

دستور جلسه:

ارتقاء سلامت، ابزاری برای سلامت جهانی - دکتر داوود شجاعی زاده، عضو وابسته و عضو گروه ارتقاء سلامت فرهنگستان علوم پزشکی

رئوس نتایج و توصیه‌های قابل اجرا:

در جلسه بیست و نهم تیر ماه گروه ارتقاء سلامت، جناب آقای دکتر شجاعی زاده، سخنرانی خود را با عنوان «ارتقاء سلامت، ابزاری برای سلامت جهانی» به شرح زیر ارائه نمودند:

ارتقاء سلامت

ارتقاء سلامت امروزه بیش از هر زمان دیگری در رسیدگی به مشکلات سلامت عمومی اهمیت دارد. سناریوی سلامت در یک چهار راهی منحصر به فرد قرار گرفته است. زیرا جهان با «بار سه گانه بیماری ها» مواجه است که ناشی از دستور کار ناتمام بیماری های واگیر، بیماری های نو پدید و باز پدید و همچنین افزایش بی سابقه بیماری های مزمن غیر واگیر است. عواملی که به پیشرفت و توسعه در دنیای امروز کمک می کنند مانند جهانی شدن تجارت، شهرنشینی، سهولت سفرهای جهانی، فناوری های پیشرفته و ...، مانند شمشیر دو لبه عمل می کنند؛ از یک سو منجر به پیامدهای مثبت سلامتی شده و از سوی دیگر آسیب پذیری در برابر وضعیت ضعیف سلامتی را افزایش می دهند. زیرا این موارد به سبک زندگی کم تحرک و الگوهای غذایی ناسالم کمک می کنند. شیوع بالای از مصرف دخانیات همراه با افزایش رژیم های غذایی ناسالم و کاهش فعالیت بدنی وجود دارد که به افزایش عوامل خطر بیولوژیکی کمک می کند که به نوبه خود منجر به افزایش بیماری های غیر واگیر (NCD) می شود. بدیهی است که مسائل مربوط به سبک زندگی در افزایش بیماری های غیرواگیر نقش دارند. تاثیرات نامطلوب تغییرات جهانی آب و هوا، سبک زندگی بی تحرک، افزایش دفعات وقوع بلایای طبیعی، بحران مالی، تهدیدات امنیتی و ... به چالش هایی می افزاید که امروزه سلامت عمومی با آن مواجه است.

سلامت به شدت تحت تاثیر عوامل خارج از حوزه سلامت، به ویژه نیروهای اجتماعی، اقتصادی و سیاسی است. این نیروها عمدتاً شرایطی را شکل می دهند که افراد در آن رشد، زندگی و کار می کنند و پیر می شوند و همچنین سیستم هایی که برای مقابله با نیازهای بهداشتی ایجاد می شوند، در نهایت منجر به نابرابری در سلامت بین کشورها و در داخل کشورها می شود. بنابراین دستیابی به بالاترین استاندارد ممکن سلامت بستگی به یک رویکرد کامل و جامع دارد که فراتر از مراقبت های درمانی سنتی است و شامل جوامع، ارائه دهندگان بهداشت و سایر ذینفعان می شود. این رویکرد کل نگر باید افراد و جوامع را جهت انجام اقداماتی برای سلامتی خود، تقویت رهبری برای سلامت عمومی، ترویج اقدامات بین بخشی برای ایجاد سیاست های عمومی سالم و ایجاد سیستم های بهداشتی پایدار در جامعه، توانمند سازد. این عناصر جوهره «ارتقاء سلامت» را در بر می گیرد که در مورد توانمند ساختن افراد برای کنترل سلامت خود و عوامل تعیین کننده آن است که در نتیجه سلامت را بهبود می بخشد. این شامل مداخلات در سطوح فردی، سازمانی، اجتماعی و سیاسی برای تسهیل سازگاری (سبک زندگی، محیط و ...) است که منجر به بهبود یا محافظت از سلامت می شود.

ارتقاء سلامت: تکامل تاریخی

ارتقاء سلامت مفهوم جدیدی نیست. این واقعیت که سلامت توسط عواملی نه تنها در بخش سلامت، بلکه توسط عوامل بیرونی نیز تعیین می شود، مدت ها پیش به رسمیت شناخته شده بود. آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت دو اصطلاحی

هستند که گاهی به جای هم استفاده می‌شوند. آموزش بهداشت در مورد ارائه اطلاعات و دانش بهداشتی به افراد و جوامع و ارائه مهارت‌هایی برای توانمندسازی افراد برای اتخاذ داوطلبانه رفتارهای سالم است. این ترکیبی از تجارب یادگیری است که برای کمک به افراد و جوامع برای بهبود سلامت خود با افزایش دانش یا تاثیرگذاری بر نگرش آن‌ها طراحی شده است. در حالی که ارتقاء سلامت با درگیر کردن نقش‌های مختلف و تمرکز بر رویکردهای چند بخشی، رویکرد جامع‌تری دارد. ارتقاء سلامت چشم انداز بسیار گسترده‌تری داشته و به گونه‌ای تنظیم شده است که به تحولاتی که مستقیم یا غیر مستقیم بر سلامت تاثیر دارد مانند نابرابری‌ها، تغییر در الگوهای مصرف، محیط‌ها، باورهای فرهنگی و ... پاسخ می‌دهد.

ارتقاء سلامت فرآیندی است که افراد را قادر می‌سازد تا خود کنترلی را افزایش داده و سلامت خود را بهبود بخشند. برای رسیدن به وضعیت رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی، یک فرد یا گروه باید قادر به شناسایی و تحقق آرزوها، ارضای نیازها و تغییر یا کنار آمدن با محیط باشد. سلامتی به عنوان منبعی برای زندگی روزمره تلقی می‌شود و نه هدف زندگی. شرایط و منابع اساسی سلامت عبارتند از: صلح، سر پناه، آموزش، غذا، درآمد، اکوسیستم پایدار، منابع پایدار، عدالت اجتماعی و برابری. بنابراین ارتقاء سلامت تنها مسئول بخش سلامت نیست، بلکه فراتر از سبک زندگی سالم و بهزیستی است. این مطلب بیانگر حمایت از اقدامات بهداشتی برای ایجاد فاکتورهای مطلوب سیاسی، اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی، محیطی، رفتاری و بیولوژیکی برای سلامتی است که مردم را قادر می‌سازد تا عوامل موثر بر سلامت خود را کنترل کنند و برای اقدامات چند بخشی میانجی‌گری انجام دهند.

اقدامات ارتقاء سلامت عبارتند از:

(الف) سیاست عمومی سالمی را ایجاد می‌کند که رویکردهای متنوع اما مکمل از جمله قوانین، اقدامات مالی، مالیات و تغییرات سازمانی را برای ایجاد سیاست‌هایی که عدالت را تقویت کرده، ترکیب می‌کند.

(ب) ایجاد محیط‌های حمایتی

(ج) حمایت از اقدامات جامعه از طریق توانمندسازی جوامع، مالکیت و کنترل آن‌ها بر تلاش‌ها و سرنوشت خود

(د) توسعه مهارت‌های شخصی با ارائه اطلاعات، آموزش برای سلامتی و ارتقاء مهارت‌های زندگی

(ه) جهت دهی مجدد خدمات بهداشتی به سمت ارتقاء سلامت از صرف ارائه خدمات بالینی و درمانی

نشان ارتقاء سلامت نماد رویکرد ارتقاء سلامت است که به شکل دایره ای با سه بال می‌باشد. نشان، پنج حوزه اقدام کلیدی در ارتقاء سلامت (ایجاد سیاست عمومی سالم، ایجاد محیط‌های حمایتی برای سلامت، تقویت اقدامات جامعه برای سلامت، توسعه مهارت‌های شخصی و جهت دهی مجدد خدمات بهداشتی) و سه استراتژی اساسی ارتقاء سلامت (HP) یعنی توانمندسازی، میانجی‌گری و حمایت را شامل می‌شود.



دایره بیرونی نشان دهنده هدف «ساختن سیاست های عمومی سالم» و نیاز به سیاست هایی برای «کنار هم نگه داشتن» است. این دایره دارای سه بال در داخل خود است که نمادی از نیاز به پرداختن به هر پنج حوزه اقدام کلیدی ارتقای سلامتی بوده که در منشور اتاوا به صورت یکپارچه و مکمل مشخص شده است. دایره کوچک مخفف سه راهبرد اساسی برای ارتقای سلامت «توانمندسازی، میانجی گری و حمایت» است. سه بال بیانگر و حاوی کلمات پنج حوزه اقدام کلیدی برای ارتقای سلامت، جهت دهی مجدد خدمات بهداشتی، ایجاد محیط حمایتی، توسعه مهارت های شخصی و تقویت کنش جامعه است.

با توجه به اینکه سلامت بیشتر تحت تاثیر عوامل خارج از بخش سلامت است، ارتقای سلامت نیازمند اقدامات هماهنگ بخش های مختلف در حمایت، سرمایه گذاری مالی، ظرفیت سازی، قوانین، تحقیقات و ایجاد مشارکت است. رویکرد چند بخشی ذینفعان شامل مشارکت وزارتخانه های مختلف، موسسات بخش دولتی و خصوصی، جامعه مدنی و جوامعی است که همگی تحت حمایت وزارت بهداشت هستند.

تلاش های ارتقای سلامت می تواند به سمت شرایط بهداشتی اولویت دار که جمعیت زیادی را شامل می شود و مداخلات متعدد را ترویج می کند، هدایت شود. این رویکرد مبتنی بر موضوع، اگر با طراحی های مبتنی بر مکان تکمیل شود بهترین کارایی را خواهد داشت. طرح های مبتنی بر مکان را می توان در مدارس، محل های کار، بازارها، مناطق مسکونی و ... برای رسیدگی به مشکلات بهداشتی اولویت دار با در نظر گرفتن عوامل پیچیده تعیین کننده سلامت مانند رفتارها، باورهای فرهنگی، اعمال و ... در مکان هایی که مردم زندگی می کنند و ... اجرا کرد. کارایی طراحی مبتنی بر مکان همچنین ادغام اقدامات ارتقای سلامت در فعالیتهای اجتماعی را با در نظر گرفتن موقعیتهای محلی موجود تسهیل می کند.

چارچوب مفهومی، رویکردهای ارتقای سلامت را خلاصه کرده و به نیاز کل جمعیت نگاه می کند. جمعیت هر بیماری را می توان به چهار گروه تقسیم کرد: الف) جمعیت سالم، ب) جمعیت دارای عوامل خطر، ج) جمعیت دارای علائم، د) جمعیت مبتلا به بیماری یا اختلال. هر یک از این چهار گروه جمعیتی باید با مداخلات خاصی مورد هدف قرار گیرند تا به طور جامع نیاز کل جمعیت را بر طرف کنند. رویکردهای ارتقای سلامت به طور خلاصه شامل پیشگیری اولیه برای جمعیت سالم، تا مراقبت های درمانی و توانبخشی جمعیت مبتلا به بیماری است. هدف از پیشگیری اولیه، ایجاد و حفظ شرایطی برای به حداقل رساندن خطرات برای سلامتی است.

جدول زیر رویکردها و راهبردهای مفهومی برای ارتقای سلامت در یک جمعیت را نشان می دهد:

در جمعیت مبتلا به بیماری	در جمعیت دارای علائم	در جمعیت دارای عوامل خطر	در جمعیت سالم
<ul style="list-style-type: none"> • درمان و مراقبت • حفظ سبک زندگی سالم • محدودیت ناتوانی و توانبخشی 	<ul style="list-style-type: none"> • تشخیص زود هنگام • درمان و مراقبت • محدودیت ناتوانی و توانبخشی 	<ul style="list-style-type: none"> • ارتقای سلامت و غربالگری • توجه به عوامل خطر • ایجاد انعطاف پذیری • حفظ سبک زندگی سالم 	<ul style="list-style-type: none"> • ارتقای سبک زندگی سالم • پیشگیری از عوامل خطر (پیشگیری نوع اول) • پیشگیری از اختلالات و مشکلات بهداشتی

رویکرد مبتنی بر مکان در ارتقای سلامت

مفهوم «محیط های سالم» که پیشگیری از بیماری را از طریق یک رویکرد سیستمی به حداکثر می رساند، از استراتژی «بهداشت برای همه» پدیدار شده بود. برنامه «شهرهای سالم» که توسط WHO راه اندازی شد، به زودی با ابتکارات مشابه

در محیط‌های کوچک‌تر مانند مدارس، روستاها، بیمارستان‌ها و ... دنبال شد. رویکرد محیطی مبتنی بر اصول مشارکت اجتماعی، همکاری، توانمندسازی و برابری است و اتکای بیش از حد به روش‌های فردگرایانه را با رویکردی جامع‌تر و کامل‌تر جایگزین می‌کند.

مدارس مروج سلامت

مدارس ارتقای سلامت بر این اساس که سلامت برای یادگیری و توسعه ضروری است، در نظر گرفته شدند و سلامت را در تمام جنبه‌های زندگی در مدرسه و جامعه ایجاد می‌کنند. برای پیشبرد این مفهوم، WHO و سایر آژانس‌های سازمان ملل متحد ابتکاری را با عنوان «تمرکز منابع بر سلامت مؤثر مدارس» ایجاد کردند. اگر همه مدارس سیاست‌های بهداشت مدارس را اجرا کنند، محیط مدرسه سالم و ارائه آب سالم و بهداشتی به عنوان اولین گام ضروری در آموزش بهداشت مبتنی بر مهارت و خدمات بهداشتی و تغذیه مبتنی بر مدرسه است.

سلامت و رفاه اجتماعی

امروزه یک پذیرش جهانی وجود دارد که سلامت و رفاه اجتماعی توسط عوامل زیادی خارج از نظام سلامت تعیین می‌شود که عبارتند از: نابرابری‌های ناشی از عوامل سیاسی - اجتماعی - اقتصادی، الگوهای مصرفی جدید مرتبط با غذا و ارتباطات، تغییرات جمعیتی که بر کار تأثیر می‌گذارد، شرایط محیطی یادگیری، الگوهای خانواده، فرهنگ و بافت اجتماعی جوامع، تغییرات اجتماعی و سیاسی و اقتصادی از جمله تجاری‌سازی و تغییرات محیطی جهانی.

ارتقای سلامت، یک ابزار مهم

برای مقابله با چالش‌های ناشی از سناریوهای در حال تغییر مانند گذار جمعیتی و اپیدمیولوژیک، شهرنشینی، تغییرات آب و هوایی، ناامنی غذایی، بحران مالی و ... ارتقای سلامت به عنوان یک ابزار مهم مطرح شده است. با این وجود نمی‌توان نیاز به رویکردهای جدیدتر و نوآورانه را دست‌کم گرفت. یک برنامه ارتقای سلامت مبتنی بر شواهد و چندبخشی با بودجه کافی همراه با مشارکت جامعه، نیاز لحظه به لحظه برای اصلاح مثبت عوامل تعیین‌کننده اجتماعی - اقتصادی پیچیده سلامت است.

تاریخ و موضوع جلسه بعدی:

۱. ۱۶ شهریور ماه - سخنرانی دکتر کامران باقری لنکرانی با موضوع علل عدم تمایل به دریافت واکسن

تهیه کننده: مهدی میلاد

