



دانشگاه علوم پزشکی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی

وینار نگار

7 اردیبهشت 1404

سالمندی در خانه، زندگی با کیفیت

نگاهی به مفهوم Aging In Place



گروه پرستاری سلامت جامعه و سالمندی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران

سالمندی در خانه، زندگی با کیفیت. نگاهی به مفهوم Aging In Place

به همت گروه پرستاری سلامت جامعه و سالمندی، دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران
دبیر علمی: دکتر زهرا امرالله مجدآبادی، عضو هیات علمی گروه پرستاری سلامت جامعه و سالمندی، دانشگاه علوم پزشکی تهران
سخنران: مهنوش پرتوی راد، دانشجوی دکتری تخصصی پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی تهران
طراحی و ویرایش وینارنگار: دکتر مریم نکولعل تک، عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران
تاریخ و زمان برگزاری: یکشنبه 7 اردیبهشت 1404، ساعت 18 الی 19
لینک برگزاری و بازپخش رویداد: <https://tritapp.net/t/o5xp>
تعداد بازدید: 335، تعداد ثبت نام: 60، تعداد حاضرین: 42، تعداد فعالان در چت باکس: 28

نکات کلیدی وینار:

1. تعریف «Aging in Place»: مفهوم «ماندن در خانه و جامعه» به معنای توانایی سالمندان در ادامه زندگی در خانه و محیط آشنای خود، حتی در مواجهه با کاهش سلامت و عملکرد بدنی است. این رویکرد بر حفظ استقلال و کیفیت زندگی افراد مسن در محیط‌های آشنا تأکید دارد.
2. ارتباط بین ماندن در خانه و سلامت روان سالمندان: زندگی در محیط آشنا و بهره‌مندی از حمایت اجتماعی همسایگان و شبکه‌های اجتماعی می‌تواند سلامت روان و احساس امنیت سالمندان را بهبود بخشد. این حمایت‌ها در کاهش اضطراب، افسردگی و احساس تنهایی مؤثر هستند.
3. پیامدهای منفی اقامت در خانه سالمندان: انتقال سالمندان به خانه‌های سالمندان ممکن است با افزایش نرخ بیماری و مرگ و میر همراه باشد. از دست دادن ارتباطات اجتماعی و احساس بیگانگی در این محیط‌ها از دلایل این پیامدهاست.
4. ضرورت وجود زیرساخت‌های حمایتی برای موفقیت Aging in Place: موفقیت در اجرای سیاست‌های «ماندن در خانه» نیازمند دسترسی به عناصر فیزیکی، اجتماعی و اقتصادی پشتیبان در محیط شهری و محلی است. این زیرساخت‌ها باید نیازهای سالمندان را در حوزه مسکن، حمل‌ونقل و خدمات مراقبتی پوشش دهند.
5. مفهوم شهرهای دوستدار سالمند و جوامع زیست‌پذیر: ایجاد شهرها و جوامع زیست‌پذیر برای سالمندان به معنای فراهم آوردن بسترهای اقتصادی، اجتماعی و محیطی پایدار جهت حمایت از نسل‌های کنونی و آینده سالمندان است. این سیاست‌ها بر مشارکت فعال سالمندان در جامعه نیز تأکید دارند.
6. اهمیت مسکن مناسب و خدمات اصلاح محیط خانه: دسترسی به مسکن مقرون‌به‌صرفه و خدمات مناسب‌سازی خانه برای تطبیق با نیازهای سالمندان از ارکان اساسی Aging in Place است. این خدمات شامل رمپ‌ها، آسانسورهای خانگی و تجهیزات پزشکی متناسب می‌شود.
7. ضرورت وجود گزینه‌های حمل‌ونقل سالمند-محور: برای تضمین حضور فعال سالمندان در جامعه، وجود گزینه‌های حمل‌ونقل قابل دسترس، ایمن و مقرون‌به‌صرفه ضروری است. شرایط مناسب برای پیاده‌روی و حمل‌ونقل عمومی مناسب سالمندان نیز باید فراهم شود.
8. نقش شبکه‌های حمایتی و خدمات اجتماعی در Aging in Place: شبکه‌های حمایتی و طیف گسترده‌ای از خدمات اجتماعی، مراقبتی و مشارکتی، امکان ادامه زندگی سالمندان در خانه را فراهم می‌کنند. این شبکه‌ها شامل خدمات تغذیه، مراقبت در منزل و فعالیت‌های اجتماعی است.

۹. ارزیابی شرایط فرد، خانه و شبکه پشتیبان در تصمیم‌گیری: برای اجرای موفق Aging in Place، ارزیابی هم‌زمان وضعیت فرد، ویژگی‌های خانه و وجود شبکه حمایتی ضروری است. در نبود هر یک از این سه عامل، ماندن در خانه ممکن است به سلامت و ایمنی سالمند آسیب بزند.

۱۰. اهمیت ایمنی و قابلیت انجام فعالیت‌های روزمره در منزل: محیط خانه باید به گونه‌ای ایمن باشد که سالمند بتواند با رعایت احتیاط معقول، فعالیت‌های روزمره و اجتماعی را بدون ترس از حادثه یا دخالت ناخواسته انجام دهد. این ایمنی بر کیفیت زندگی و خودکارآمدی فرد می‌افزاید.

۱۱. ویژگی‌های فیزیکی خانه ایمن برای سالمندان: خانه ایمن برای سالمندان باید دارای طراحی یک‌طبقه، درب‌ها و راهروهای عریض، کفپوش‌های غیرلغزنده و روشنایی مناسب باشد. همچنین نصب دستگیره‌ها و رمپ‌ها در نقاط حساس، ایمنی حرکتی را افزایش می‌دهد.

۱۲. نقش خانه‌های هوشمند در بهبود کیفیت زندگی سالمندان: خانه‌های هوشمند با تجهیزاتی نظیر اجاق‌های هوشمند، حسگرهای کنترل دما، تشخیص حریق، نشت آب و گاز و کنترل خودکار نور، محیطی ایمن‌تر و کارآمدتر برای سالمندان فراهم می‌کنند. این فناوری‌ها به پیشگیری از خطرات خانگی و ارتقای آسایش کمک می‌کند.

۱۳. قابلیت پایش رفتاری سالمندان مبتلا به دمانس از طریق حسگرهای هوشمند: برخی حسگرهای هوشمند با تحلیل الگوهای رفتاری سالمند، می‌توانند نشانه‌های پیشرفت دمانس را شناسایی و تغییرات غیرعادی را به مراقبین اطلاع دهند. این فناوری‌ها در پیشگیری از حوادث و مدیریت بیماری نقش مؤثری دارند.

۱۴. سیستم‌های پایش از راه دور و پاسخ اضطراری: فناوری‌های «مراقبت از راه دور» و سیستم‌های پاسخ اضطراری می‌توانند در صورت بروز شرایط خطرناک یا نیاز به کمک فوری، مراقبین را آگاه سازند. این سامانه‌ها امنیت و استقلال سالمندان را در محیط خانه حفظ می‌کنند.

۱۵. استفاده از پوشیدنی‌ها، پزشکی از راه دور و یادآورهای دارویی: ابزارهای پوشیدنی و خدمات پزشکی مجازی امکان پایش سلامت، کنترل علائم حیاتی و ویزیت آنلاین سالمندان را فراهم می‌آورند. همچنین سیستم‌های یادآور دارو از فراموشی مصرف دارو و عوارض آن جلوگیری می‌کنند.



دانشگاه علوم پزشکی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی



سخنران: خانم مهرنوش پرتوی راد
دانشجوی دکتری تخصصی پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تهران

وبینار سالمندی در خانه، زندگی با کیفیت

نگاهی به مفهوم Aging In Place

از مجموعه وبینارهای هفته سلامت ۱۴۰۴

یکشنبه ۷ اردیبهشت ۱۴۰۴
ساعت ۱۸ تا ۱۹

لینک شرکت در وبینار:

<https://tritapp.net/t/o5xp>



دبیر علمی: سرکار خانم دکتر زهرا امیرالله مجدآبادی
عضو هیات علمی گروه پرستاری سلامت جامعه و سالمندی
دانشگاه علوم پزشکی تهران

همراه با ارائه گواهی حضور آنلاین