Qazvin University
Of Medical Sciences

فرم برنامه درسی یائسگی، مشاوره قبل و بعد از آن

دانشکده پرستاری و مامایی

نام درس: یائسگی، مشاوره قبل و بعد از آن	**تعداد واحد: ۱ واحد نظری، ۰/۵ واحد بالینی**
مقطع : کارشناسی ارشد مشاوره در مامایی	**مدت زمان ارائه درس:نیمسال دوم ۱۴۰۰-۱۴۰۱**
پیش نیاز: مهارتهای ارتباطی ۱ و ۲	
مسئول برنامه: دکتر نسیم بهرامی	

شرح درس:

با توجه به اینکه اغلب زنان امروزه تقریبا ۳۰ سال یا بیش از یک سوم عمر خود را در دوران بعد از یائسگی سپری می کنند و در این دوران با نگرانیها و مشکلات بهداشتی فراوانی روبرو هستند و با توجه به اینکه پرسنل مامایی بعنوان گروهی از کارکنان بهداشتی و درمانی که در پیشگیری، شناخت عوارض، احتیاجات و مشکلات جسمی، روانی و اجتماعی خانمهای یائسه نقش کلیدی دارند این واحد درسی جهت افزایش دانش و مهارتهای لازم به منظور شناسایی مشکلات شایع دوران یائسگی، آموزش و مشاوره صحیح به مددجویان ارائه می گردد.

هدف کلی

بالا بردن سطح دانش فراگیران از تغییرات دوران سالمندی، یائسگی و مشکلات شایع آن و آموزش و مشاوره با زنان برای مقابله با عوارض این دوران

❖ اهداف اختصاصی

- **اهداف اختصاصی نظری (۱۷ ساعت نظری):**

پس از پایان دوره از دانشجویان انتظار می‌رود:

- نظریه های سالمندی (دیدگاه های جسمی، روانشناختی) را شرح دهند.
- سالمندی پویا و مولفه های آن را شرح دهند.
- فیزیولوژی یائسگی، تغییرات جسمی و روانشناختی یائسگی و قبل از یائسگی را شرح دهند.

- مشاوره جهت آماده کرن زن برای یائسگی و مسائل بعد از منطبق با اصول ذکر شده در کتابهای مرجع شرح داده و بطور صحیح انجام دهند.
- اصول هورمون درمانی در یایسگی بر اساس جدیدیترین منابع شرح داده شود.
- سلامت جسمانی، روانی، اجتماعی، معنوی، جنسی افرا در دوران یائسگی و سالمندی را تشریح نماید.
- عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت زنان در دوران یائسگی را شناسایی کند.
- بهداشت دوران یائسگی (تغذیه ، بهداشت جنسی ، ورزش، بهداشت فردی و روانی) و نحوه مشاوره در این زمینه را شرح دهند

- **اهداف اختصاصی بالینی (٤ روز حضور در بالین و جامعه):**

۱- شرکت در جلسه مشاوره با خانم یائسه

۲- راهنمایی خانم‌های یائسه یا پره منوپوز در مورد تغییرات این دوران و روشهای مقابله با آن

۳- راهنمائی در خصوص استفاده از روشهای جایگزینی هورمونی در مراکز بهداشتی درمانی

۴- انجام حداقل ۴ مشاوره زیر نظر استاد مربوطه

۵- انجام یک روز از کاراموزی در یک فیلد جامعه از قبیل مسجد، پارک یا منطقه روستایی

شرایط اجراء

❖ امکانات آموزشی بخش

- اسلاید پروژکتور ، ویدوئو پروژکتور

❖ روش آموزش

- کلاس معکوس (یک هفته قبل محتوای اموزشی در اختیار دانشجویان قرار می گیرد و در کلاس در مورد آن موضوع پرسش و پاسخ خواهد شد و یادگیری مشارکتی اجرا خواهد شد)
- سخنرانی
- پرسش و پاسخ

❖ آموزش دهنده

- دکتر نسیم بهرامی

منابع اصلی درسی

- بیماریهای زنان برک و نواک، جلد ۱و۲. ترجمه دکتر بهرام قاضی جهانی و روشنک قطبی، انتشارات گلبان
- اندوکرینولوژی اسپیراف، ترجمه دکتر بهرام قاضی جهانی و روشنک قطبی
- سایت up to date
- رهنمای سلامت سالمندان/ دکتر سید علی محمد یکتامرام/سازمان بهزیستی کشور/ تهران
- Holly L. Tohacker, Cleveland Ohio. Menopause Practice: A clinician’s guide. Last edition.
- Michalski Jacek. Nowak Isabela. Menopause: Vasomotor symptoms, systematic treatment and self-measures (Aging, Health and financial Alternative). Last edition

ارزشیابی

❖ نحوه ارزشیابی تئوری (۱۵ نمره از نمره کل)

- حضور فعال در کلاس
- شرکت در امتحان پایان ترم
- ارائه حداقل یک مورد مقاله مرور سیستماتیک مرتبط با یائسگی و عوارض آن

❖ نحوه محاسبه نمره کل

- حضور منظم و فعال در کلاس: ۱ نمره
- ارائه تکلیف: ۴ نمره
- امتحان پایان ترم: ۱۰ نمره

❖ مقررات

- حداقل نمره قبولی: ۱۲

نحوه ارزشیابی بالینی: (۵ نمره از نمره کل)

- با در نظر گرفتن اینکه کاراموزی این درس همزمان با کاراموزی دانشجویان کارشناسی به صورت منتورشیپ اجرا خواهد شد از دانشجو انتظار می رود با آمادگی کامل علمی از نظر مسائل مرتبط با مشاوره دوران یائسگی و سالمندی و با در نظر گرفتن نقش مربی وارد فیلد بالینی شود. از جهت ارائه مشاوره مناسب به مددجویان و نحوه آموزش به دانشجویان مورد بررسی قرار خواهد گرفت.

❖ مقررات

- حداقل نمره قبولی: ۱۴
- تعداددفعات مجاز غیبت در کلاس: ندارد

جدول زمانبندی روش تدریس و برنامه ریزی اموزشی

جلسه و تاریخ	رئوس مطالب	روش تدریس			امکانات مورد نیاز	تکالیف/ آزمون ها	مدرس
		آفلاین	آنلاین	حضوری			
۱۴۰۰/۱۲/۱۰ ساعت ۱۱-۸ (تعطیل رسمی)	نظریه های سالمندی (دیدگاه های جسمی، روانشناختی) را شرح دهند. سالمندی پویا و مولفه های آن را شرح دهند.	✹			سامانه نوید	معرفی اهداف درس و مباحث جلسه اول توسط استاد	دکتر نسیم بهرامی
۱۴۰۰/۱۲/۱۷ ساعت ۱۱-۸	فیزیولوژی یائسگی، تغییرات جسمی و روانشناختی یائسگی و قبل از یائسگی را شرح دهند.			✹	ویدیوپروژکتور/ اسلاید/ سامانه نوید	کلاس معکوس و حضور فعال در کلاس	دکتر نسیم بهرامی
۱۴۰۰/۱۲/۲۴ ساعت ۱۱-۸	اصول هورمون درمانی در یائسگی بر اساس جدیدترین منابع شرح داده شود.			✹	ویدیوپروژکتور/ اسلاید/ سامانه نوید	کلاس معکوس و حضور فعال در کلاس	دکتر نسیم بهرامی
۱۴۰۱/۰۱/۱۶ ساعت ۱۱-۸	. مشاوره جهت آماده کرن زن برای یائسگی و مسائل بعد از منطبق با اصول ذکر شده در کتابهای مرجع شرح داده و بطور صحیح انجام دهند.			✹	ویدیوپروژکتور/ اسلاید/ سامانه نوید	کلاس معکوس و حضور فعال در کلاس	دکتر نسیم بهرامی
۱۴۰۰/۰۱/۲۳ ساعت ۱۱-۸	بهداشت دوران یائسگی (تغذیه ، بهداشت جنسی ، ورزش، بهداشت فردی و روانی) و نحوه مشاوره در این زمینه را شرح دهند			✹	ویدیوپروژکتور/ اسلاید/ سامانه نوید	کلاس معکوس و حضور فعال در کلاس	دکتر نسیم بهرامی
۱۴۰۰/۰۱/۳۰ ساعت ۱۶-۱۴	سلامت جسمانی، روانی، معنوی، جنسی افراد در دوران یائسگی و سالمندی را تشریح نماید. همچنین عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت زنان در دوران یائسگی را شناسایی کند.			✹	ویدیوپروژکتور/ اسلاید/ سامانه نوید	اجرای کلاس توسط دانشجویان	دکتر نسیم بهرامی
۱۴۰۰/۰۲/۰۶ ساعت ۱۶-۱۴	ژورنال کلاب یک مقاله سیستماتیک ریویو مرتبط با یائسگی و روش های نوین تشخیصی یا درمانی مرتبط با آن			✹	ویدیوپروژکتور/ اسلاید/ سامانه نوید	اجرای کلاس توسط دانشجویان	دکتر نسیم بهرامی