

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

**راهنمای واحدهای ارائه خدمت به سالمندان  
شهرستان کوهرنگ**

1403

**گردآوری اطلاعات: زینب سلیمانی کارشناس مسئول واحد جوانی جمعیت خانواده و مدارس  
فرزانه یوسفی کارشناس سلامت سالمندان**

○ ارائه خدمات دانشگاه‌های علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی به سالمندان

❖ مراکز خدمات جامع سلامت

❖ خدمات پزشکی

❖ خدمات کارشناس سلامت روان

❖ خدمات کارشناس تغذیه

❖ خدمات واحد سلامت دهان و دندان

❖ خدمات واحد آزمایشگاه

❖ پایگاه‌های سلامت

❖ خانه‌های بهداشت

○ ارائه خدمات سازمان بهزیستی به سالمندان

❖ مراکز آموزشی توانبخشی روزانه سالمندان

○ ارائه خدمات سایر مراکز به سالمندان

❖ کمیته امداد امام خمینی (ره)

## مقدمه

در فرهنگ ایرانی اسلامی، وجود سالمندان و احسان به آنان، مایه نزول خیرات و برکات و رخ دادن اثرات مثبت و سازنده در زندگی قلمداد شده است. رسول خدا (ص) فرموده اند: "وجود پیران سالخورده بین شما باعث افزایش رحمت و لطف پروردگار و گسترش نعمت الهی بر شماست". پیران را بزرگ و محترم دارید؛ زیرا احترام به آن ها به منزله احترام به مقام الهی است. لذا مفهوم "سالمندی" در فرهنگ دینی ما معادل رعایت عزت و احترام می باشد. مقام معظم رهبری نیز در بند 7 سیاستهای کلی جمعیت در رابطه با فرهنگ سازی، بر احترام و تکریم سالمندان و ایجاد شرایط لازم برای تأمین سلامت و نگهداری آنان در خانواده و پیش بینی ساز و کار لازم برای بهره مندی از تجارب و توانمندی های سالمندان در عرصه های مناسب، تاکید نموده اند.

در دوران سالمندی، سیستم ها و ارگان های مختلف بدن، دچار تغییرات متعدد مرتبط با سن می گردند. دستیابی به سالمندی سالم و موفق نیازمند تقویت سلامت جسمانی، روانی، اجتماعی و پیشگیری از بروز بیماری ها و درمان به هنگام آنها می باشد. وزارت بهداشت مراکزی را برای ارائه خدمات پیشگیری، بهداشتی و درمانی که بیشترین دسترسی به محل زندگی افراد جامعه را در شهرها و روستاها داشته باشد، در نظر گرفته است. همچنین سازمانها و نهادهای دیگر نظیر سازمان بهزیستی، سازمان شهرداری، کلینیک های طب سالمندی، بنیاد فرزندان، کمیته امداد امام خمینی(ره)، کانون بازنشستگان و ... خدماتی از جمله خدمات مراقبتی، نگهداری، حمایتی، توانبخشی، آموزشی، فرهنگی، ادبی، اجتماعی، ورزشی، تفریحی و ... را جهت استفاده سالمندان ارائه می نمایند. این راهنما به سالمندان عزیز کمک می کند تا بتوانند اینگونه خدمات را در نزدیکترین مسافت به مکان زندگی شان شناسایی و دریافت دارند.

## ▪ ارائه خدمات دانشگاه/دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرکرد به سالمندان

### (شهرستان کوه‌رنگ)

مراکز خدمات جامع سلامت: این مراکز در مناطق شهری و روستایی راه اندازی شده است و خدمات پیشگیرانه بهداشتی و درمانی که توسط بهورزها، مراقبین سلامت و ماماها، پزشکان عمومی، مشاوران سلامت روان، کارشناس تغذیه و رژیم درمانی، دندانپزشکان و کارشناسان بهداشت محیط و حرفه ای و کارشناسان علوم آزمایشگاهی ارائه می شود. خدمات تعریف شده مشخص برای افراد هر گروه سنی منطبق بر نیازها و اولویت های سلامت ارائه می گردد.

در این مکان ها سالمندان خدماتی نظیر واکسیناسیون، خدمات پیشگیری از بیماری های مزمن، مشکلات شایع دوران سالمندی، ارزیابی فشار خون، قند خون، چربی های خون، ارزیابی از نظر وضعیت تعادل و احتمال زمین خوردن، وضعیت تغذیه ای، تشخیص زودرس سرطان های شایع (سرطان روده بزرگ و پستان) و همچنین ارزیابی وضعیت سلامت روان و افسردگی را دریافت می کنند. در مکان های ذکر شده به منظور پیشگیری از برخی بیماری ها از جمله پوکی استخوان، سالمندان مکمل های کلسیم و ویتامین "د" را رایگان دریافت می کنند.

همچنین، کلاس های آموزش گروهی و فردی، در خصوص شیوه زندگی سالم (تغذیه، سلامت روان، فعالیت بدنی و توانبخشی و...) در این مکان ها برگزار می گردد.

شرح فعالیت مرکز خدمات جامع سلامت شامل موارد ذیل می باشد:

#### ❖ خدمات پزشک

پزشک، سالمندانی را که از طرف مراقب سلامت و بهورز معرفی می شوند، معاینه و درمان می کند؛ همچنین در صورت لزوم سالمند را به پزشک متخصص

ارجاع می دهد. اقدامات مورد نیاز در شرایط اضطراری (احیاء، بخیه، سونداژ ادراری و معدی و ...) به عهده ی پزشک مرکز می باشد.

### ❖ خدمات کارشناس سلامت روان

کارشناس سلامت روان به پذیرش مراجعین در زمینه سلامت روان می پردازد و در ارتباط با مشکلات مرتبط به سالمندان محترم مشاوره می دهد. آموزش مهارت های زندگی نیز از وظایف کارشناس سلامت روان است.

### ❖ خدمات کارشناس تغذیه

کارشناس تغذیه به پیگیری درمان و اصلاح تغذیه سالمندانی که دارای فشار خون بالا، دیابت، پوکی استخوان، اختلالات چربی خون، چاقی، لاغری یا سوء تغذیه می باشند، می پردازد.

### ❖ خدمات واحد سلامت دهان و دندان

دندانپزشک در این واحد به ارائه خدمات مربوط به سلامت دهان و دندان (کشیدن ، پر کردن، جرم گیری و ...) اشتغال دارد و در صورت نیاز، سالمندان را برای مراجعه به سطوح تخصصی، راهنمایی می نماید. همچنین آموزش بهداشت دهان و دندان به کارکنان بهداشتی، مدیران، معلمان و مربیان بهداشتی در این واحد صورت می گیرد.

### ❖ خدمات واحد آزمایشگاه

در تعدادی از مراکز خدمات جامع سلامت، برخی از آزمایش های مورد نیاز مراجعین انجام می پذیرد.

❖ مراکز خدمات جامع سلامت شهری / روستایی / شهری روستایی دانشگاه / دانشکده شهرکرد (شهرستان کوهرنگ) (ساعت کاری:

( 14:10 – 7:30

ردیف	مرکز	نام مسئول	آدرس	شماره تماس-کد
1	مرکز شبانه روزی بازفت	دکتر ابوذری بهرامی	روستای چم قلعه	038-33632462
2	مرکز چلگرد	دکتر مازیار محمودیان	شهر چلگرد روبروی فرمانداری سابق	09131801173
3	مرکز خویه	دکتر امیر رضا نعمت‌اللهی	روستای خویه	09130123436
4	مرکز دهناش	دکتر سعید گل محمدی	روستای دهناش	09137093145
5	مرکز دهنو	دکتر ویدا هاشمی	روستای دهنو	038-33627115
6	مرکز شهریار	دکتر شهریار خسروی	روستای شهریار	09156334918
7	مرکز شبانه روزی صمصامی	دکتر نجمه نظر پور	شهر صمصامی	038-33633129
8	مرکز فریدون آباد	دکتر فروغ حیدری	روستای فریدون آباد دشت زرین	038-33626440
9	مرکز مورز	دکتر ریحانه تولائی	روستای مورز	09120902230
10	مرکز شبانه روزی میهه	دکتر پوریا همتی	شهرک میهه	038-33625455
11	مرکز لید	دکتر زهرا صدیقی منش	روستای لید	09134436462

#### ❖ پایگاه های سلامت

پایگاه های سلامت واحدهای بهداشتی هستند که اغلب در محدوده شهرها واقع شده اند. خدمات سلامت در این پایگاه ها، توسط مراقبین سلامت ارائه می گردد. در واقع، این خدمات نقطه شروع دریافت مراقبت های جامع تعریف شده برای هر فرد است. خدماتی که در مراکز ارائه می گردد در پایگاهها نیز برای سالمندان ارائه می شود. هر فرد پس از ارزیابی اولیه توسط مراقب سلامت، در صورت نیاز به پزشک و سایر کارشناسان (سلامت روان و تغذیه) به مراکز خدمات جامع سلامت معرفی می گردد.

سالمندان مراجعه کننده به پایگاهها نیز به منظور پیشگیری از برخی بیماری ها از جمله پوکی استخوان، مکمل های کلسیم و ویتامین "د" را رایگان دریافت می کنند. همچنین، کلاس های آموزش گروهی و فردی، در خصوص شیوه زندگی سالم (تغذیه، سلامت روان، فعالیت بدنی و توانبخشی و...) در این مکان ها برگزار می گردد.

مراکز خدمات جامع سلامت دارای پایگاه ضمیمه در داخل مرکز می باشند و همچنین پایگاههای غیر ضمیمه نیز در خارج از این مراکز، فعال می باشند.

پایگاههای سلامت شهری / روستایی دانشگاه / دانشکده شهرکرد (شهرستان کوهرنگ) (ساعت کاری: 7:30 - 14:10 )

ردیف	مرکز	نام مسئول	آدرس	شماره تماس-کد
1	پایگاه سلامت شهری بازفت	دکتر ابوذر بهرامی	شهر تلورد	038-33632444
2	پایگاه سلامت شهری صمصامی	دکتر نجمه نظر پور	شهر صمصامی	038-33633157
3	پایگاه سلامت شهری چلگرد	دکتر مازیار محمودیان	شهر چلگرد روبروی فرمانداری سابق	038-33623074

#### ❖ خانه های بهداشت

خانه های بهداشت برای مردم روستا راه اندازی شده و معمولا 2 بهورز (زن و مرد) در هر خانه بهداشت کار می کنند و مراقبت های اولیه بهداشتی درمانی مورد نیاز این جمعیت را ارائه می دهند. خدمات ارائه شده توسط بهورز در این مراکز نقطه شروع دریافت مراقبت های جامع تعریف شده برای هر فرد است. هر فرد پس از ارزیابی اولیه توسط بهورز، در صورت نیاز به پزشک و سایر کارشناسان ( سلامت روان و تغذیه) ارجاع می گردد.

سالمندان مراجعه کننده به خانه های بهداشت نیز به منظور پیشگیری از برخی بیماری ها از جمله یوکی استخوان، مکمل های کلسیم و ویتامین "د" را رایگان دریافت می کنند. همچنین، کلاس های آموزش گروهی و فردی، در خصوص شیوه زندگی سالم (تغذیه، سلامت روان، فعالیت بدنی و توانبخشی و...) در این مکان ها برگزار می گردد.

خانه های بهداشت دانشگاه / دانشکده شهرکرد (شهرستان کوهرنگ) (ساعت کاری: 7:30 - 14:10)

ردیف	مرکز	نام مسئول	آدرس	شماره تماس-کد
1	خانه بهداشت ضمیمه میهه	دکتر پوریا همتی	شهرک میهه	038-33625307
2	خانه بهداشت بخش آباد	دکتر پوریا همتی	روستای بخش آباد	09137212762
3	خانه بهداشت حمزه آباد	دکتر پوریا همتی	روستای حمزه آباد	09133817854
4	خانه بهداشت نعل اشکنان	دکتر پوریا همتی	روستای نعل اشکنان	09132812317
5	خانه بهداشت گردو سفلی	دکتر پوریا همتی	روستای گردو سفلی	09164283405
6	خانه بهداشت گردو علیا	دکتر پوریا همتی	روستای گردو علیا	09140228915
7	خانه بهداشت سیلگاه	دکتر پوریا همتی	روستای سیلگاه	09132844626
8	خانه بهداشت غلام آباد	دکتر پوریا همتی	روستای غلام آباد	09136056680
9	خانه بهداشت خونکار	دکتر پوریا همتی	روستای خونکار	09140242190
10	خانه بهداشت ملک آباد	دکتر مازیار محمودیان	روستای ملک آباد	038-33621437
11	خانه بهداشت قلعه تک	دکتر مازیار محمودیان	روستای قلعه تک	09140790746
12	خانه بهداشت میان رودان	دکتر مازیار محمودیان	روستای میان رودان	09140838512
13	خانه بهداشت دیمه	دکتر مازیار محمودیان	روستای دیمه	09139821391



09162263173	روستای فانی آباد	دکتر مازیار محمودیان	خانه بهداشت فانی آباد	14
09103973920	روستای نیاکان	دکتر مازیار محمودیان	خانه بهداشت نیاکان	15
09140870628	روستای شیخ علیخان	دکتر مازیار محمودیان	خانه بهداشت شیخ علیخان	16
038-33627332	روستای دهنو	دکتر ویدا هاشمی	خانه بهداشت ضمیمه دهنو	17
038-33627331	شهرک امام حسین(ع)	دکتر ویدا هاشمی	خانه بهداشت شهرک امام حسین(ع)	18
09137736071	روستای مورز	دکتر ریحانه تولائی	خانه بهداشت ضمیمه مورز	19
09132857268	روستای گزستان	دکتر ریحانه تولائی	خانه بهداشت گزستان	20
09131837064	روستای تلخدان	دکتر ریحانه تولائی	خانه بهداشت تلخدان	21
09138025105	روستای سیاوش آباد	دکتر نجمه نظر پور	خانه بهداشت سیاوش آباد	22
09103896140	روستای سیف آباد	دکتر نجمه نظر پور	خانه بهداشت سیف آباد	23
09168123057	روستای صفا آباد	دکتر نجمه نظر پور	خانه بهداشت صفا آباد	24
09913135631	روستای دزک	دکتر نجمه نظر پور	خانه بهداشت دزک	25
09130675200	روستای دهگه	دکتر نجمه نظر پور	خانه بهداشت دهگه	26
09907469324	روستای مالک آباد	دکتر نجمه نظر پور	خانه بهداشت مالک آباد	27
038-33626300	روستای فریدون آباد	دکتر فروغ حیدری	خانه بهداشت ضمیمه فریدون آباد	28
038-33626406	روستای نصیر آباد	دکتر فروغ حیدری	خانه بهداشت نصیر آباد	29
09138170161	روستای سر آقاسید	دکتر امیر رضا نعمت اللهی	خانه بهداشت سر آقاسید	30
09130149706	روستای خویه	دکتر امیررضا نعمت اللهی	خانه بهداشت ضمیمه خویه	31

09915949530	روستای صالح کوتاه	دکتر امیر رضا نعمت الهی	خانه بهداشت صالح کوتاه	32
09137213224	روستای دهناش	دکتر سعید گل محمدی	خانه بهداشت ضمیمه دهناش	33
09135927949	روستای تیک	دکتر سعید گل محمدی	خانه بهداشت تیک	34
09132812491	روستای ترکی	دکتر سعید گل محمدی	خانه بهداشت ترکی	35
038-33632498	شهر چم قلعه	دکتر ابوذر بهرامی	خانه بهداشت چم قلعه	36
09130758043	روستای دورک قاسمعلی وند	دکتر ابوذر بهرامی	خانه بهداشت دورک قاسمعلی وند	37
09169935908	روستای باغ چنار	دکتر ابوذر بهرامی	خانه بهداشت باغ چنار	38
09139837110	روستای میاندوهان	دکتر ابوذر بهرامی	خانه بهداشت میاندوهان	39
09913777295	روستای دورک عیدی وندی	دکتر ابوذر بهرامی	خانه بهداشت دورک عیدی وندی	40
09167578271	روستای کوشکا	دکتر ابوذر بهرامی	خانه بهداشت کوشکا	41
09133807279	روستای تبرک	دکتر ابوذر بهرامی	خانه بهداشت تبرک	42
09136757366	روستای موردل	دکتر شهریار خسروی	خانه بهداشت موردل	43
09138854161	روستای گل آباد	دکتر شهریار خسروی	خانه بهداشت گل آباد	44
09139365027	روستای بیدامین	دکتر شهریار خسروی	خانه بهداشت بیدامین	45
09139365027	روستای شهریاری	دکتر شهریار خسروی	خانه بهداشت شهریاری	46
09136735029	روستای یاورآباد	دکتر شهریار خسروی	خانه بهداشت یاور آباد	47
09131850328	روستای دروزن آباد	دکتر شهریار خسروی	خانه بهداشت دروزن آباد	48
09138115592	روستای لپد	دکتر زهرا صدری منش	خانه بهداشت لپد	49

## ▪ ارائه خدمات سازمان بهزیستی به سالمندان (شهرستان کوه‌رنگ)

### ❖ مراکز آموزشی توانبخشی روزانه سالمندان

در مراکز آموزشی و توانبخشی روزانه سالمندان فرد به مرکز مراجعه و از بسته تخصصی استفاده نموده و خانواده وی نیز از آموزش های لازم برخوردار می شوند. در این مراکز غالباً تجهیزات کامل توانبخشی موجود می باشد. سالمندان در این مراکز به صورت روزانه مراجعه می کنند و خدمات زیر را دریافت می نمایند:

خدمات پزشکی، فیزیوتراپی، کاردرمانی، گفتار درمانی، هنر درمانی، مشاوره به سالمند و خانواده آنها، آموزش شیوه زندگی سالم، آموزش مهارت‌های زندگی، آموزش حرفه های مناسب مانند نجاری، خیاطی، صنایع دستی، بافندگی، قرآن، سوادآموزی، موسیقی- نقاشی- خطاطی، آموزش بهداشت و مراقبت فردی، برگزاری اردوهای یک روزه و چند روزه تفریحی، سیاحتی، زیارتی و علمی، برگزاری برنامه های متناسب با مناسبت ها و ایام خاص، کتاب خوانی، شعر خوانی، حافظ خوانی، قصه گویی، اجرای تئاتر و موسیقی، سرگرمی های متناسب با سن (شطرنج - جدول و...)، نمایش فیلم و اجرای برنامه های تفریحی ورزشی .

**مهم:** نام مراکز آموزشی توانبخشی روزانه سالمندان در جدول زیر آورده شود.

میانگین ساعت کاری مراکز روزانه توانبخشی سالمندان 8 صبح تا 14 عصر می باشد.

مراکز آموزشی توانبخشی روزانه سالمندان: (شهرستان کوه‌رنگ) (ساعت کاری: 7:30 - 14:10)

ردیف	مرکز	نام مسئول	آدرس	شماره تماس-کد
1	مرکز روزانه مهرآفرینان	خانم فاطمه فدایی	چلگرد-خیابان امام رضا روبروی ترمینال	09138813791

❖ کمیته امداد امام خمینی (ره) (شهرستان کوهرنگ) (ساعت کاری: 7:30 - 14:30)

کمیته امداد امام خمینی (ره) توسط رهبر فقید انقلاب اسلامی، حضرت امام خمینی (ره) تأسیس شد. کمیته امداد امام خمینی (ره) بر اساس نگرش تکریم و شرافت انسانی به عنوان یک نهاد فراگیر مردمی تلاش می کند. همچنین خدمات حمایتی و توانمندسازی را برنامه ریزی و مدیریت می نماید و در این زمینه از همکاری، مساعدت و توسعه مشارکت های مردمی ( از مردم برای مردم) بهره مند می گردد. به بیان دیگر، شیوه کار و استراتژی مدیریت کمیته امداد امام خمینی (ره) عبارت از استفاده و سازمان دهی ظرفیت های مردمی، ملی و بین المللی در امر حمایت از محرومین جامعه می باشد.

ردیف	مرکز	نام مسئول	آدرس	شماره تماس-کد
1	کمیته امداد امام خمینی (ره)	آقای فریدون مهری بابادی	چلگرد/روبروی بلوار شهید بدری	038-33622276