

(برای یک جلسه از درس، برای مثال ۲ ساعت از کلاس درس در یک هفته)

دانشکده: پرستاری گروه آموزشی: پرستاری سالمندی مقطع و رشته تحصیلی: کارشناسی ارشد

نام درس: طب مکمل و جایگزین تعداد واحد: ۱ نوع واحد: ۹ ساعت نظری، ۲۶ ساعت کارآموزی پیش نیاز: -

زمان برگزاری کلاس: سه شنبه ساعت ۸-۱۲ مکان برگزاری: طرح جامع، اسکیل لب

تعداد دانشجویان: ۳ مسئول درس: دکتر زهرا آقابیلگویی مدرسین (به ترتیب حروف الفبا) دکتر زهرا آقابیلگویی

شرح دوره: افزایش جمعیت سالمندان در ایران متعاقب افزایش کلی جمعیت و طول عمر انسان‌ها، چالشی نوین برای نظام سلامت و رفاه اجتماعی کشور است. مقابله با مشکلات فرا راه این پدیده و اتخاذ سیاست‌های مناسب برای حفظ، ارتقاء و بازگرداندن سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی سالمندان اهمیت زیادی دارد. در این راستا، پرستار متخصص سالمندی به عنوان عضو تیم سلامت سالمندی نقش مهمی را ایفا می‌نماید. او از راه آشنایی با سایر مکاتب طبیبی خصوصاً طب سنتی ایران و بهره‌گیری از ظرفیت‌های این مکتب می‌تواند به توانمندی خود در حفظ و ارتقاء سلامت همه جانبه سالمندان و پیشگیری از بیماری‌ها بیفزاید. در این دوره، دانشجویان با مکتب طب سنتی ایران آشنا می‌گردند و قادر خواهند شد با دیدگاهی تلفیقی به امور مرتبط با سلامت بنگرند و با تصمیم‌گیری مبتنی بر شواهد و آموزش سبک صحیح زندگی به سالمندان و خانواده آنان، به حفظ سلامتی و بهبود کیفیت زندگی ایشان اقدام نمایند.

اهداف بینابینی، محورهای اصلی برنامه :

آشنایی با مبانی طب سنتی ایران و نگاه این مکتب طبیبی به سلامتی و بیماری
آشنایی با اصول حفظ سلامتی در سالمندان
آشنایی با بیماری‌های شایع دوران سالمندی از منظر طب سنتی ایرانی
آشنایی با تغذیه مناسب در دوران سالمندی
آشنایی با گیاهان دارویی پرکاربرد در دوران سالمندی
کارآموزی در سلامتگاه طب سنتی ایران

اهداف رفتاری جلسه اول:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود: اهمیت طب های مکمل در دنیا و لزوم بهره مندی از آن در پیشگیری و درمان را توضیح دهد.

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۱
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث گروهی	تعریف طب مکمل	جایگاه و اهمیت طب های سنتی در پیگیری و درمان	۶۰
		جایگاه طب مکمل در دنیا		
		شیوع استفاده از طب مکمل		
		انواع طب مکمل		
		طب ایرانی سنتی اسلامی؟		

اهداف رفتاری جلسه دوم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود: معنا و مفهوم ارکان، مزاج، اخلاط، اعضا، ارواح، قوا و افعال را از منظر طب سنتی ایران توضیح دهد.

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۲
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث گروهی	ارکان	مبانی طب سنتی ایرانی (امور طبیعی)	۱۸۰
		امزجه		
		اخلاط		
		اعضا		
		ارواح		
		قوا		
		افعال		

اهداف رفتاری جلسه سوم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود تدابیر حفظ سلامتی در حیطه سته ضروریه را شرح دهد.

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۳
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث گروهی	ورزش	اصول حفظ سلامت و پیشگیری در طب سنتی ایرانی	۲۴۰
		تدبیر غذا		
		خواب و بیداری		
		آب و هوا		
		اعراض نفسانی		
		احتباس و استفراغ		

اهداف رفتاری جلسه چهارم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود :

- تغذیه مناسب در سالمند را بیان کند.
- اهمیت تداوم لینت طبیعت در سالمند را بدانند.
- اهمیت داشتن خواب مناسب را توضیح دهد.
- دلک و ورزش مناسب سالمند را شرح دهد.

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۴
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث گروهی	تغذیه مناسب	تدابیر طب سنتی ایرانی برای ارتقاء کیفیت زندگی سالمندان	۶۰
		تداوم لینت طبیعت		
		خواب مناسب		
		دلک مناسب		
		ورزش مناسب		

اهداف رفتاری جلسه پنجم :

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود مفردهای غذایی مناسب در دوران سالمندی را همراه با خواص آنها ذکر نمایند.

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۵
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث گروهی	نان	آشنایی با مفردهای غذایی و دارویی پرکاربرد در دوران سالمندی - مبتنی بر شواهد (۱)	۱۸۰
		گوشت		
		شیر		
		عسل		
		بادام، مویز، فندق، پسته		
		انگور، انجیر، سیب، گلابی، انار، زیتون		
		چغندر، کدو، هویج، کرفس، سیر و پیاز		

اهداف رفتاری جلسه ششم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود روشهای کلی درمان و ترتیب بکارگیری آنها را توضیح دهد.

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۶
				مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث گروهی	درمان با تدابیر	آشنایی با اصول و مبانی درمان در طب سنتی ایرانی	۶۰
		استفاده از دارو		
		بکارگیری اعمال یداوی		

اهداف رفتاری جلسه هفتم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود حداقل ۵ گیاه دارویی با کاربرد زیاد در دوران سالمندی را نام ببرد و خواص و اثرات آن را مبتنی بر شواهد بیان نماید.

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۷ مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث گروهی	گل گاوزبان	آشنایی با مفرده های غذایی و دارویی پر کاربرد در دوران سالمندی - مبتنی بر شواهد (۲)	۲۴۰
		بادرنجبویه		
		اسطوخودوس		
		بنفشه		
		بابونه		

اهداف رفتاری جلسه هشتم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- تعریف رفلکسولوژی و طب فشاری و کاربرد آن در درمان بیماری ها به صورت مبتنی بر شواهد را بداند
- اندیکاسیون ها و کنتر اندیکاسیون رفلکسولوژی و طب فشاری را توضیح دهد

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۸ مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث گروهی	تعریف	آشنایی با رفلکسولوژی و طب فشاری	۶۰
		اندیکاسیون		
		کنتر اندیکاسیون		
		شواهد نوین		

اهداف رفتاری جلسه نهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- در بیماری دارای اندیکاسیون از درمان رفلکسولوژی استفاده کند و آن را انجام دهد

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۹ مدت زمان (دقیقه)
انجام عملی	عملی	انجام عملی مراحل رفلکسولوژی پاها	انجام عملی رفلکسولوژی و طب فشاری	۱۸۰

اهداف رفتاری جلسه دهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- تعریف بادکش و حجامت و کاربرد آن در درمان بیماری ها به صورت مبتنی بر شواهد را بدانند
- اندیکاسیون ها و کنتر اندیکاسیون بادکش و حجامت را توضیح دهد

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۱۰ مدت زمان (دقیقه)
پرسش	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث گروهی	تعریف	آشنایی با بادکش و حجامت	۶۰
		اندیکاسیون		
		کنتر اندیکاسیون		
		شواهد نوین		

اهداف رفتاری جلسه یازدهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- در بیماری دارای اندیکاسیون از بادکش و حجامت استفاده کند و آن را انجام دهد

جدول زمانبندی ارائه مطالب

جلسه ۱۱	موضوع درس	رئوس مطالب	شیوه ی تدریس	ارزشیابی
مدت زمان (دقیقه)				
۱۸۰	انجام عملی بادکش و حجامت عام	انجام عملی بادکش و حجامت عام	عملی	انجام عملی

اهداف رفتاری جلسه دوازدهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- تعریف ماساژ و کاربرد آن در درمان بیماری ها به صورت مبتنی بر شواهد را بداند
- اندیکاسیون ها و کنتر اندیکاسیون ماساژ را توضیح دهد

جدول زمانبندی ارائه مطالب

جلسه ۱۲	موضوع درس	رئوس مطالب	شیوه ی تدریس	ارزشیابی
مدت زمان (دقیقه)				
۶۰	آشنایی با ماساژ	تعریف اندیکاسیون کنتر اندیکاسیون شواهد نوین	سخنرانی پرسش و پاسخ بحث گروهی	پرسش

اهداف رفتاری جلسه سیزدهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- در بیماری دارای اندیکاسیون از ماساژ استفاده کند و آن را انجام دهد

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۱۳ مدت زمان (دقیقه)
انجام عملی	عملی	انجام عملی ماساژ سروگردن و اندام فوقانی	انجام عملی ماساژ سروگردن و اندام فوقانی	۱۸۰

اهداف رفتاری جلسه چهاردهم:

در پایان درس از فراگیر انتظار می رود:

- در بیماری دارای اندیکاسیون از ماساژ استفاده کند و آن را انجام دهد

جدول زمانبندی ارائه مطالب

ارزشیابی	شیوه ی تدریس	رئوس مطالب	موضوع درس	جلسه ۱۴ مدت زمان (دقیقه)
انجام عملی	عملی	انجام عملی ماساژ اندام تحتانی	انجام عملی ماساژ اندام تحتانی	۲۴۰

اهداف رفتاری جلسه پانزدهم:

- آزمون تئوری و عملی