



ضرورت آموزش بهداشت در جامعه

تألیف:

شهلا رضایی

ناهید فرامرزی

مهرداد حیدری ذوله

ویراستار

محمد عزیزی

انتشارات فرزندگان دانشگاه

۱۳۹۸

سرشناسه	:	رضایی، شهلا، ۱۳۶۵ -
عنوان و نام پدیدآور	:	ضرورت آموزش بهداشت در جامعه/تالیف شهلا رضایی، ناهید فرامرزی، مهرداد حیدری ذوله؛ ویراستار محمد عزیزی.
مشخصات نشر	:	تهران: فرزانگان دانشگاه، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۸۸ ص: ۵/۱۴×۵/۲۱ س.م.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۶۵۳۸-۲۰-۶
وضعیت فهرست نویسی	:	قیفا
موضوع	:	آموزش بهداشت
موضوع	:	Health education
موضوع	:	سلامت پروری
موضوع	:	Health promotion
موضوع	:	بهداشت
موضوع	:	Hygiene
شناسه افزوده	:	فرامرزی، ناهید، ۱۳۵۱-
شناسه افزوده	:	حیدری ذوله، مهرداد، ۱۳۵۴-
شناسه افزوده	:	عزیزی، محمد، ۱۳۸۶- ویراستار
رده بندی کنگره	:	RA ۱۳۹۷/۴۴۰ ص ۴/۶
رده بندی دیویی	:	۰۷/۶۱۳
شماره کتابشناسی ملی	:	۵۶-۱۴۴۱

انتشارات فرزانگان دانشگاه

ضرورت آموزش بهداشت در جامعه

تألیف: شهلا رضایی- ناهید فرامرزی- مهرداد حیدری ذوله

ناشر: فرزانگان دانشگاه

ناظر فنی: محسن فاضلی

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۸

شمارگان: ۱۱۰۰ جلد

قیمت: ۱۹۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۳۸-۲۰-۶

مرکز فروش: تهران، میدان انقلاب، خ منیری جاوید، کوچه مینا، پلاک ۲۹، طبقه سوم

۰۲۱۶۶۹۷۹۵۲۶ - ۰۲۱۶۶۹۷۹۵۱۹

فهرست مطالب

پیشگفتار	۷
تعریف آموزش بهداشت	۸
تاریخچه آموزش بهداشت	۱۲
اهداف آموزش بهداشت	۱۴
اصول و مبانی آموزش بهداشت	۱۷
ضرورت آموزش بهداشت	۲۷
مراحل آموزش بهداشت	۳۰
۱- تجزیه و تحلیل	۳۰
۲- حساس سازی	۳۱
۳- تبلیغات	۳۲
۴- آموزش	۳۲
۵- انگیزش	۳۲
نقش مربیان بهداشت در فعالیت های آموزش بهداشت	۳۳
مسایل و مشکلات آموزش بهداشت	۳۶
طراحی منظم آموزشی	۴۱
۱- هدفهای آموزشی	۴۲
نقش اهداف آموزشی	۴۳
انواع اهداف آموزشی	۴۴
طبقه بندی اهداف آموزشی	۴۶

- ۳-تعیین منافع ۵۷
- ۴-بازده ۵۹
- فرآیند پذیرش رفتارهای بهداشتی در جامعه ۶۰
- نقش انگیزه در فرآیند پذیرش ۶۷
- تقسیم بندی نیازها ۶۸
- مراحل اساسی در فرآیند انگیزه ۷۱
- نقش تغییرات اجتماعی و برنامه ریزی شده در فرآیند پذیرش ۷۲
- تغییرات اجتماعی ۷۲
- تغییرات برنامه ریزی شده ۷۴
- جمع بندی کلی ۷۶
- منابع و ماخذ ۸۷

پیشگفتار

در هر موردی که از لزوم دگرگون سازی انسانها در زمینه مسایل تندرستی سخن می رود، فوراً موضوع آموزش بهداشت مطرح می شود. همه می گویند باید مردم را در باره موضوعات مختلف بهداشتی آموزش داد. اما کمتر می گویند چگونه؟ و اینکه چه اصول و قواعدی بر عملکردهای آموزش بهداشت حاکم است و عوامل تقویت و یا تضعیف کننده رفتارهای مورد تایید علوم بهداشتی کدامها هستند؟ و چگونه می توان دگرگونیهای مورد نظر را در رابطه با سلامت انسانها تا آنجا که به وی و محیط زندگیش مربوط می شود، بوجود آورد؟ و این بحثی است که در این مجموعه، در جریان بررسی مسایل مختلف آموزش بهداشت به آن پرداخته شده و نحوه دستیابی به زندگی سالم در پرتو توجهات لازم به امر آموزش بهداشت و پذیرش رفتارهای بهداشتی را بازگو کرده ایم. آموزش بهداشت دعوتی است عام برای بالا بردن کیفیتها و استانداردهای زندگی و مشارکت مردم در فعالیتهای جسمی، روانی و اجتماعی. بدین ترتیب که مردم به نیازها و تمایلاتی گسسته یا پیوسته آشنایی پیدا می کنند و از ورای دیوار بلند سختی ها، باورهای نادرست یا ناآگاهی ها به دشت دانش و آگاهی می رسند و به زندگی خود رنگی تازه می بخشند. بهداشت راهی تازه برای زیستن نیست اما راهی تازه را برای بهتر زیستن هدیه می کند. از آنجا که هر موضوع علمی، تعاریف، مفاهیم و اصطلاحات و موضوعات خاص خود را دارد لذا در فصل آغازین تحقیق به ذکر کلیاتی در زمینه آموزش

بهداشت پرداخته و مسایل گوناگونی چون: تعریف، تاریخچه، اهداف، مبانی و اصول آموزش بهداشت، طرح و تنظیم برنامه ها و فعالیتهای آموزش بهداشت و مراحل مختلف آن، نقش مربیان بهداشت، مسایل و مشکلات آموزش بهداشت، مورد بحث و بررسی قرار گرفته است.

تعریف آموزش بهداشت

اگرچه آشکار است که هیچ کس نمی خواهد مریض باشد، ولی گاهی بروز بیماری غیرقابل اجتناب می باشد و احتمال اینکه در حال و آینده به بیماریهای مختلفی دچار شویم همواره وجود دارد. در زمانهای پیش از تاریخ، زندگی افراد بشر، شباهت زیادی به زندگی حیوانات داشت. همه چیز به طبیعت واگذار شده بود و آگاهی بشر در مورد بروز بیماری و غلبه بر آن بسیار اندک بود. لیکن با گذشت زمان و با پیشرفت های علمی، بشر کوشیده است که بیماری را رفع کند و تا جایی که امکان دارد زنده بماند. بتدریج و به مرور زمان، آگاهی در مورد علل بیماری و راههای حفظ سلامتی افزایش یافته و علوم تخصصی نه تنها در رابطه با انسان، بلکه در مورد سایر امور زندگی نیز بوجود آمده است. از آغاز بوجود آمدن نظامهای پزشکی توسط یونانی ها، رومی ها، اعراب، مصری ها، هندیها و چینی ها، توسعه سریع و مستمری در روشهای شفابخشی بوقوع پیوسته است. علم پزشکی جدید امروزه خیلی از اسرار را در مورد مکانیزم عادی و غیرعادی بدن انسان و روشهای بهبود، آشکار نموده است. در دوره قرون وسطی و انقلاب صنعتی که به دنبال آن در اروپا بوقوع پیوست، تعدادی

کشفیات بعمل آمد که در شناخت علت بسیاری از بیماریهای عفونی کمک کرد. بعلاوه فعالیت های تجربی، ابزار اپیدمیولوژیکی را جهت تعیین کردن علل چندگانه بیماریهایی که انسان بدانها مبتلا می شود توسعه بخشید. بلاهای اپیدمی همه گیر نظیر طاعون و وبا در کشورهای اروپایی در اوایل قرن از طریق کاربرد دانش کسب شده ریشه کن گردیدند. از نیمه قرن نوزدهم به بعد تاکید روزافزونی به امر پیشگیری از بیماری شده، امروزه به مسئله ارتقاء سلامتی اهمیت داده می شود. سلامتی از طرف سازمان بهداشت جهانی به عنوان رفاه کامل جسمی، روانی، و اجتماعی و نه فقط رهایی از بیماری یا علیلی تعریف شده است. این تعریف چنان تنظیم شده است که به فرد، نیاز به زندگی سالم و بهره مند شدن از سلامتی را از طریق اجتناب از بیماریها نوید می دهد. خدمات بهداشتی در سراسر جهان هدفشان رسیدن به بالاترین سطح سلامتی می باشد. برای تأمین سطح بالایی از سلامتی برای هر فرد و ادامه آن، لازم است نه تنها تسهیلات کافی و مناسب جهت تشخیص فوری بیماران، درمان، توانبخشی، و غیره بوجود آید بلکه همچنین بایستی برای فراهم آوردن مراقبتهای پیشگیری مناسب و ارتقاء سطح سلامت اقدام گردد. هر کسی علاقمند به سالم بودن است ولی بهرحال، در زندگی روزمره، انسان به بسیاری از امر بطور دانسته یا نادانسته دست می یازد که او را مستعد بیماری می نماید که در برخی اوقات این بیماریها از طریق رعایت نکردن کامل رفتارهای بهداشتی شیوع پیدا میکنند. عدم رعایت رفتارهای بهداشتی را می توان در هر جامعه آموزش دیده،

بیسواد یا باسواد، ثروتمند یا فقیر و غیره مشاهده نمود. رفتارهای درست یا نادرست بهداشتی بخشی از فرهنگ می باشد. عادات، رسوم و سنت ها عمدتاً عواملی هستند که رفتار را در هر جامعه ای تحت تأثیر قرار می دهند. این عوامل همچنین توسط باورها، ارزشها، گرایشها و غیره تحت تأثیر قرار می گیرند. برای اینکه مردم آماده شناخت و عمل کردن به شیوه های درست زندگی جهت حفظ سلامتی و اجتناب از بیماری باشند، نیاز به شکل دادن رفتار می باشد. آموزش مناسب برای تأمین اینگونه رفتار که شامل رفتار بهداشتی می باشد، همان آموزش بهداشت است زیرا، هنر و علم جلب مردم به یک فرایند یادگیری برای ایجاد رفتار مطلوب به منظور سلامت به آموزش بهداشت موسوم است. آموزش بهداشت توسط صاحبانظران و مؤلفین به صورتهای مختلفی تعریف شده است که برخی از این تعاریف را به شرح زیر می توان بیان نمود:

- آموزش بهداشت عبارت از دانسته های زیستی، بهداشتی، اجتماعی، و تربیتی است برای کار با مردم بمنظور ایجاد و تغییر رفتار آنان در جهت بهبود سلامت جسمی، روانی و اجتماعی آنان که توسط مربیان بهداشت و با استفاده از وسایل کمک آموزشی انجام می گیرد. به بیان دیگر کلیه مراحل که جهت قبولاندن معیارهای بهداشتی و رد کردن معیارهای غلط طی می شود بنام آموزش بهداشت نامیده می شود.