

## عنوان کمپین

مهار پوکی استخوان با تشخیص به موقع

زمان/مکان

آبان ماه سال ۱۳۹۸

کل کشور

نام سازمان / سازمان های برگزار کننده :

دفتر مدیریت غیر واگیر وزارت بهداشت، درمان، آموزش پزشکی

دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس

دفتر آموزش وزارت بهداشت، درمان، آموزش پزشکی

مرکز تحقیقات استئوپروز پژوهشکده علوم غدد و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی تهران

۱- اهداف کمپین:

الف) هدف کلی:

آموزش گروه هدف در خصوص مراجعه زود هنگام جهت تشخیص پوکی استخوان

ب) اهداف اختصاصی:

۱. آموزش ۳۰٪ از زنان بزرگتر از ۵۰ سال در خصوص بیماری پوکی استخوان
۲. آموزش ۳۰٪ از زنان بزرگتر از ۵۰ سال در خصوص شناسایی فاکتورهای مستعد کننده فرد جهت بررسی از نظر پوکی استخوان
۳. آموزش ۳۰٪ از زنان بزرگتر از ۵۰ سال در مورد نحوه تشخیص بیماری پوکی استخوان و دستگاه تراکم سنجی استخوانی

ج) اهداف آموزشی (حیطه های آموزشی - نگرشی و رفتاری) به تفکیک گروه های هدف:

| گروه های هدف | افزایش آگاهی □   | تغییرات نگرش □    | تشویق به عملکرد □ |
|--------------|--|-------------------|-------------------|
| هدف          | لیست اهداف آموزشی  | لیست اهداف آموزشی | لیست اهداف آموزشی |
| ۱) اصلی      | آموزش در مورد پوکی استخوان<br>آموزش در مورد فاکتورهای مستعد کننده فرد برای بررسی از نظر پوکی استخوان<br>آموزش در مورد ابزارهای تشخیصی پوکی استخوان |                   |                   |
| ۲) واسط      | آموزش نسبت به بیماری، علایم، عوارض، نحوه تشخیص بیماری آگاه سازی نسبت به عوامل خطر ساز شامل سن، سن یائسگی، سن قبل از ۴۰ سالگی، سن                   |                   |                   |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  | منارک (بعد از ۱۵ سالگی)، وزن پایین، سابقه شکستگی در فرد و فامیل وی، کاهش قد، مصرف کورتون، سابقه فامیلی پوکی استخوان، مصرف کنونی سیگار، وجود بیماری های ارتريت روماتوئيد؟ سلياک، کرون، .... |  |
|--|--|--|--|

## ۲- بیان وضعیت موجود:

در هزاره سوم میلادی ۵۹ درصد کل مرگ های جهان و ۴۶ درصد بار جهانی بیماری های ناشی از بیماری های غیر واگیر می باشد به طوری که بیماری های مزمن مسئول بیش از ۷۰ درصد کل هزینه های پزشکی می باشند. پوکی استخوان شایع ترین بیماری بافت استخوانی می باشد که با کاهش تراکم استخوان و از دست دادن کیفیت استخوان ها همراه است که منجر به افزایش خاصیت شکنندگی و خطر شکستگی می گردد.

بر اساس برآوردهای اخیر بیش از ۲۰۰ میلیون زن در سراسر جهان از پوکی استخوان رنج می برند، بر اساس آخرین آمار از ایران حدود ۲۵۹۶۹۰۴۶ نفر از استئوپنی، ۳۰۲۴۷۹۸ نفر از پوکی استخوان رنج می برند، این آمار تا سال ۲۰۲۰ به ۴۰۳۰۳۷۳۰ و ۳۵۹۲۷۰۸ خواهد رسید.

در سراسر جهان پوکی استخوان عامل بیش از ۸/۹ میلیون شکستگی استخوان در سال می باشد به طوری که شکستگی استخوانی و مهره ای به ترتیب هر ۳ ثانیه و ۲۲ ثانیه رخ می دهد و از هر زن بالای ۵۰ سال یک نفر از شکستگی استئوپروتیک رنج می برد. شانس حفاظت از یک زن در برابر شکستگی لگن و ستون فقرات به ترتیب حدود ۱۴ درصد و ۲۸ درصد می باشد.

بر اساس گزارش های موجود تعداد زیادی از ایرانیان به خصوص افراد مسن حداقل یک شکستگی را تجربه می کنند. مطالعاتی که در سال های ۲۰۰۱ و ۲۰۰۴ در دانشگاه علوم پزشکی تهران انجام شده است انجام شده است پوکی استخوان مسئول از دست رفتن بیش از ۳۶ هزار سال زندگی مردان و زنان ایرانی در مقیاس DALY یافت. بدین ترتیب ۰/۸۵ درصد از بار جهانی بیماری پوکی استخوان و ۱۲/۴ درصد از بار ناشی از شکستگی های استئوپروتیک در خاور میانه مربوط به ایران است.

۳- جدول گروه های هدف و پیام های مورد انتظار :

| ردیف | نام گروه هدف          | پیام کلیدی و پیام های فرعی مرتبط   | رفتار/ اقدام مورد انتظار  |
|------|-----------------------|--|---|
| ۱    | زنان بزرگتر از ۵۰ سال | سن یک عامل خطر جدی برای پوکی استخوان است   | همه زنان بزرگتر از ۶۵ سال برای بررسی پوکی استخوان باید دانسیتومتری انجام دهند   |
|      |                       |  | همه زنان بالاتر از ۵۰ سال باید از نظر پوکی استخوان بررسی شوند   |
|      |                       | سابقه شکستگی در فرد یک عامل شناسایی کننده احتمال ابتلا به پوکی استخوان است                 | اگر شکستگی بعد از ۵۰ سالگی بدون وجود تروما دارید باید از نظر پوکی استخوان بررسی شوید                                  |
|      |                       |  | شکستگی در ناحیه لگن، ران، ساعد، شکستگی های مهم از نظر پوکی استخوان می باشند   |
|      |                       | سابقه شکستگی استئوپروتیک در والدین، یک عامل شناسایی کننده احتمال ابتلا به پوکی استخوان است | در صورت وجود استئوپروز در والدین، شما هم باید از نظر پوکی استخوان بررسی شوید  |
|      |                       |  | در صورت وجود شکستگی بدون وجود تروما در والدین، شما هم باید از نظر پوکی استخوان بررسی شوید                             |
|      |                       | وزن پایین فرد را مستعد ابتلا به پوکی استخوان می نماید                                      | در صورتی که وزن کمتر از ۵۸ کیلوگرم دارید، شما مستعد ابتلا به پوکی استخوان هستید. باید از نظر پوکی استخوان بررسی شوید  |
|      |                       | کاهش قد در دوران سالمندی، یک عامل شناسایی کننده احتمال ابتلا به پوکی استخوان است           | در صورتی که قد شما کوتاه شده باشد ممکن است دچار شکستگی مهره ناشی از پوکی استخوان باشد، باید بررسی شوید                |
|      |                       | خانم هایی که زود یائسه می شوند (قبل از ۴۰ سالگی) در معرض پوکی استخوان هستند                | در صورتی که قبل از ۴۰ سالگی یائسه شده اید، شما مستعد ابتلا به پوکی استخوان هستید. باید از نظر پوکی استخوان بررسی شوید |
|      |                       | خانم هایی که سن منارک ایشان بعد از ۱۵ سالگی بوده   | در صورتی که در سن بزرگتر از ۱۵ سالگی پریود شده اید، شما مستعد ابتلا به پوکی   |

|  |   |   |  |  |
|--|---|---|--|--|
|  | استخوان هستید. باید از نظر پوکی استخوان بررسی شوید  | است، در معرض پوکی استخوان می باشند  |  |  |
|  | اگر به مدت ۳ ماه به طور مداوم معادل ۵ میلی گرم قرص پردنیزولون مصرف کرده اید، شما مستعد ابتلا به پوکی استخوان هستید. باید از نظر پوکی استخوان بررسی شوید | خانم هایی که کورتون مصرف می کنند (با تاکید بر مدت و دوز آن) در معرض ابتلا به پوکی استخوان هستند |  |  |

۴- جدول گانت:

| ردیف | فعالیت/ رسانه                       | گروه هدف  | مکان/ کانال | زمان/ تکرار | منابع انسانی | منابع مالی | مجری/ ناظر  |
|------|-------------------------------------|---|-------------|-------------|--------------|------------|---|
| ۱    | رسانه های چاپی                      | کارشناسان برنامه در دانشگاه ها پزشکان گروه درمانی اراییه دهندگان خدمت |             |             |              |            | دفتر غیر واگیر، دفتر سلامت و جمعیت، خانواده و مدارس |
| ۲    | رسانه های دیداری/ شنیداری و دیجیتال | گروه هدف برنامه کمپین   |             |             |              |            | دفتر غیر واگیر، دفتر آموزش بهداشت، دفتر             |

|   |  |  |  |  |                          |   |   |
|---|--|--|--|--|--------------------------|---|---|
| سلامت و<br>جمعیت،<br>خانواده و<br>مدارس   |  |  |  |  |                          |   |   |
| دفتر غیر<br>دفتر<br>سلامت و<br>جمعیت،<br>خانواده و<br>مدارس<br>واگیر،                           |  |  |  |  | گروه هدف<br>برنامه کمپین | اقدامات مبتنی بر<br>جامعه (نمایشگاه،<br>راهپیمایی، پیاده<br>روی گروهی،<br>مسابقات علمی<br>فرهنگی ورزشی) | ۳ |
| دفتر غیر<br>واگیر<br>دفتر<br>آموزش<br>بهداشت<br>دفتر<br>سلامت و<br>جمعیت،<br>خانواده و<br>مدارس |  |  |  |  | گروه هدف<br>برنامه کمپین | اقدامات مطبوعاتی و<br>مبتنی بر شبکه   | ۴ |
| دفتر غیر  |  |  |  |  | عموم مردم                | اقدامات رادیویی و<br>تلویزیونی  | ۵ |

|  |  |  |  |  |                          |  |   |
|--|--|--|--|--|--------------------------|--|---|
| واگیر<br>دفتر<br>سلامت و<br>جمعیت،<br>خانواده و<br>مدارس                               |  |  |  |  |                          |  |   |
| دستر غیر<br>واگیر<br>دفتر<br>سلامت و<br>جمعیت،<br>خانواده و<br>مدارس                   |  |  |  |  | گروه هدف<br>برنامه کمپین | آموزش های مستقیم<br>فردی / گروهی /<br>جمعی   | ۶ |
| دستر غیر<br>واگیر<br>دفتر<br>آموزش<br>بهداشت<br>دفتر<br>سلامت و<br>جمعیت،<br>خانواده و |  |  |  |  | عموم مردم                | آموزش های از راه<br>دور فردی / گروهی /<br>جمعی (توزیع خود<br>آموزه های مکتوب و<br>دیژیتال، آموزش<br>های مجازی) | ۷ |

|   |  |  |  |  |   |  |    |
|---|--|--|--|--|---|--|----|
| مدارس   |  |  |  |  |   |  |    |
|   |  |  |  |  | -----   | توزیع نشان ها /<br>هدایای تبلیغاتی                                 | ۷  |
| اداره غیر<br>واگیر با<br>همکاری<br>سایر دفاتر<br>معاونت<br>بهداشت |  |  |  |  | انجام برنامه<br>پیشگیری و<br>درمان و<br>کنترل پوکی<br>استخوان | ارایه خدمات<br>بهداشتی اکتیو و<br>پاسیو                            | ۸  |
|   |  |  |  |  | -----   | توزیع اقلام بهداشتی<br>و خودارزیابی اکتیو<br>و پاسیو               | ۹  |
|   |  |  |  |  | ----  | تبلیغات شهری   | ۱۰ |
|   |  |  |  |  | -----   | دیدار با مقامات، علما<br>و سایر افراد کلیدی<br>مرتبط / انتخاب سفیر | ۱۲ |
|   |  |  |  |  | -   | سایر مداخلات   | ۱۳ |
| پژوهشگاه<br>علوم غدد<br>دانشگاه<br>تهران                          |  |  |  |  | گروه هدف<br>کمپین   | پایش و ارزشیابی  | ۱۴ |
| دفتر غیر<br>واگیر،  |  |  |  |  |   | مستند سازی و مدل<br>سازی بر اساس                                   | ۱۵ |



|           |  |  |  |  |  |             |  |
|-----------|--|--|--|--|--|-------------|--|
| پژوهشگاه  |  |  |  |  |  | تجارب حاصله |  |
| غدد، دفتر |  |  |  |  |  |             |  |
| سلامت و   |  |  |  |  |  |             |  |
| جمعیت،    |  |  |  |  |  |             |  |

۵- شرکای برنامه و انتظار از آنها:

| انتظارات   | سازمان / فرد                               | ردیف |
|--|--|------|
| همکاری در برنامه ریزی اجرایی کمپین، همکاری در تدوین قالب های آموزشی کمپین، همکاری در اجرای کمپین | دفتر آموزش بهداشت                          | ۱    |
| تهیه محتوای آموزشی کمپین، تدوین نحوه پایش و ارزیابی کمپین  | مرکز تحقیقات پوکی<br>استخوان دانشگاه تهران | ۲    |
| همکاری در اجرای کمپین در مراکز جامع سلامت با استفاده از پرسنل بهداشتی                            | دفتر سلامت جمعیت،<br>خانواده               | ۳    |
| همکاری در آماده سازی زیر ساخت لازم جهت اجرای کمپین   | مرکز مدیریت توسعه<br>شبکه                  | ۴    |
| همکاری در اجرای آموزش های عموم   | شهرداری ها و خانه های<br>سلامت ها          | ۵    |
| اجرای کمپین  | دانشگاه های علوم<br>پزشکی سراسر کشور       | ۶    |