

نویسنده: دکتر پیام شیخ عطاری^۱

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 شهرنشینی و افزایش جمعیت اتفاق افتاده است. بر این اساس نظامی بهداشتی با هدف سازماندهی و مدیریت مراقبتها ای 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 (PHC) طراحی گردید که البته دستاوردهای بسیاری برای شریعت 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 می پردازد.

مقدمه:

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 برخلاف 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 نویدید 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 صاحب نظران بهداشتی و اجتماعی در طی کنفرانسها و سمینارهای متعدد از سال ۱۹۸۶ تا ۲۰۰۰ به این توافق عمومی رسیدند که روش های کوتی در برخورد با مشکلات جدید مرتبط با سلامتی، ناکارآمد بوده و نیاز به بازنگری دارد. بر همین اساس رویکرد ارتقاء سلامت یا Health Promotion پا به عرصه وجود نهاد.

در ابتدای قرن بیستم جهان با مشکلات بهداشتی عظیمی ناشی از بیماریهای عفونی مانند ببا، حصبه، سرخک، سیاه سرفه، تب مالت، فلچ اطفال و غیره روبرو بود که مرگ و میر، معلولیت و عوارض بسیاری را بر مردم و جوامع تحمل می نمود. 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 سازماندهی و مدیریت مراقبتها ای 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 شریعت 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 اند، 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 اشکار می باشد.

اما هم اکنون در اوایل قرن بیست و یکم وقتی وضعیت سلامت جامعه را می نگریم، می بینیم که به جای

^۱پژوهش عمومی و مدیر گروه کارشناسان آموزش بهداشت معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی کردستان

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 تصمیم‌گیری 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 می‌باشد.

پس در ارتقاء سلامت، سلامتی و رفاه انسان بعنوان محور توسعه، اصل قرار می‌گیرد که خود به وسیله توانمند سازی و هدایت مردم توسط دولت‌ها 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 می‌باشد. 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 تماсی 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 آزادگی منابع آبی باشد به هیچ عنوان نباید برای رسیدن به سوداقدصادری کارخانه‌ای را تأسیس کرد که آب منطقه‌ای را که مردم از آن استفاده می‌کنند آلوه سازد مگر اینکه قبل از 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 سلامت افراد می‌گردد. مثلاً مدرسه‌ای 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، نمونه‌ای 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 حرفة‌ای و شغلی خود بسته به فرهنگ و ارزش‌های پذیرفته شده جامعه خود دارای درجه‌اتی از فعالیتهای اجتماعی در قالب انجمن‌ها و گروه‌های مردمی علمی، فرهنگی، هنری، ورزشی، خبریه و ... می‌باشد. این قبیل اقدامات به خودی خود فرست 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 خوبی دخالت داشته باشند، متنبه سیاستگذاران و دولتمردان بایستی زمینه استفاده از این مشارکتها را در قالب برنامه‌ها و طرحهای مختلف فراهم آورند.

چهارم، توسعه مهارت‌های افراد، علوم روانشناسی و اجتماعی با پیشرفت قابل ملاحظه خود در دهه‌های اخیر، مفاهیم و مهارت‌های بسیار خوبی را در دسترس جهانیان قرار داده است که آموزش این مهارت‌ها در برنامه‌های 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

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 توانایی‌های 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 معهده 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

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

عرضه های مختلف فعالیت در ارتقاء سلامت:

اصولاً نقی 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 قابل بوده اند، محسوب می گردید اما اکنون با توجه به شرایط جدید حاکم بر جهان، سلامتی بایستی از حوزه مسئولیت وزارتتخانه های بهداشت و درمان خارج شده و همه ارگانها و سازمانها در رابطه با سلامتی مردم مسئولیت پذیرفته و بخش بهداشت و درمان صرف "محوریت این برنامه ها را به عهده داشته باشد. پس مطابق با رویکرد جدید، سلامتی حق مردم است نه بک امتیاز و دولت موظف به تأمین این حق مشروع می باشند:

بدین معنی که اصولاً تمام حرکتهای موجود در جامعه باید با در نظر گرفتن و رعایت کردن سلامتی افراد باشند.

★STAR

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

Stop Think Act Respond