردی، خانوادگی و اجتماعی مادری	<ul style="list-style-type: none"> ➤ اثرات بارداری بر سلامت جسمی و روانی زنان ➤ مادران مدیران موفق تری هستند ➤ آثار سوء سقط عمدی جنین بر مادر، خانواده و جامعه
یکشنبه ۱۴۰۲،۸،۲۱	خانه داری، خانه نشینی نیست	<ul style="list-style-type: none"> ➤ پیشگیری از آسیب های اسکلتی عضلانی زنان در محل کار ➤ سلامت روان زنان در محیط های کاری ➤ مدیریت زمان برای داشتن زندگی سالم ➤ تاثیر مادری بر موفقیت شغلی ➤ تفاوت خانه داری و خانه نشینی
دوشنبه ۱۴۰۲،۸،۲۲	فضای مجازی و سلامت بانوان	<ul style="list-style-type: none"> ➤ بررسی آثار مثبت و منفی روانی فعالیت زنان در فضای مجازی عوارض جسمی شایع در استفاده مداوم از تجهیزات دیجیتال مانند گوشی هوشمند -رایانه شخصی و رومیزی و ... و آموزش استفاده درست به ویژه در مادران باردار و شیرده
سه شنبه ۱۴۰۲،۸،۲۳	سواد سلامت بانوان با رویکرد سلامت فردی، خانوادگی و اجتماعی	<ul style="list-style-type: none"> ➤ سواد سلامت چیست؟ ➤ اثرات مثبت سواد سلامت مادران بر سلامتی جسمی و روانی کودک و خانواده ➤ سواد سلامت و روابط خانوادگی
چهارشنبه ۱۴۰۲،۸،۲۴	سلامت باروری زنان و آسیب های ناشی از جراحی های زیبایی	<ul style="list-style-type: none"> ➤ جراحی های زیبایی پستان و شیردهی ➤ جراحی های زیبایی تناسب اندام و باروری ➤ جراحی های زیبایی ناحیه ژنیتال و ارتباط آن با سلامت جنسی
پنجشنبه ۱۴۰۲،۸،۲۵	طب ایرانی و سلامت بانوان	<ul style="list-style-type: none"> ➤ تدابیر طب ایرانی در باروری زنان ➤ تدابیر طب ایرانی برای دوران بارداری ➤ تدابیر طب ایرانی در پیشگیری از یائسگی زودرس ➤ تدابیر طب ایرانی در سلامت دوران یائسگی
جمعه ۱۴۰۲،۸،۲۶	یافته های جدید علم پزشکی در سرطان های زنان	<ul style="list-style-type: none"> ➤ غربالگری سرطان های پستان و دهانه رحم ➤ پیشگیری از سرطان های شایع زنان ➤ مدیریت سلامت پس از ابتلا به سرطان

درباره خدمات سلامت زنان

اگر شما در فاصله جوانی و سالمندی یا در دوره میانسالی به سر می‌برید، بسته خدمت سلامت میانسالان، سلامت شما را در این دوره سنی تأمین می‌کند. این بسته خدمات در مقایسه با خدماتی که به عنوان چکاپ در مطب‌ها و کلینیک‌ها ارائه و هزینه گزافی به مراجعه‌کننده بسیار منحصر به فرد بوده و از ویژگی‌های زیر برخوردار است:

۱. همه زنان ۳۰ تا ۶۰ سال می‌توانند از این خدمت بهره‌مند شوند.
۲. خدمات سلامت زنان در مراکز بهداشتی نزدیکی محل زندگی شما در همه جای ایران ارائه می‌شود.
۳. خدمات سلامت زنان رایگان می‌باشد.
۴. اطلاعات در پرونده‌ها به صورت الکترونیک ثبت می‌گردد.
۵. همه خدمات در یک زمان و یک مکان ارائه می‌شود.
۶. همه نیازها و مشکلات جسمی و روانی شما مورد پیگیری قرار می‌گیرد.
۷. در صورت لزوم برای رفع مشکلات سلامتی به کارشناس تغذیه، روانشناس و پزشک متخصص ارجاع می‌شوید.

چه نوع خدماتی در این بسته ارائه می‌گردد؟

- بررسی تناسب اندام و مشاوره برای لاغری، اضافه وزن، چاقی و چاقی شکمی
- مشاوره تغذیه برای اصلاح الگوی غذایی
- ارائه مکمل ویتامین د رایگان
- مشاوره و ارائه نسخه ورزشی برای بهبود فعالیت بدنی و تحرک
- اندازه‌گیری فشارخون، قندخون، چربی خون و خطرسنجی سکنه قلبی و مغزی
- بررسی سلامت زنان در دوره باروری و یائسگی، عفونت‌های آمیزشی، ایدز و عوامل خطر آن
- بررسی و مشاوره برای بهبود سلامت روانی در زمینه استرس، اضطراب و افسردگی
- غربالگری ۳ سرطان مهم با استفاده از روش‌های نوین: سرطان پستان و سرطان دهانه رحم و سرطان روده بزرگ

مدارک مورد نیاز برای تشکیل پرونده و دریافت خدمات :

شماره کارت ملی، مستندات بیماریهای شناخته شده فرد مانند: آزمایشات، نسخ دارویی یا داروهای مصرفی، نتایج آزمایش‌ها، خلاصه پرونده بیمارستانی در صورت سابقه بستری