

# درباره مسؤولیت اجتماعی و فردی در قبال سلامت زندگی سالم را با دست خودتان بسازید



**سمیه شهرآبادی**

مدیر مرکز آموزش بهورزی  
دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان



**الهام زندیان**

مربی مرکز آموزش بهورزی  
دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان



**زهره نصراله زاده**

کارشناس آموزش سلامت  
دانشگاه علوم پزشکی مشهد

## اهداف آموزشی

از خوانندگان محترم انتظار می‌رود پس از مطالعه مقاله:

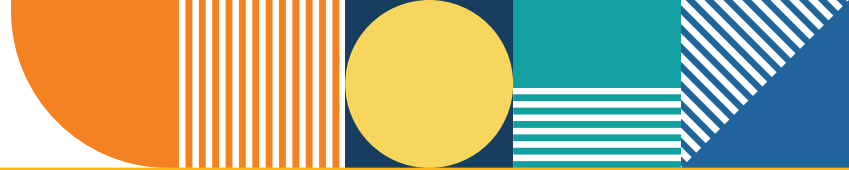
- مسؤولیت‌های اجتماعی مرتبط با سلامت را نام ببرند.
- هر یک از مسؤولیت‌های اجتماعی مرتبط با سلامت را شرح دهند.

## مقدمه

خودش برای ارتقای سلامت و پیشگیری قدم بر می‌دارد و برای تشخیص بیماری و درمان با استفاده از منابع اولیه سلامت در سیستم مراقبت بهداشتی حرکت می‌کند، تعریف شده است.

به طور کلی مسؤولیت فردی درباره «من چه باید بکنم؟» حرف می‌زند و مسؤولیت اجتماعی از «ما چه باید بکنیم؟» و «من برای آنچه که اطرافم رخ می‌دهد، چه باید بکنم؟» صحبت می‌کند.

احساس مسؤولیت افراد جامعه نسبت به سلامتی خود در کنار آگاهی و اطلاع از حقوقی که در این زمینه دارند، می‌تواند نقش مهمی در ارتقای سلامت جامعه ایفا کند. اصولاً رویکردی برای ارتقای سلامت قابل قبول است که در آن افراد جامعه سهمی از مسؤولیت انتخاب شیوه‌های زندگی سالم را داشته باشند. مراقبت از سلامت خود، به عنوان فرآیندی که در آن یک شخص غیر متخصص به کمک اطلاعات و ظرفیت‌های



پیشگیری از عود بیماری یا انتشار آن به افراد دیگر است. طبق تعریف WHO، سبک زندگی راهی برای زندگی بر اساس الگوهای قابل تعریف رفتار است که از طریق ایجاد تعادل و تعامل بین ویژگی‌های فردی، مناسبات اجتماعی و شرایط زندگی اجتماعی، اقتصادی و محیطی یک فرد تعیین می‌شود.

### استفاده منطقی از خدمات سلامت

سلامت از شاخص‌های مهم توسعه یافتگی در هر جامعه است. عدم دسترسی به خدمات سلامت و وجود نابرابری در تأمین هزینه‌های خدمات سلامت می‌تواند منجر به الگوهای نامتعارف مصرف خدمات شود و تأثیر جبران ناپذیری در سلامت مردم بگذارد. تفاوت‌هایی در استفاده از خدمات برای گروه‌های مختلف جامعه وجود دارد. عوامل جمعیت‌شناختی، اقتصادی، اجتماعی و سیاسی مختلفی در ایجاد نابرابری‌های سلامت تأثیرگذار است. همچنین عواملی از قبیل سطح سواد، سطح درآمد، خانوارها، توزیع ثروت در جامعه، داشتن آگاهی لازم، زمینه‌های فرهنگی، شیوه‌های زندگی و طبقات اجتماعی بر سلامت مردم تأثیر گذارند و نادیده گرفتن آن‌ها منجر به عدم برقراری عدالت در سلامت جامعه خواهد بود.

### افراد جامعه دارای مسؤولیت‌هایی مرتبط با سلامت هستند که عبارتند از:

- یادگیری و به‌کارگیری شیوه زندگی سالم
- استفاده منطقی از خدمات سلامت
- در اختیار قراردادن اطلاعات مربوط به سلامتی خود به ارایه دهندگان خدمات
- مشارکت فعال در تصمیم‌گیری استفاده از خدمات
- همکاری و استفاده مناسب از سازوکار مربوط به شکایات

### سبک زندگی سالم

سبک زندگی سالم منبعی ارزشمند برای کاهش شیوع و تأثیر مشکلات بهداشتی، ارتقای سلامت، تطابق با عوامل استرس‌زای زندگی و بهبود کیفیت زندگی است. مراقبت از خود شامل رعایت قواعد ساده رفتاری در رابطه با رژیم غذایی، خواب، ورزش، وزن بدن، مصرف دخانیات، الکل و داروهاست. دیگر اقدام‌های مراقبت از خود شامل توجه به بهداشت فردی، ترویج عادات و شیوه زندگی مفید برای سلامتی، پذیرفتن معاینه‌های پزشکی و غربالگری، پذیرش ایمن‌سازی و اجرای دیگر تدابیر مربوط به پیشگیری از بیماری‌ها، مراجعه زودرس به هنگام بیماری و قبول درمان، اجرای تدابیر مربوط به



## در اختیار قرار دادن اطلاعات مربوط به سلامتی خود

### به ارایه دهندگان خدمات

درمانی آشنا باشند و همچنین با مراکز ارایه دهنده خدمات بهداشتی و درمانی و حمایتی معتبر در دسترس و انواع خدمات آن‌ها نیز آشنایی داشته و به تبع آن از قوانین مربوط آگاه بوده و بدانند در صورت نیاز از چه کانالی شکایت خود را مطرح نموده و پیگیری کنند. به عنوان مثال مطابق قانون تعزیرات حکومتی امور بهداشتی و درمانی مصوب ۱۳۶۷/۱۲/۲۳، تخلفات در این بخش به سه گروه زیر تقسیم می‌شود:

۱. تخلفات خدمات تشخیصی و درمانی
  ۲. تخلفات توزیع و فروش دارو و شیرخشک و ملزومات پزشکی، دندان پزشکی و آزمایشگاهی
  ۳. تخلفات تولید، توزیع، فروش مواد خوردنی، آشامیدنی، آرایشی و بهداشتی
- و سامانه ۱۹۰ نیز در حال حاضر دریافت کننده شکایات و پیگیر آن می باشد.

### جمع بندی

هنگامی که مردم در رابطه با سلامت و کاربرد آن در تأمین و ارتقای سلامت خویش آگاه شوند، احساس نیاز کرده و در نتیجه جامعه عرضه خدمات سلامت را طلب می‌کند. پیشگیری موفق نیز نیازمند درجات بالایی از همکاری مردم است که سلامت افراد جامعه و موفقیت سیستم خدمات سلامتی را باعث می‌شود.

دسترسی به اطلاعات کامل بیمار در بهبود مراقبت‌های بالینی و کاهش اشتباهات پزشکی بسیار مهم است. پرونده سلامت شامل همه مراقبت‌های بهداشتی درمانی در طول زندگی یک فرد است و در سیستم‌های بهداشتی درمانی به شکل محرمانه نگهداری می‌شود.

## مشارکت فعال در تصمیم‌گیری استفاده از خدمات

افراد جامعه باید مهارت‌های مذاکره در خصوص مسایل سلامت را کسب کرده و به طور فعال در فرآیندهای تصمیم‌گیری شرکت کنند. مشارکت جامعه متأثر از موانع و مسایل شایعی است که بر زندگی روزمره مردم اثر می‌گذارد. این مسأله، نکته ای کلیدی در نحوه درگیر ساختن جوامع و توسعه ظرفیت آن‌هاست. بنابراین حل بسیاری از معضلات بهداشتی و تعیین اولویت‌های خدمات می‌تواند بر پایه مشارکت مردم و جلب حمایت سازمان‌های مردم نهاد<sup>۱</sup> انجام گیرد.

## همکاری و استفاده مناسب از سازوکار مربوط به شکایات

مردم بایستی با حقوق خود و اعضای خانواده به عنوان یک دریافت کننده آگاه و خیره خدمات بهداشتی و

1. NGO

### منابع

- مفتون، فرزانه، فرزندی، فرانک، آیین پرست، افسون، آذین، سیدعلی، امیدواری، سپیده، جهانگیری، کتایون، صدیقی، ژیلا، عبادی، مهدی، منتظری، علی، و وحدانی نیا، مریم سادات. (۱۳۹۰). مسؤولیت سلامت افراد جامعه به عهده کیست: مطالعه سلامت از دیدگاه مردم ایران. پایش، ۱۰(۳)، ۳۴۷-۳۵۳.
- رفیعی فر، شهرام. (۱۳۸۳). از آموزش سلامت تا سلامت، اداره ارتباطات و آموزش سلامت معاونت سلامت، وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی.
- علی اکبری صبا، روشنگر. (۱۳۹۵). آمارگیری بهره‌مندی از خدمات سلامت در کشور، (۱۳۹۴)، گروه پژوهشی طرح‌های فنی و روش‌های آماری، پژوهشکده آمار.
- پارک، جی ای. (۲۰۰۲). درسنامه پزشکی پیشگیری و اجتماعی، کلیات خدمات بهداشتی، ترجمه دکتر حسین شجاعی تهرانی، جلد دوم، ویرایش هفدهم.
- قانون تعزیرات حکومتی امور بهداشتی و درمانی (۱۳۶۷)، مصوبه مجمع تشخیص مصلحت نظام اسلامی.
- Daniels N. Just health: replies and for their thoughts. Journal of Medical Ethics 2009; 85: 36-41