نویسنده: دکتر پیام شیخ عطاری[1]

# اصول و مبانی ارتقاء سلامت

**چکیده:**

پیشرفت علوم مختلف و صنعت و توسعه تکنولوژی و علم پزشکی امروزه سطح زندگی انسانها را نسبت به دوره های قبل افزایش داده و به تبع آن رشد شهر نشینی و افزایش جمعیت اتفاق افتاده است. بر این اساس نظامی بهداشتی با هدف سازماندهی و مدیریت مراقبتهای اساسی در جهت قطع زنجیره های انتقال بیماری و جلوگیری از رشد بی رویه جمعیت در کشورهای مختلف جهان پا به عرصه وجود گذاشت. این نظام حول محور اصول و اجزاء primary health care (PHC) طراحی گردید که البته دستاوردهای بسیاری برای بشریت داشته است و از اهداف اصلی آن ارتقاء سلامت می باشد. این مقاله علاوه بر معرفی کلی ارتقاء سلامت به بررسی عرصه های مختلف فعالیت در ارتقاء سلامت می‌پردازد.

**مقدمه:**

در ابتدای قرن بیستم جهان با مشکلات بهداشتی عظیمی ناشی از بیماریهای عفونی مانند وبا، حصبه، سرخک، سیاه سرفه، تب مالت، فلج اطفال و غیره روبرو بود که مرگ و میر، معلولیت و عوارض بسیاری را بر مردم و جوامع تحمیل می‌نمود. از طرف دیگر علوم مختلف و صنعت در حال پیشرفت بوده و توسعه تکنولوژی و علم پزشکی سطح زندگی انسانها را نسبت به دوره های قبل افزایش داده و به تبع آن رشد شهرنشینی و افزایش جمعیت اتفاق افتاده بود، بشر پی به راههای انتقال بسیاری از بیماریهای عفونی برده بود و بنابراین، همه این عوامل باعث شد که نظام بهداشتی با هدف ساماندهی و مدیریت مراقبتهای اساسی برای قطع زنجیره انتقال بیماری و جلوگیری از رشد بی رویه جمعیت در کشورهای مختلف جهان پا به عرصه وجود گذارد. این نظام حول محور اصول و اجزاء primary health Care ( PHC ) طراحی گردید.که البته دستاوردهای بسیار عظیم و مهمی را نیز برای بشریت داشته است. بعنوان مثال، هم اکنون دیگر بیماریهای واگیر مشکل بسیاری از جوامع از لحاظ مرگ و میر و عوارض محسوب نمی شوند،بسیاری از بیماریها یا ریشه کن شده و یا در شرف ریشه کنی است، رشد جمعیت در بیشتر کشورها می رود که آهنگ ملایم تری به خود گیرد و بسیاری از خدمات دیگر که نمونه های آن بر همه آشکار می باشد.

اما هم اکنون در اوایل قرن بیست و یکم وقتی وضعیت سلامت جامعه را می نگریم، می بینیم که به جای بیماریهای واگیر، بیماریهای غیر واگیر عامل اصلی مرگ و میر و معلولیت و ناتوانی می باشند، بیماریهایی از قبیل بیماریهای قلبی عروقی، سرطانها، بیماریهای روانی، دیابت، افزایش خون و ... که بر خلاف بیماریهای عفونی و واگیر که تحت اثر یک عامل بیماری زا ایجاد میشود و عوامل محیطی موجب تسهیل در انتشار آن می گردد، این بیماریها دارای علل متعدد بوده و به قولی Multi Factorial می باشند، که تمامی این عوامل دست در دست هم داده و این بیماریها را به وجود می آورند. بنابراین ارتباط مستقیمی با فرد، محیط و سبک زندگی انسانها دارند. علاوه بر آن در عصر جدید، ما شاهدیم که به علت تغییر در تکنولوژی، ارتباطات و به طور کلی شیوه زندگی، برخی ناهنجاریهای نوپدید به وجود آمده و سپس روبه افزایش نهاده اند که از جمله این موارد میتوان به بیماری ایدز، مسئله خشونت، سوء مصرف مواد و الکلیسم در جوامع اشاره نمود.

بنابر همین دلایل دانشمندان و صاحبنظران بهداشتی و اجتماعی در طی کنفرانسها و سمینارهای متعدد از سال ۱۹۸۶ تا سال ۲۰۰۰ به این توافق عمومی رسیدند که روش‌های کنونی در برخورد با مشکلات جدید مرتبط با سلامتی، ناکارآمد بوده و نیاز به بازنگری دارد. بر همین اساس رویکرد ارتقاء سلامت یا Health Promation پا به عرصه وجود نهاد.

---

[1] پزشک عمومی و مدیرگروه کارشناسان آموزش بهداشت معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی کردستان



[ Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-22 ]

**تعریف:**

ارتقای سلامت طبق تعریف پذیرفته شده سازمان بهداشت جهانی(WHO) عبارت است از: فرآیند توانمند سازی مردم در شناخت عوامل تاثیر گذار بر سلامت فردی، اجتماعی و تصمیم گیری صحیح در انتخاب رفتارهای بهداشتی.

این تعریف دارای چند ویژگی مهم است اول آنکه مردم محور قرار گرفته اند و راهکار رسیدن به سطح ارتقاء یافته سلامت، توانمند سازی مردم در نظر گرفته شده است. به طوریکه بتوانند عوامل موثر بر سلامتی را تشخیص داده و برآنها در جهت نیل به سطح سلامتی بهتر، از لحاظ فردی و اجتماعی مسلط گردند که اگر این تعریف را با تعریف قبلی سازمان بهداشت جهانی از سلامتی ،که سلامتی را رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نبود بیماری می‌داند، در نظر بگیریم، حرکت مردم به سوی رسیدن رفاه بیشتر جسمی، روانی و اجتماعی خواهد بود که خود بیانگر توسعه و پیشرفت جوامع با تعریف جدید بوده و رویکردی نوین نسبت به سلامتی می باشد.

پس در ارتقاء سلامت، سلامتی و رفاه انسان بعنوان محور توسعه، اصل قرار می گیرد که خود به وسیله توانمند سازی و هدایت مردم توسط دولت ها و سازمانهای مسئول بایستی به انجام رسانده شود.

**فعالیتهای کلیدی برای نیل به ارتقاء سلامت:**

اولین نکته بسیار مهم در ارتقاء سلامت، تدوین سیاست بهداشت عمومی جامعه می باشد. یعنی دولتمردان و سیاستگذاران اصولی را وضع کنند که در برگیرنده بهداشت و سلامتی عموم مردم بوده و آنها را بعنوان سیاستهای اصلی خود در توسعه و پیشرفت جامعه قرار دهند، بطوریکه تمامی فعالیتهای دیگر بایستی به ترتیبی تنظیم شوند که به پیشبرد این سیاستها یاری رسانده و از بکار بستن مواردی که به این اصول و سیاستها لطمه وارد میسازد، اجتناب نمایند. بعنوان مثال اگر سیاست بهداشت عمومی، جلوگیری از اتلاف و آلودگی منابع آبی باشد به هیچ عنوان نباید برای رسیدن به سوداقتصادی کارخانه ای را تأسیس کرد که آب منطقه ای را که مردم از آن استفاده میکنند آلوده سازد مگر اینکه قبلا تمهیداتی برای حل این مشکل در نظر گرفته شود.

دوم، ایجاد محیط حمایتی برای ارتقاء سلامت از جمله فعالیتهای کلیدی موثر میباشد. محیط حمایتی بعنوان محیطی است که در آن مجموعه عوامل و افراد در جهت حذف عوامل آسیب رسان و ترویج اصول و رفتارهای سالم تلاش کرده و به خودی خود باعث ایجاد اثرات مثبت بر سلامتی افراد میگردد. مثلا مدرسه ای که در آن آموزگاران الگوهای خوبی از بهداشت را پیاده میسازند و در آن دانش آموزان، هم از بعد جسمی ،در محیطی پاکیزه و امن قرار دارند و هم از نظر روحی، فضای مدرسه شاد و بدور از خشونت و بدرفتاری است، نمونه ای از محیطی میباشد که از ارتقاء سلامت افراد حمایت میکند، پس توجه به خلق محیطهای حمایتی و گسترش آنها در جامعه از جمله فعالیتهای بسیار مهم در حرکت به سوی ارتقای سلامت است.

سوم، تقویت فعالیتهای جامعه مردم جدای از فعالیتهای حرفه ای و شغلی خود بسته به فرهنگ و ارزشهای پذیرفته شده جامعه خود دارای درجاتی از فعالیتهای اجتماعی در قالب انجمن ها و گروههای مردمی علمی، فرهنگی، هنری، ورزشی، خیریه و ... می باشند. این قبیل اقدامات به خودی خود فرصت گرانبهایی را در اختیار برنامه ریزان و مسئولین قرار میدهد، تا از پتانسیل مردم برای پیاده سازی مسائل مرتبط با ارتقای سلامت استفاده نمایند.

مردم به طور کلی علاقمند هستند که در سرنوشت اجتماعی، اقتصادی و سیاسی خویش دخالت داشته باشند، منتهی سیاستگذاران و دولتمردان بایستی زمینه استفاده از این مشارکتها را در قالب برنامه ها و طرحهای مختلف فراهم آورند.

چهارم، توسعه مهارتهای افراد ، علوم روانشناسی و اجتماعی با پیشرفت قابل ملاحظه خود در دهه های اخیر، مفاهیم و مهارتهای بسیار خوبی را در دسترس جهانیان قرار داده است که آموزش این مهارتها در برنامه های آموزش رسمی و با استفاده از دستگاههای اطلاع رسانی، شرط بسیار مهم و زیر بنائی برای حرکت به سوی ارتقای سلامت می‌باشد.

در آخر، بازنگری اصلی در سیستم ارائه خدمات بهداشتی و درمانی، بر اساس معیارهای ارتقای سلامت با توجه به



[ Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-22 ]

تغییراتی که در مقدمه همین بحث به آنها اشاره گردید، کاملا ضروری و لازم به نظر میرسد.

## عرصه های مختلف فعالیت در ارتقاء سلامت:

اصولا تلقی دولتها از سلامتی در دهه های گذشته بعنوان امتیازی بوده که برای ملت خود قائل بودند، بدین معنی که هرگاه می خواستند خدمات خود را به مردم متذکر شوند نگاهی نیز به سرمایه گذاری در جهت تقویت فعالیتهای بهداشتی جامعه می نمودند، بعنوان مثال ارائه گزارشی از میزان هزینه مصرفی در زمان مشخصی برای واکسیناسیون کودکان بعنوان معیاری برای نشان دادن این مطالب که آن دولتها به سلامتی ملت خود توجه داشته و برای آنها امتیاز قائل بوده اند، محسوب می گردید اما اکنون با توجه به شرایط جدید حاکم بر جهان، سلامتی بایستی از حوزه مسئولیت وزارتخانه های بهداشت و درمان خارج شده و همه ارگانها و سازمانها در رابطه با سلامتی مردم مسئولیت پذیرفته و بخش بهداشت و درمان صرفا محوریت این برنامه‌ها را به عهده داشته باشد. پس مطابق با رویکرد جدید، سلامتی حق مردم است نه یک امتیاز و دولت موظف به تامین این حق مشروع می باشند:

***بدین معنی که اصولا تمام حرکتهای موجود در جامعه باید با در نظر گرفتن و رعایت کردن سلامتی افراد باشد.***

برنامه های ارتقای سلامت با این تفسیر، مستلزم همکاری همه ارگانها و سازمانها بوده و بهداشت در این زمینه، با معرفی الگوی سلامتی جامعه، مشکلات اولویت دار و نقش هر سازمان در حل این مشکلات محور و ستون این برنامه ها می باشد که در این رابطه در تمامی فعالیتها بایستی نقش و حضور مردم پیش بینی شده، زمینه استفاده از آنها را فراهم آورده و در تقویت آنها اقدام گردد.

برای پیشبرد برنامه های ارتقای سلامت، مردم باید از لحاظ مسئولیت پذیری اجتماعی تقویت شوند: شکاف بی عدالتی بین غنی و فقیر کاهش یابد، امکانات و فرصتها در جوامع به طور مساوی در اختیار افراد قرار گیرند و همه افراد فرصت کسب مهارتها و توانائیهای لازم را بیابند. فعالیتهای ارتقاء سلامت نیاز به ارزشیابی و پژوهش دارد که به صور مختلف باید تمامی این فعالیتها مستند سازی شده و در مکانهای مختلف با استفاده از تجربیات آنها مورد الگوبرداری قرار گیرند.

بنابراین نیل به برنامه های ارتقای سلامت، یک منش کلی است که بایستی مسئولین عالی رتبه و اندیشمندان و صاحبنظران از آن حمایت کرده و به آن متعهد باشند، تا در سایه آن یک ساختار اساسی برای ارتقاء سلامت در جامعه خلق گردد.

**References:**
1- J.J Guibert, Educational hand book for Health Promotion , 2000
2-Technical reports of the 5the global for Health Promotion mexico, 2000

**★STAR**

**همواره ستاره راهنمای عملکرد موفق خود در کارهایتان را به یاد داشته باشید .**

**Stop Think Act Respond**



[ Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-22 ]