

الفصل الثاني

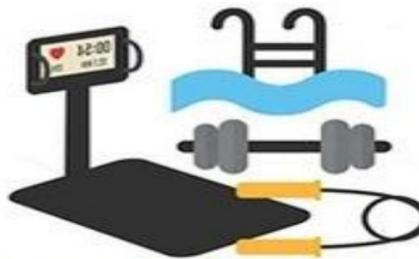
المفاهيم المتعلقة بالصحة

الصحة والعافية والمرض

نظام تقديم الرعاية الصحية

2021

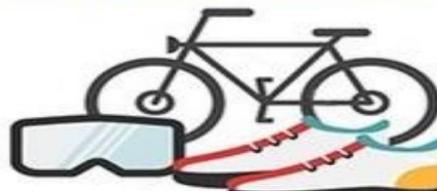
HEALTHY LIFESTYLE



FITNESS & EXERCISES



REGULAR MEASUREMENT



ACTIVE LIFESTYLE



HEALTHY FOOD & WATER



MEDICAL EXAMINATION



RELAXATION & SPA

نتائج التعلم المقصودة

- تحديد المفاهيم المتعلقة بالصحة • وصف نظام تقديم الرعاية الصحية في الأردن
- شرح الرعاية الصحية الأولية/تعزيز الصحة نموذج

صحة

□ وجود أو عدم وجود المرض

□ حالة من الرفاهية البدنية والعقلية والاجتماعية الكاملة، وليس مجرد غياب المرض أو العجز (منظمة الصحة العالمية)

□ القدرة على الحفاظ على الأدوار والأداء الطبيعيين

□ عملية التكيف مع البيئة المادية والاجتماعية

□ السعي نحو تحقيق العافية المثلث

مفهوم الصحة

الصحة: تحقيقها حالة من

الانسجام بين البيئة الداخلية والخارجية.

الصحة: هي حالة متكاملة من العافية (العقل والجسد والروح).

التعريف الشخصي للصحة

ما هو
تعريفك
الشخصي
للصحة

أمثلة

خلية من أعراض المرض والألم

أن يكون في روح طيبة

كن نشطاً
Individual definitions (depends
on our perception, experiences,
etc.)



□ العافية هي مسألة ذاتية

إدراك الحيوية والشعور بالرضا.

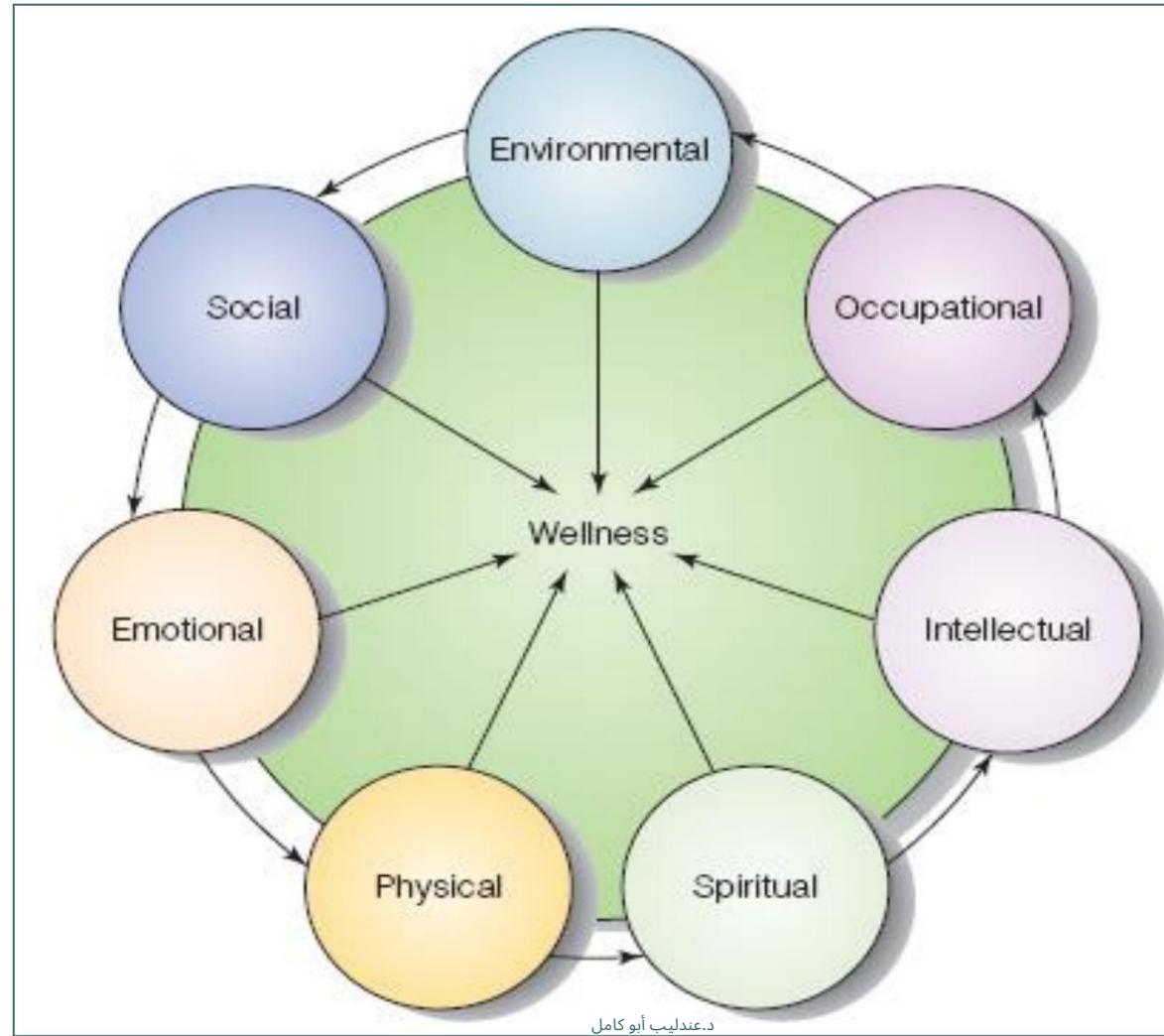
□ تشمل العافية الصحة بالإضافة إلى القدرة على تطوير إمكانات الشخص ليعيش حياة منتجة ومثمرة

صحة

- حالة الرفاهية
- تشمل الجوانب الأساسية ما يلي: ■ المسؤولية الذاتية ■ الهدف النهائي
- ديناميكية
- عملية النمو
- اتخاذ القرارات اليومية المتعلقة بالصحة (على سبيل المثال التغذية، وإدارة الإجهاد، واللياقة البدنية، والرعاية الصحية الوقائية)
- كيان الفرد بأكمله



أبعاد العافية



المرض والعلل

- حالة شخصية للغاية
- ضعف الأداء البدني أو العاطفي أو الفكري أو الاجتماعي أو التنموي أو الروحي للشخص
- ليس مرادفاً للمرض
- قد تكون مرتبطة أو لا تكون مرتبطة بالمرض
- لا يمكن لأحد أن يقول إنه مريض

مرض

□ تغيير في وظيفة الجسم □ هو انخفاض في القدرات

أو

قصير متوسط العمر الطبيعي.

□ سبب المرض يسمى علم الأسباب.

□ تصنیف المرض

□ مرض حاد

□ مرض مزمن

استمرارية الصحة والمرض

□ قياس مستوى العافية الذي يشعر به الشخص

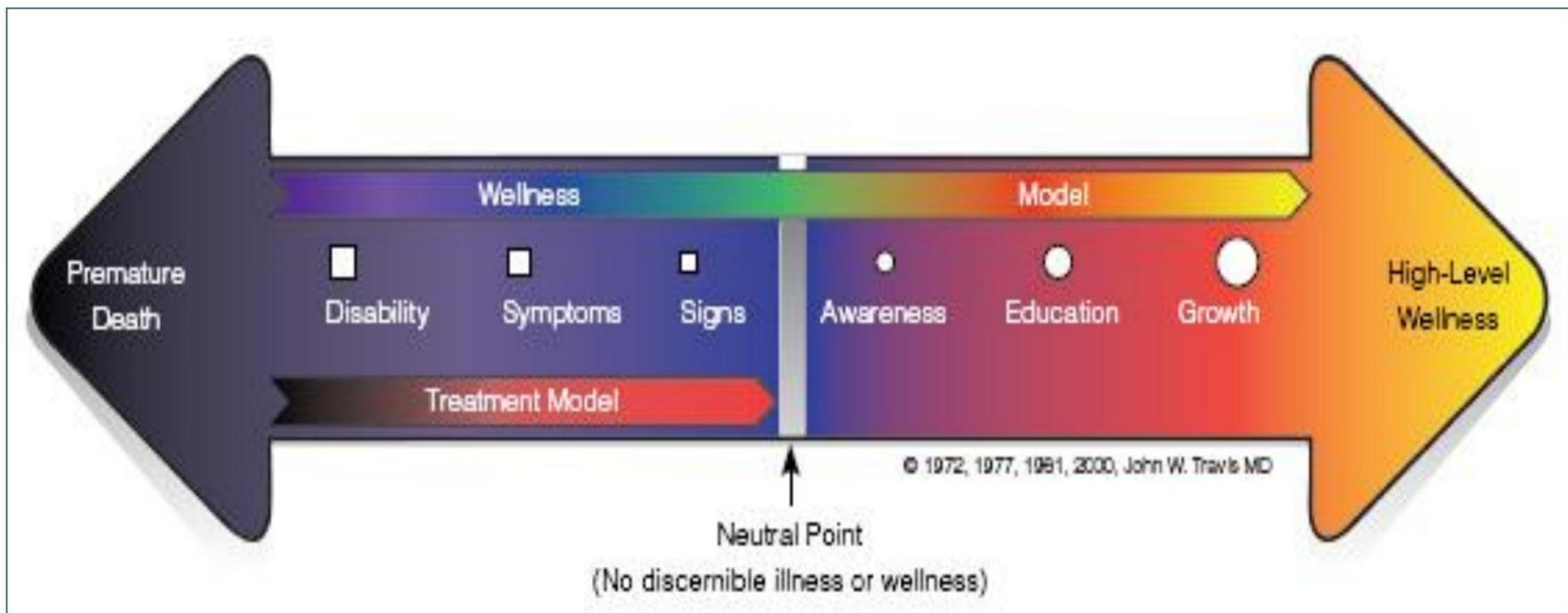
□ الصحة والمرض/المرض طرفان متقابلان في سلسلة الصحة

□ التحرك ذهاباً وإياباً داخل هذا الاستمرارية يوماً بعد يوم

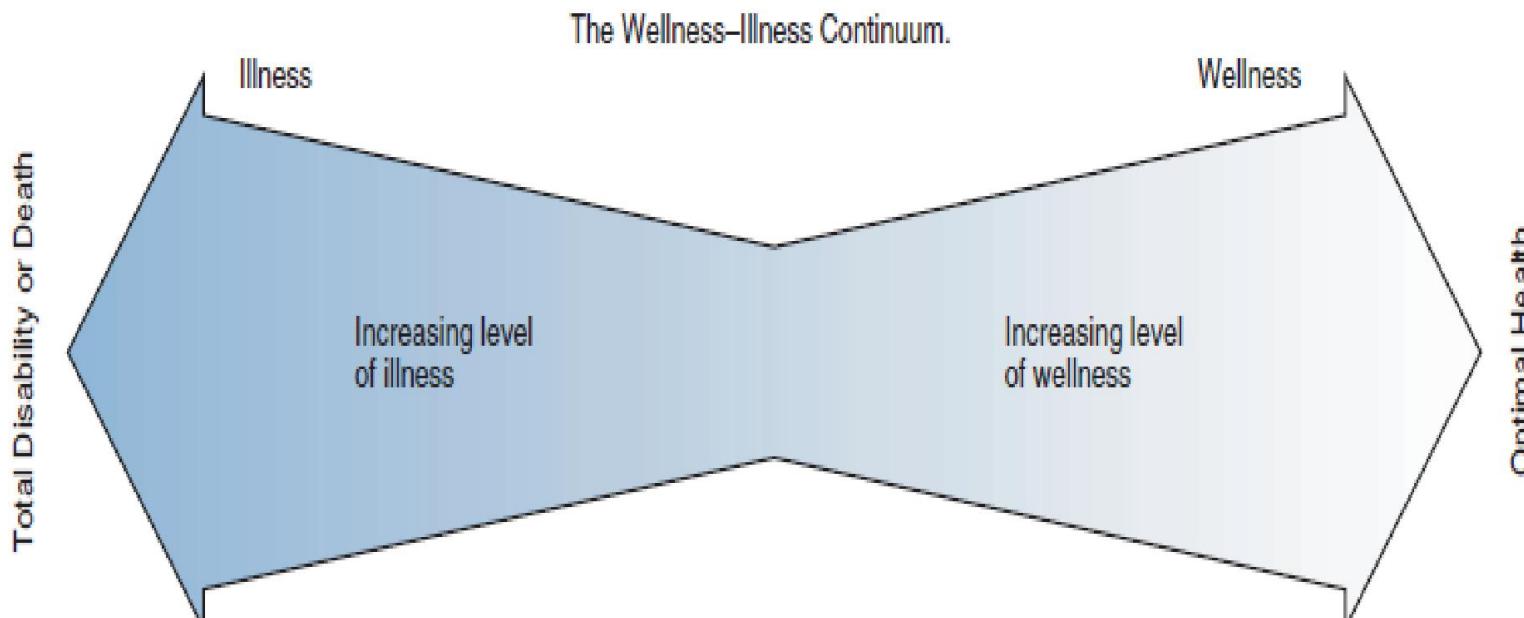
□ نطاقات واسعة من الصحة أو المرض

استمرارية الصحة والمرض

نموذج ترافيس

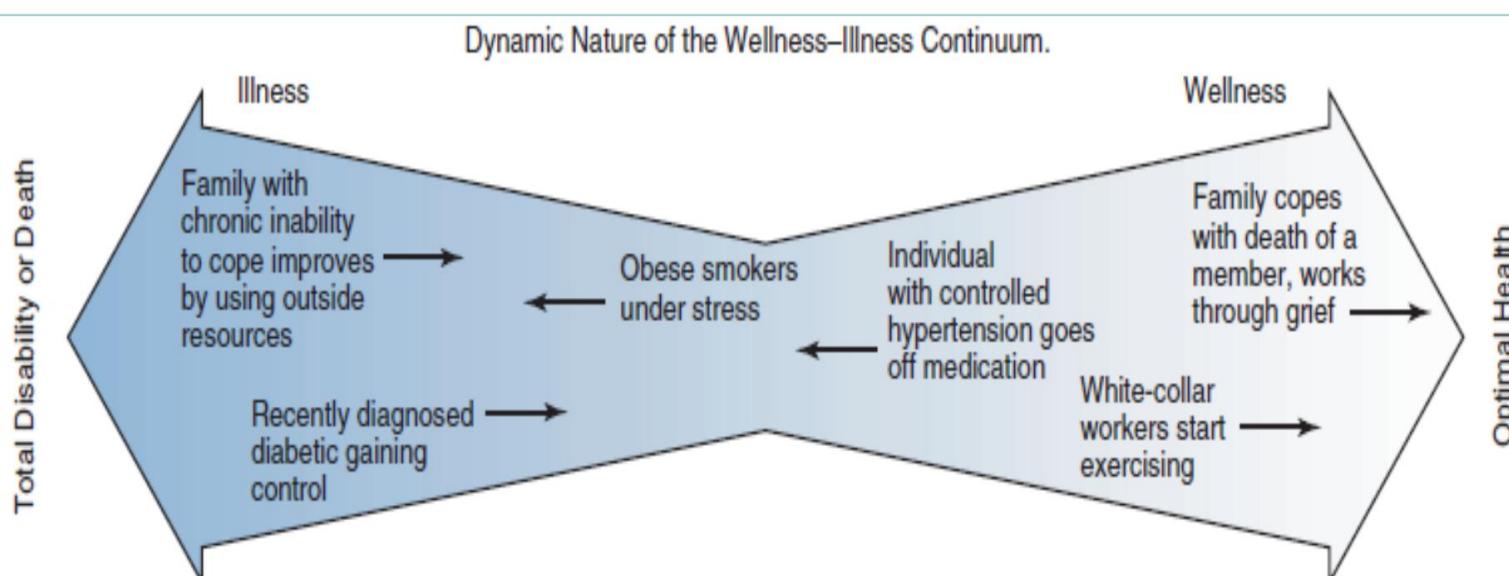


استمرارية الصحة والمرض للمجتمع



The level (degree) of illness increases as one moves toward total disability or death; the level of wellness increases as one moves toward optimal health. This continuum shows the relative nature of health. At any given time a person can be placed at some point along the continuum.

مثال على استمرارية الصحة والمرض



A person's relative health is usually in a state of flux, either improving or deteriorating. This diagram of the wellness–illness continuum shows several examples of people in changing states of health.

العوامل المؤثرة على الحالة الصحية، المعتقدات والممارسات

المتغيرات الداخلية

- البعد البيولوجي (الجيني، العمر، الجنس، مستوى النمو)
- البعد النفسي (تفاعل العقل والجسد)
- البعد المعرفي (نمط الحياة والممارسات الروحية والدينية)

المتغيرات الخارجية

- البيئة المادية
- مستويات المعيشة (التعليم والمهنة والناتج)
- المعتقدات العائلية والثقافية
- شبكات الدعم الاجتماعي

تأثير المرض

على العميل

- التغييرات السلوكية
(تغير في مفهوم الذات، صورة الجسم،
تغيرات في نمط الحياة)

- التغييرات العاطفية: القلق، الخوف،
الغضب، اليأس)

- فقدان الاستقلالية
- تغييرات مفهوم الذات وصورة الجسم
- تغييرات نمط الحياة

عن العائلة

- تغييرات الأدوار
- زيادة الطلب على الوقت
- القلق بشأن النتائج
- مشاكل مالية
- الشعور بالوحدة نتيجة الانفصال والخسارة
- الوشيكة
- التغيير في العادات الاجتماعية



و جالس جميل الروح تصبك عدوى جماله

نظام الرعاية الصحية

- الطريقة التي يتم بها تقديم الرعاية الصحية إلى الناس.
- يتم تصنيف نظام تقديم الرعاية الصحية حسب حدة أمراض العميل ومستوى تخصص المهنيين.
- مستوى الرعاية الأولية
- مستوى الرعاية الثانوية
- مستوى الرعاية الثالثية

القراءة الذاتية

اقرأ عن نظام الرعاية الصحية في
الأردن

أنواع خدمات الرعاية الصحية المقدمة مديرية الرعاية الصحية الأولية



اقرأ هذا المقال ar/news-room/fact-sheets/detail/primary-health-care

<https://www.who.int/>

قم بزيارة هذا العنوان : <http://www.moh.gov.jo/ar/Subsite/primaryadm>



تعزيز الصحة



<https://www.healthypeople.gov/2020>

تعزيز الصحة

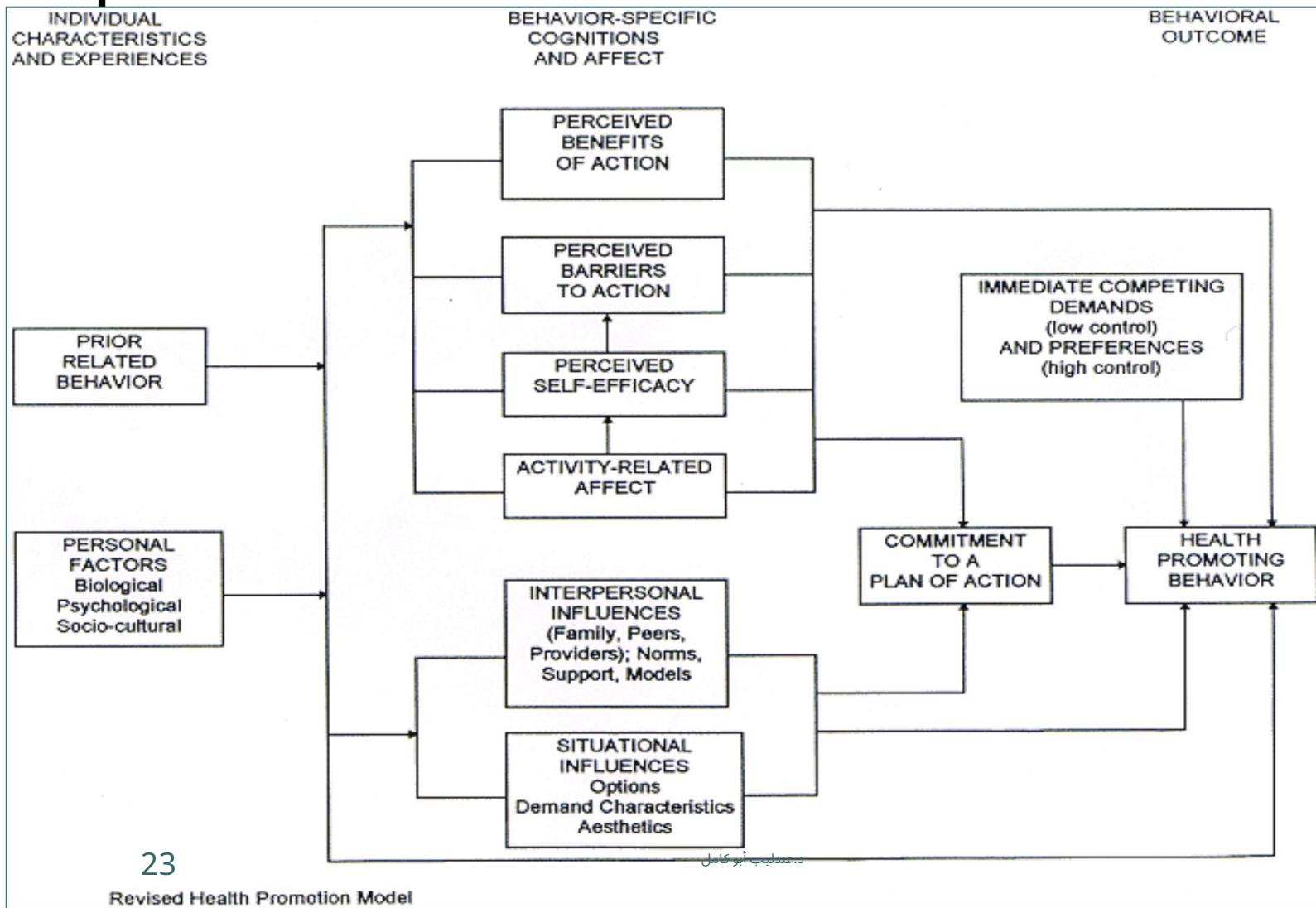
أهداف تعزيز الصحة هي

1. زيادة متوسط العمر الصحي لجميع المواطنين.

2. تقليل الفوارق الصحية بين فئات السكان.

3. تحقيق الوصول إلى الخدمات الوقائية للجميع.

نموذج تعزيز الصحة



دور الممرضة في الصحة

ترقية

- نموذج لأسلوب حياة صحي
 - تسهيل مشاركة العميل
 - تعليم استراتيجيات العناية الذاتية
 - تثقيف العملاء ليصبحوا مستهلكين فعالين للرعاية الصحية
 - مساعدة العملاء على تطوير و اختيار المنتجات التي تعزز الصحة خيارات
 - توجيه تطوير حل المشكلات واتخاذ القرارات الفعالة
 - تعزيز الصحة الشخصية والعائلية للعملاء
 - الدعوة في المجتمع إلى التغييرات التي تعزز البيئة الصحية
- السلوكيات