



## خدمات نوین سلامت میانسالان

اجرای بسته خدمات نوین سلامت میانسالان جهت تشخیص زودهنگام مشکلات و بیماری‌های این گروه سنی و درمان به موقع آن‌ها شامل:

- **شیوه زندگی:** بررسی شاخص‌های تن سنجی (قد، وزن، دور کمر، محاسبه BMI) تجویز و آموزش الگوی تغذیه و مصرف مکمل ویتامین د، بررسی و مشاوره فعالیت جسمانی، بررسی استعمال دخانیات و میزان وابستگی به نیکوتین و مشاوره برای ترک
- **بیماری غیرواگیر:** سرطان کولورکتال و انجام آزمایش‌های مربوطه، بررسی و غربالگری بیماری‌های قلبی عروقی، دیابت، فشارخون بالا، دیس لیپیدمی و مشاوره و آموزش و در صورت لزوم درمان، ارزیابی ریسک حوادث قلبی عروقی در ده سال آینده و انجام اقدامات متناسب با درصد خطر
- **سلامت زنان در دوره باروری و یائسگی:** بررسی سوابق و وضعیت زایمانها، بارداری، قاعدگی، شیردهی، ناباروری و...، بررسی علائم و عوارض یائسگی و انجام مداخلات مربوطه، اختلالات قاعدگی و بیماری‌های خونریزی دهنده ژنیتال، رفتار پرخطر جنسی - عفونت آمیزشی و ایدز، اختلال عملکرد جنسی، بررسی ضایعات واژن و سرویکس - تهیه نمونه HPV و پاپ اسمیر، بررسی علائم و نشانه‌های بیماری‌های پستان و سرطان پستان
- **بیماری‌های واگیر:** غربالگری سل، پیشگیری و تشخیص به هنگام عفونت آمیزشی و ایدز، پیشگیری از ابتلا به هپاتیت در فرد و خانواده
- **سلامت روانی اجتماعی:** غربالگری وضعیت مصرف الکل، اختلال مصرف داروهای آرام بخش بدون تجویز پزشک، مواد افیونی، آمفتامینی و سایر مواد اعتیاد آور و ارجاع به روانشناس، غربالگری دیسترس روانشناختی، بررسی افکار و رفتار خودکشی در افراد مبتلا به افسردگی و سایر بیماری‌های روانی، بررسی حمایت‌های بیمه‌ای و سازمان‌های حمایتی

تدوین: مدیریت سلامت جمعیت، خانواده، تغذیه و مدارس - معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی ایران