



دانشگاه علوم پزشکی
۹
خدمات بهداشتی، درمانی استان اردبیل

راهنمای کاربرد سامانه سیب در برنامه سالمندان



تهیه و تدوین :

فرحناز عزتی - مدیر گروه سلامت جمعیت و خانواده

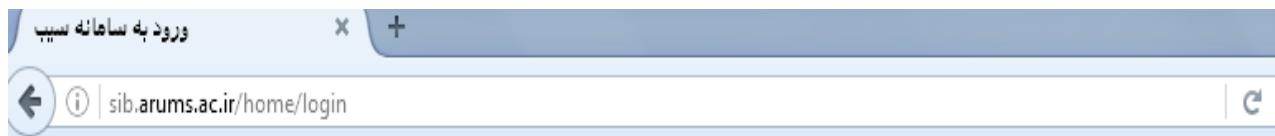
خوشروزه حسین زاده - کارشناس سالمندان استان

سمیه نوری - مراقب سلامت شهرستان نمین

مرداد ماه سال ۹۵

❖	دستورالعمل ورود به سامانه	صفحه ۳
❖	انتخاب خدمت گیرنده	صفحه ۳-۴
❖	مراقبت از نظر فشارخون (۶۰ سال و بالاتر) غیرپزشک	صفحه ۵
❖	غربالگری تغذیه در سالمندان غیرپزشک.....	صفحه ۵-۶
❖	مراقبت از نظر اختلالات بینایی سالمندان.....	صفحه ۶-۸
❖	مراقبت از نظر اختلال شنوایی سالمندان.....	صفحه ۸-۹
❖	مراقبت از نظر خطر سقوط و عدم تعادل در سالمندان.....	صفحه ۹-۱۰
❖	مراقبت از سالمند از نظر افسردگی.....	صفحه ۱۰-۱۱
❖	مراقبت از نظر اختلالات دهان و دندان سالمندان.....	صفحه ۱۲
❖	روش ثبت توزیع کپسول ویتامین د۳.....	صفحه ۱۲
❖	روش ثبت داروهای مصرفی سالمند مثل فشارخون.....	صفحه ۱۲-۱۳
❖	روش پیگیری.....	صفحه ۱۳

۱- ورود به سامانه سبب sib.arums.ir/home/login



۲- وارد کردن کد ملی و رمز عبور

۳- نمایش میز کار مراقب سلامت یا بهورز

نکته: مراقبین سلامت توجه نمایند تا رمز را تغییر ندهید میز کار ظاهر نمی شود.

انتخاب خدمت گیرنده تحت پوشش

۴- انتخاب گزینه خدمت گیرنده

انتخاب خدمت گیرنده مهمان

۵- اگر فرد جز جمعیت تحت پوشش باشد گزینه انتخاب خدمت گیرنده تحت پوشش را انتخاب می کنیم

فهرست خدمت گیرندگان (3359 نفر)

خدمت دهنده: سمیه نور

نام خانوادگی: نام خانوادگی کد خانوار: کد خانوار شماره ملی: شماره ملی سن از: سن از سن تا: سن تا

جنسیت: زن ☐ مرد ☐ بارداری ☐ زایمان ☐ سال: سال

بیمه: بیمه

مشخصات شبکه: مشخصات شبکه

انتخاب ساختار شبکه: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اردبیل شبکه بهداشت و درمان شهرستان نمین مرکز سلامت جامعه شهری / رو ...

جستجو: جستجو

۶- جستجوی فرد مورد نظر از روی کد ملی یا نام و نام خانوادگی و کلیک روی گزینه انتخاب خدمت گیرنده

نام	نام خانوادگی	شماره ملی	شماره تماس	سن	جنسیت	تعداد خدمات	توضیحات
				60 سال و 17 روز	زن	4	انتخاب خدمت گیرنده

۷- نام شخص مورد نظر در منوی بالا نمایش داده می شود .

۸- فهرست مراقبتها ظاهر می شود

فهرست مراقبتها	جستجو	60 سال و 19 روز	انتخاب تصویر
مراقبت از نظر فشار خون (60 سال و بالاتر) (غیرپزشک)			
غیربالگری تغذیه در سالمندان (غیرپزشک)			
مراقبت از نظر اختلالات بینایی سالمندان (60 سال و بالاتر) (غیرپزشک)			
مراقبت از نظر اختلال شنوایی سالمندان (60 سال و بالاتر) (غیرپزشک)			
مراقبت از نظر خطر سقوط و عدم تعادل در سالمندان (60 سال و بالاتر) (غیرپزشک)			
مراقبت سالمندان از نظر افسردگی (60 سال و بالاتر) (غیرپزشک)			
مراقبت از نظر اختلالات دهان و دندان سالمندان (60 سال و بالاتر) (غیرپزشک)			
سفیران سلامت			
واکسیناسیون تاخیری افراد بالای 18 سال - فاقد سابقه ایمن سازی - نوبت اول			
واکسیناسیون تاخیری افراد بالای 18 سال - فاقد سابقه ایمن سازی - نوبت دوم			
واکسیناسیون تاخیری افراد بالای 18 سال - فاقد سابقه ایمن سازی - نوبت سوم			

❖ مراقبت از نظر فشارخون (۶۰ سال و بالاتر) غیرپزشک

مراقبت از نظر فشار خون (60 سال و بالاتر) (غیرپزشک)

فشار خون سیستولیک بعد از 5 دقیقه استراحت در حالت نشسته :	mm/Hg	
فشار خون دیاستولیک بعد از 5 دقیقه استراحت در حالت نشسته :	mm/Hg	
فشار خون سیستولیک پس از ایستادن به مدت 2 دقیقه بعد از فشار خون بار اول :		

مصرف داروهای ضد فشار خون ☐ بلی ☐ خیر

ثبت

فشارخون سیتولیک و دیاستولیک بعد از ۵ دقیقه در حالت نشسته و فشارخون سیستولیک را بمدت ۲ دقیقه بعد از فشارخون بار اول اندازه گیری و در کادر مربوطه ثبت می شود. در صورتی که مصرف داروی ضد فشارخون داشته باشد علامت بلی تیک زده می شود.

اقدامات: اقدامات مربوط به تشخیص را نمایش می دهد . تاریخ پیگیری بعدی را ۶ ماه بعد نمایش می دهد. در کادر مربوط به توضیحات اگر لازم بود نکته ای می توان یادداشت کرد.

❖ غربالگری تغذیه در سالمندان غیرپزشک:

وزن به کیلوگرم و قد به سانتی متر اندازه گیری و ثبت شود.

غربالگری تغذیه در سالمندان (غیرپزشک)

وزن :	kg	
قد :	cm	

ثبت

تکمیل سوالات مربوط به تغذیه

مصرف شیر و لبنیات روزانه شما معمولاً " چقدر است؟ ☐ بندرت / هرگز یا کمتر از 2 سبم ☐ 2 سبم یا بیشتر
آیا سر سفره از نمکدان استفاده می کنید؟ ☐ همیشه یا گاهی ☐ بندرت / هرگز
چقدر بطور معمول فست فود مصرف می کنید؟ ☐ ماهی 2 بار یا بیشتر ☐ بندرت / هرگز
چقدر بطور معمول نوشابه های گازدار مصرف می کنید؟ ☐ ماهی 2 بار یا بیشتر ☐ بندرت / هرگز
از چه نوع روغن معمولاً " مصرف می کنید؟ ☐ فقط روغن نیمه جامد یا فقط جامد یا تلفیقی از انواع روغن های مایع و نیمه جامد ☐ فقط گیاهی مایع (معمولی و مخصوص سرخ کردنی)

تشخیص: BMI نشان داده می شود

اقدامات: به دو شکل وجود دارد :

- در صورت مشکل تغذیه ای و عدم رعایت الگوی تغذیه ای مناسب اقدامات : آموزش توسط مراقب سلامت ، در صورت برطرف نشدن مشکل پس از دو دوره پیگیری (هر دوره سه ماه) ارجاع به کارشناس تغذیه.
- تاریخ پیگیری بعدی ۳ ماه بعد که در این صورت از ارجاع صرف نظر می کنیم و گزینه تایید را انتخاب می کنیم.

- در صورت الگوی تغذیه ای مناسب و BMI طبیعی

اقدامات: تشویق برای ادامه الگوی تغذیه مناسب ادامه مراقبتها

"در آخر گزینه تایید را انتخاب می شود"

❖ **مراقبت از نظر اختلالات بینایی سالمندان:**

کاهش بینایی در صورت انتخاب کردن گزینه بلی

مراقبت از نظر اختلالات بینایی سالمندان (60 سال و بالاتر) (غیرپزشک)	
کاهش بینایی	☐ بلی ☐ خیر
عدم توانایی خواندن یا بدون عینک (در سالمند با سواد) یا عدم توانایی نخ کردن سوزن یا بدون عینک (در سالمند بی سواد)	☐ بلی ☐ خیر
ثبت	

تشخیص: احتمال اختلال بینایی

اقدامات: سالمند را به پزشک ارجاع غیرفوری دهید در صورتی که پزشک سالمند را به سطوح تخصصی ارجاع دهد سالمند را تا سه هفته بعد پیگیری کنید در غیر این صورت پیگیری (طبق نظر پزشک انجام دهید) تاریخ پیگیری بعدی: سه هفته بعد

اقدامات

سالمند را به پزشک ارجاع غیرفوری دهید در صورتیکه پزشک سالمند را به سطوح تخصصی ارجاع دهد، سالمند را تا سه هفته بعد پیگیری کنید در غیر این صورت پیگیری را طبق نظر پزشک انجام دهید.

تاریخ پیگیری بعدی

1395/06/13

به سالمند و همراه وی نحوه مراقبت از بینایی را طبق راهنما آموزش دهید.

ارجاع بیمار ← ارجاع به: مرکز سلامت شهری یا روستایی
نقش: پزشک خانواده

در صورت انتخاب گزینه خیر در کاهش بینایی و بلی در عدم توانایی در خواندن یا بدون عینک در سالمندان با سواد یا عدم توانایی نخ کردن سوزن یا بدون عینک

مثل گزینه کاهش بینایی می آورد و اقدامات و تشخیص احتمال اختلال بینایی عمل می شود.

در صورتی که سالمند در بینایی مشکل نداشته باشد با انتخاب گزینه خیر

تشخیص: بینایی طبیعی

اقدامات: به سالمند و همراه وی نحوه مراقبت از بینایی را طبق راهنما آموزش دهید.

اقدامات

به سالمند و همراه وی نحوه مراقبت از بینایی را طبق راهنما آموزش دهید.

سالمند را برای مراجعه در صورت بروز نشانه یا یک سال بعد تشویق کنید

تاریخ پیگیری بعدی

1396/05/22

سالمند را برای مراجعه در صورت بروز نشانه یا یکسال بعد تشویق کنید

تاریخ پیگیری بعدی: یک سال بعد

نکته: در اقدامات با کلیک روی گزینه راهنما (رنگ آبی) آموزش های لازم در مورد آن اقدام نمایش داده می شود.

مداخلات آموزشی به منظور مراقبت از بینایی

- انجام معاینات دوره ای چشم پزشکی به صورت سالانه (حتی اگر مشکلی ندارد)؛
- استفاده از عینک آفتابی در هوای آفتابی و هوای سرد؛
- استفاده از جای تازه دم برای شستشوی چشم در صورت ورود گرد و غبار به چشم؛
- انجام مطالعه و کارهای چشمی در نور کافی؛
- مصرف سبزی و میوه های حاوی ویتامین A مانند هویج، گوجه فرنگی، نارنگی، اسفناج، انبه، کدو حلوایی، زرد آلو؛

❖ مراقبت از نظر اختلال شنوایی سالمندان

در صورت انتخاب گزینه بلی در گزینه های مربوط به اختلال شنوایی

مراقبت از نظر اختلال شنوایی سالمندان (60 سال و بالاتر) (غیر پزشک)	
کاهش شنوایی	☒ بلی ☐ خیر
وزوز گوش	☒ بلی ☐ خیر
خارش و درد گوش	☒ بلی ☐ خیر
سرگیجه	☒ بلی ☐ خیر
نشستن پچ پچ یا پاسخ ندادن درست به آن	
☒ بلی ☐ خیر	
ثبت	

تشخیص: احتمال شنوایی

اقدامات: به سالمند و همراه وی نحوه مراقبت از شنوایی را طبق مداخلات آموزشی شنوایی آموزش دهید.

اقدامات	
به سالمند و همراه وی نحوه مراقبت از شنوایی را طبق مداخلات آموزشی شنوایی آموزش دهید.	
سالمند را به پزشک ارجاع غیر فوری دهید در صورتیکه پزشک سالمند را به سطوح تخصصی ارجاع دهد. سالمند را تا سه هفته بعد پیگیری کنید در غیر این صورت پیگیری را طبق نظر پزشک انجام دهید.	
تاریخ پیگیری بعدی	1395/06/13

سالمند را به پزشک ارجاع غیر فوری دهید در صورتیکه پزشک سالمند را به سطوح تخصصی ارجاع دهد سالمند را تا سه هفته بعد پیگیری را طبق نظر پزشک انجام دهید.

تاریخ پیگیری: سه هفته بعد

در صورتیکه انتخاب گزینه خیر مشکل شنوایی وجود نداشته باشد

تشخیص: شنوایی طبیعی

اقدامات: به سالمند و همراه وی نحوه مراقبت از شنوایی را طبق مداخلات آموزش شنوایی (نمایش فایل آموزش های لازم) آموزش دهید.

سالمند را برای مراجعه در صورت بروز نشانه یا یک سال بعد تشویق کنید.

تاریخ پیگیری: یکسال بعد ← گزینه تایید را انتخاب می کنیم.

نکته: در صورت انتخاب گزینه های مربوط به اختلال شنوایی (بعضی ها بلی و بعضی ها خیر) مانند مورد اول می آورد (احتمال اختلال شنوایی)

❖ مراقبت از نظر خطر سقوط و عدم تعادل در سالمندان:

مراقبت از نظر خطر سقوط و عدم تعادل در سالمندان (60 سال و بالاتر) (غیرپزشک)

احتمال ابتلا به افت فشار خون وضعیتی	☒ بلی ☐ خیر
کاهش بینایی	☒ بلی ☐ خیر
دمانس (اختلال حافظه)	☒ بلی ☐ خیر
سابقه سقوط در 6 ماه گذشته (چنانچه سالمند سابقه سقوط در 6 ماه گذشته را با هر شکل زمین خوردن (از یک سطح به سطح دیگر و یا در همان سطح با یا بدون صدمه) عنوان می کند، آن را یک عامل خطر محسوب کنید.)	
	☒ بلی ☐ خیر

- **احتمال ابتلا به فشارخون وضعیتی:** براساس اندازه گیری فشارخون در مراقبت از نظر فشارخون انتخاب می کنیم.

توضیح فشارخون وضعیتی: کاهش فشارخون سیستولیک به اندازه ۲۰ میلیمتر جیوه یا فشارخون دیاستولیک به اندازه ۱۰ میلیمتر جیوه از حالت نشسته یا خوابیده پس از ۳ دقیقه به حالت ایستاده را افت فشارخون وضعیتی می گویند.

- کاهش بینایی: گزینه بلی یا خیر مربوط به مراقبت از بینایی انتخاب می کنیم.

- دمانس (اختلال حافظه):

توضیح: از راهنمای آموزشی غیرپزشک سالمند

در آزمون یادآوری کلمات سالمند برای یاد آوردن و بیان کردن هر کلمه پیک امتیاز می گیرد.

فصل ۹: بررسی سالمند از نظر دمانس

سالمند را از نظر احتمال ابتلا به دمانس به شرح زیر ارزیابی کنید:

ابتدا برای سالمند آزمون به ذهن بسیاری کلمات را انجام دهید. در صورتی که سالمند هر ۳ کلمه را در بار اول نتواند بطور صحیح تکرار کند. جهت تکرار کلمات به سالمند ۳۰ ثانیه فرصت دهید. اگر سالمند نتوانست در این فرصت زمانی هر سه کلمه را تکرار کند، این سه کلمه را تا یاد گرفتن سالمند حداکثر ۵ بار تکرار کنید. اگر سالمند قادر به تکرار هر ۳ کلمه نیست، از آزمون به ذهن بسیاری امتیاز صفر می گیرد. در این حالت نیازی به انجام آزمون بعدی برای سالمند نیست.

از سالمندی که مشکل به ذهن بسیاری ندارد، در مورد زمان و مکان سؤال کنید. به طور مثال امروز چه روزی از هفته است؟ یا الان کجا هستید؟

دقت کنید زمان برای پرسش و پاسخ این سؤالات باید حداقل ۲ دقیقه باشد. بنابراین چنانچه پرسش و پاسخ ۳ سؤال اول به مدت ۲ دقیقه طول کشید، نیازی به پرسش بقیه سؤالات ندارید. در ادامه، از سالمند بخواهید کلماتی را که خواسته بودید به خاطر بسپارد، دوباره تکرار کند. برای تکرار هر کلمه به سالمند حداکثر ۱۰ ثانیه فرصت دهید. به تکرار صحیح هر کلمه توسط سالمند بدون توجه به ترتیب آن یک امتیاز دهید.

دقت کنید بهتر است هر چند وقت یکبار سه کلمه فوق را عوض کنید و از جایگزین های زیر استفاده کنید:

"کامیون، زنبور، کوه" - "آبگرفت، اسب، پله" - "کوچه، گل، کیف"

سالمند را از نظر احتمال ابتلا به دمانس طبقه بندی کنید

سالمند را با توجه به نتایج آزمون ها از نظر احتمال ابتلا به دمانس به شرح زیر طبقه بندی کنید:

سالمند با امتیاز صفر از آزمون به ذهن بسیاری یا امتیاز کمتر از ۳ کلمه از آزمون یادآوری کلمات، در طبقه بندی "**مشکل (احتمال دمانس)**" قرار می گیرد. به سالمند و همراه وی راه های تقویت حافظه را آموزش دهید. سالمند را به پزشک ارجاع فوری دهید.

سالمند با امتیاز ۳ از آزمون یادآوری کلمات در طبقه بندی "**فقد مشکل**" قرار می گیرد. به سالمند و همراه وی راه های تقویت حافظه را آموزش دهید. سالمند را به مراجعه در سال بعد تشویق کنید.

کتاب

تشخیص: احتمال سقوط

اقدامات: انتخاب گزینه پایین (آموزشها) و ارجاع غیرفوری به پزشک - پیگیری سه هفته بعد در صورت ارجاع پزشک به

سطوح تخصصی. در غیر اینصورت طبق نظر پزشک

پیگیری: سه هفته بعد

تشخیص: عدم احتمال سقوط

اقدامات: به سالمند و همراه وی پیشگیری از سقوط و حوادث را طبق جدول پیشگیری از سقوط و حفظ تعادل آموزش دهید

چنانچه عملکرد سالمند صحیح بوده است وی را به ادامه عمل تشویق نمایید سالمند را به مراجعه در صورت بروز عامل خطر یا یک سال بعد تشویق کنید.

تاریخ مراجعه بعدی: یکسال بعد

❖ **مراقبت از سالمند از نظر افسردگی**

تکمیل سوالات موجود - در صورت انتخاب گزینه های خیر

پیشنهاد: فرمت سوالات موجود در این بخش بهتر است به صورت مثبت پرسیده شود

تشخیص: عدم ابتلا به افسردگی

اقدامات: سالمند را به مراجعه در صورت بروز نشانه یا یکسال بعد تشویق کنید

تاریخ پیگیری: یکسال بعد

در صورت انتخاب گزینه های بلی

آیا از زندگی خود راضی نیستید ؟	☒ بلی ☐ خیر
آیا احساس می کنید که زندگی شما پوچ و بی معنی است ؟	☒ بلی ☐ خیر
آیا اغلب گسل هستید ؟	☒ بلی ☐ خیر
آیا اغلب اوقات وضع روحی خوبی ندارید ؟	☒ بلی ☐ خیر
آیا می ترسید اتفاق بدی برای شما بیفتد ؟	☒ بلی ☐ خیر
آیا در اغلب مواقع احساس سر حالی نمی کنید ؟	☒ بلی ☐ خیر
آیا اغلب احساس در ماندگی می کنید ؟	☒ بلی ☐ خیر
آیا فکر می کنید زنده بودن لذت بخش نیست ؟	☒ بلی ☐ خیر
آیا در وضعیت فعلی خود احساس بی ارزشی زیادی می کنید ؟	☒ بلی ☐ خیر
آیا احساس می کنید موقعیت شما نا امید کننده است ؟	☒ بلی ☐ خیر
آیا فکر می کنید حال و روز اکثر آدمها از شما بهتر است ؟	☒ بلی ☐ خیر
ثبت	

تشخیص: احتمال افسردگی

اقدامات: ارجاع غیرفوری به پزشک و در صورت ارجاع پزشک به سطوح تخصصی پیگیری سه هفته بعد در غیر اینصورت طبق نظر پزشک

اقدامات	
سالمند را به پزشک ارجاع غیر فوری دهید. در صورتی که پزشک سالمند را به سطوح تخصصی ارجاع دهد، سالمند را تا سه هفته بعد پیگیری نمایید در غیر این صورت پیگیری را طبق نظر پزشک انجام دهید.	
تاریخ پیگیری بعدی	1395/06/13

تاریخ پیگیری: سه هفته بعد

❖ **مراقبت از نظر اختلالات دهان و دندان سالمندان**

بیمار پس از خارج کردن دندان مصنوعی احساس کند لثه پرچسته شده است.	☒ بله	☐ خیر
خشکی دهان	☒ بله	☐ خیر
از دست دادن دندان	☒ بله	☐ خیر
مصرف دخانیات	☒ بله	☐ خیر
پوکی استخوان	☒ بله	☐ خیر
دیابت	☒ بله	☐ خیر
افسردگی	☒ بله	☐ خیر
بیمارهای قلبی عروقی	☒ بله	☐ خیر
بیماری های لثه	☒ بله	☐ خیر
شیمی درمانی	☒ بله	☐ خیر
پوسیدگی ریشه	☒ بله	☐ خیر
ضایعات سفید رنگ متعدد در مخاط دهان	☒ بله	☐ خیر
التهاب مخاط دهان	☒ بله	☐ خیر
صاف و براق شدن سطح زبان	☒ بله	☐ خیر

تشخیص: احتمال اختلالات دهان و دندان

اقدامات: آموزش نحوه مراقبت از دهان و دندان طبق راهنما

ارجاع غیرفوری به پزشک (عدم وجود تاریخ پیگیری)

تاریخ پیگیری: در صورت نداشتن مشکل یکسال بعد

➤ **روش ثبت توزیع ویتامین D3:** (۳ عدد به صورت سه ماهانه) ماهانه یک عدد مصرف می شود در منوی ارائه خدمت (آیتم هفتم) ارائه دارو و اقلام بهداشتی را انتخاب می کنیم نام دارو (ویتامین D3) را جستجو کرده و تعداد ۳ نوشته می شود و در قسمت توضیحات نحوه مصرف دارو نوشته می شود

مدیریت سامانه	ثبت نام و سرشماری	ارائه خدمت	ثبت وقایع	آزمایش ها	گزارش ها	پیام ها	منشور اخلاقی تیم سلامت
خانه بهداشت صالح آباد	خدمت گیرنده	مراقبت های انجام نشده فرج اله نوری کرم شاهلو	مراقبت های انجام شده فرج اله نوری کرم شاهلو	سایر مراقبت ها	اقدام	فهرست اقدام های انجام شده	واکسیناسیون
بیمار	خشکی	از دست	مصرف	پوکی اس	دست		

➤ **روش ثبت داروهای مصرفی سالمند مثل فشارخون:** مثلاً اگر سالمند داروی فشارخون مصرف می کند و بیمار مبتلا به فشارخون بالاست در منوی ثبت وقایع ← ثبت بیماری آن شخص را انتخاب کرده و گزینه مربوط به (بیماری فشارخون) و تاریخ ابتلا را نوشته می شود و جز بیمار فشارخون محسوب می شود.



از همان ثبت وقایع دارویی مصرفی را انتخاب کرده و نام دارو را جستجو نموده و تاریخ شروع استفاده نوشته می شود. در توضیحات نیز نحوه مصرف دارو قید می شود.



➤ **روش پیگیری:** در منوی ارائه خدمت گزینه آخر فهرست پیگیریها را انتخاب می کنیم در وضعیت پیگیری گزینه انجام شده یا نشده انتخاب می شود.

پیگیریهای : آینده یا گذشته یا امروز را انتخاب می کنیم



شخص مورد نظر را از نام و نام خانوادگی یا کد ملی جستجو کرده و پیگیریهای انجام نشده یا شده نمایش داده می شود. اگر شخص مورد نظر در زمان پیگیری تا آخر وقت اداری مراجعه کرد پیگیری موجود را حذف می کنیم. اگر مراجعه نکرد در قسمت وضعیت پیگیری انجام نشده به رنگ قرمز کلیک کرده و بعد از پیگیری تلفنی گزینههای مربوط را کامل می کنیم.