

بررسی جایگاه عوامل اجتماعی تعیین کننده سلامت  
با تأکید بر نقش آموزش

# بهورزان و توسعه سواد سلامت



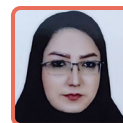
سمیرا ابراهیمی

مربی مرکز آموزش بهورزی  
دانشگاه علوم پزشکی آذربایجان غربی



زهرا بقالی

مدیر مرکز آموزش بهورزی  
دانشگاه علوم پزشکی آذربایجان غربی



## اهداف آموزشی

امید است خوانندگان محترم پس از مطالعه مقاله:

عوامل اجتماعی تعیین کننده سلامت در سطح جامعه را شناسایی و تبیین کنند.

نقش آموزش در ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماری‌ها را بیان کنند.

ارتباط میان سواد سلامت و پیامدهای سلامت در جوامع روستایی را شرح دهند.

راهبردهای توانمندسازی جامعه در برنامه‌های ارتقای سلامت را به کار گیرند.

مداخلات اجتماعی مبتنی بر جامعه برای بهبود شاخص‌های سلامت را طراحی و اجرا کنند.

بهورزان به‌عنوان نخستین سطح تماس جامعه با نظام سلامت، نقشی اساسی در ارتقای سلامت، پیشگیری از بیماری‌ها و شناسایی عوامل مؤثر بر سلامت جوامع دارند. در سال‌های اخیر، توجه به عوامل اجتماعی تعیین‌کننده سلامت (SDH)<sup>۱</sup> به‌عنوان چارچوبی کلیدی در تحلیل نابرابری‌های سلامت افزایش یافته است و رویکرد سنتی «درمان‌محور» جای خود را به نگاهی جامع‌تر به نام «عوامل اجتماعی تعیین‌کننده سلامت» (SDH) داده است. این عوامل شامل وضعیت اقتصادی، سطح تحصیلات، دسترسی به خدمات سلامت، محیط زندگی و ساختارهای اجتماعی است که به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم بر پیامدهای سلامت اثر می‌گذارند و تبیین‌کننده بخش مهمی از تفاوت‌های مشاهده‌شده در وضعیت سلامت افراد و گروه‌های مختلف اجتماعی هستند.

در این میان، سواد سلامت به‌عنوان پلی میان دانش و رفتار، ظرفیت اصلی بهورزان برای ایجاد تغییر رفتار است. بهورزان و مراقبان سلامت به دلیل ارتباط نزدیک با خانواده‌ها و جامعه روستایی و شهری، ظرفیت قابل توجهی در ارتقای سواد سلامت و تعدیل اثرات نامطلوب عوامل اجتماعی دارند. نقش فعال بهورز و مراقب سلامت در آموزش، پایش و مداخله مبتنی بر نیاز می‌تواند سهم مهمی در کاهش نابرابری‌های سلامت و بهبود پیامدهای بهداشتی جامعه ایفا کند. از این‌رو، بررسی جایگاه ارایه دهندگان خدمات سطح اول در مواجهه با SDH می‌تواند به بهبود برنامه‌ریزی‌ها و سیاست‌های ارتقای سلامت کمک شایانی کند.

### مفهوم عوامل اجتماعی تعیین‌کننده سلامت (SDH)

عوامل اجتماعی تعیین‌کننده سلامت، مجموعه‌ای از شرایط و سازوکارهای اجتماعی هستند که زمینه‌ساز تفاوت در فرصت‌های سلامت میان افراد و گروه‌های مختلف می‌شوند. این عوامل معمولاً



### بهورزان و مراقبان سلامت به دلیل ارتباط نزدیک با خانواده‌ها و جامعه روستایی و شهری، ظرفیت قابل توجهی در ارتقای سواد سلامت و تعدیل اثرات نامطلوب عوامل اجتماعی دارند.



خارج از حوزه مستقیم درمان قرار دارند، اما به شکل غیرمستقیم و پیوسته بر وضعیت سلامت اثر می‌گذارند. (۱) بهورزان و مراقبان سلامت، به‌دلیل ارتباط نزدیک با جمعیت‌های روستایی و خانوارهای تحت پوشش شهری، در خط مقدم شناسایی، رصد و مدیریت پیامدهای SDH قرار دارند و می‌توانند نقش تعیین‌کننده‌ای در کاهش نابرابری‌های سلامت ایفا کنند. (۱)

#### برخی از مهم‌ترین ابعاد SDH عبارتند از:

##### • وضعیت اقتصادی و درآمد

بهورز و مراقب سلامت می‌تواند با شناسایی خانوارهای کم‌درآمد، کودکان دچار سوءتغذیه، زنان

باردار در معرض خطر و سالمندان فاقد حمایت اقتصادی، مداخلات آموزشی، ارجاعی و حمایتی را هدفمندتر انجام دهد. شناسایی خانوارهای دارای محرومیت اقتصادی، گزارش‌دهی و هدایت خانوارها به برنامه‌های حمایتی (کمیت‌ه امداد، بهزیستی، سبدهای تغذیه‌ای و...) از وظایف کلیدی بهورزان و مراقبین سلامت در این حوزه است.

#### • آموزش و مهارت‌ها

سطح سواد عمومی و سواد سلامت خانواده‌ها بشدت بر رفتارهای سلامت‌محور، تأثیر می‌گذارد. بهورزان و مراقبان سلامت به عنوان آموزش‌دهنده بهداشت در جامعه، نقش مهمی در ارتقای سواد سلامت، ساده‌سازی پیام‌های آموزشی و اصلاح باورهای غلط دارد. آموزش‌های آن‌ها می‌تواند احتمال مشارکت افراد در مراقبت‌های پیشگیرانه و درمانی را تقویت کند.

#### • محیط زندگی

بهورزان با حضور مستمر در روستاها، بهترین موقعیت را برای ارزیابی شرایط محیطی مانند کیفیت آب آشامیدنی، وضعیت بهسازی محیط، دفع پسماند، بهداشت منازل، تراکم جمعیت و عوامل خطر محیط کار دارند. گزارش تخلفات، راهنمایی برای بهسازی محیط و آموزش در زمینه بیماری‌های مرتبط با آب، هوا و آلودگی‌ها از اقدامات اساسی بهورز محسوب می‌شود.

#### • دسترسی به خدمات بهداشتی و درمانی

بهورز و مراقب سلامت نقشی محوری در کاهش فاصله خدماتی دارد. او با ارایه مراقبت‌های اولیه، تکمیل پرونده سلامت، پیگیری واکسیناسیون، مراقبت مادر و کودک و ارجاع بموقع بیماران می‌تواند بسیاری از موانع دسترسی مانند تأخیر در مراجعه، ناآگاهی از خدمات، یا مشکلات حمل‌ونقل را جبران کند.

#### • شبکه‌ها و حمایت‌های اجتماعی

بهورزان به دلیل شناخت دقیق خانواده‌ها و روابط اجتماعی در روستا، قادرند افراد تنها، زنان سرپرست خانوار، سالمندان بدون حمایت

کودکان آسیب‌پذیر را شناسایی کرده و از طریق تقویت مشارکت اجتماعی، تشکیل گروه‌های همیار و پیوند با نهادهای حمایتی، نقش مؤثری در کاهش فشارهای روانی و اجتماعی ایفا کنند.

#### • فرهنگ و هنجارهای اجتماعی

با توجه به آشنایی عمیق بهورزان با باورها، سنت‌ها و هنجارهای جامعه محلی، آن‌ها توانایی منحصربفردی در شناسایی نگرش‌های نادرست مانند ترس از واکسن، باورهای غلط درباره بارداری، یا رفتارهای پرخطر و اصلاح تدریجی آن‌ها از طریق آموزش چهره‌به‌چهره، گفت‌وگوهای خانوادگی و اجرای برنامه‌های جامعه‌محور دارند.

به‌طور کلی، بهورزان با نقش محوری خود در شبکه بهداشت، می‌توانند اثر عوامل اجتماعی تعیین‌کننده سلامت را به‌طور مؤثر کاهش داده و با ارتقای سواد سلامت، بهبود محیط زندگی، افزایش دسترسی و اصلاح نگرش‌های فرهنگی، به کاهش نابرابری‌های سلامت در سطح جامعه کمک کنند. (۱)

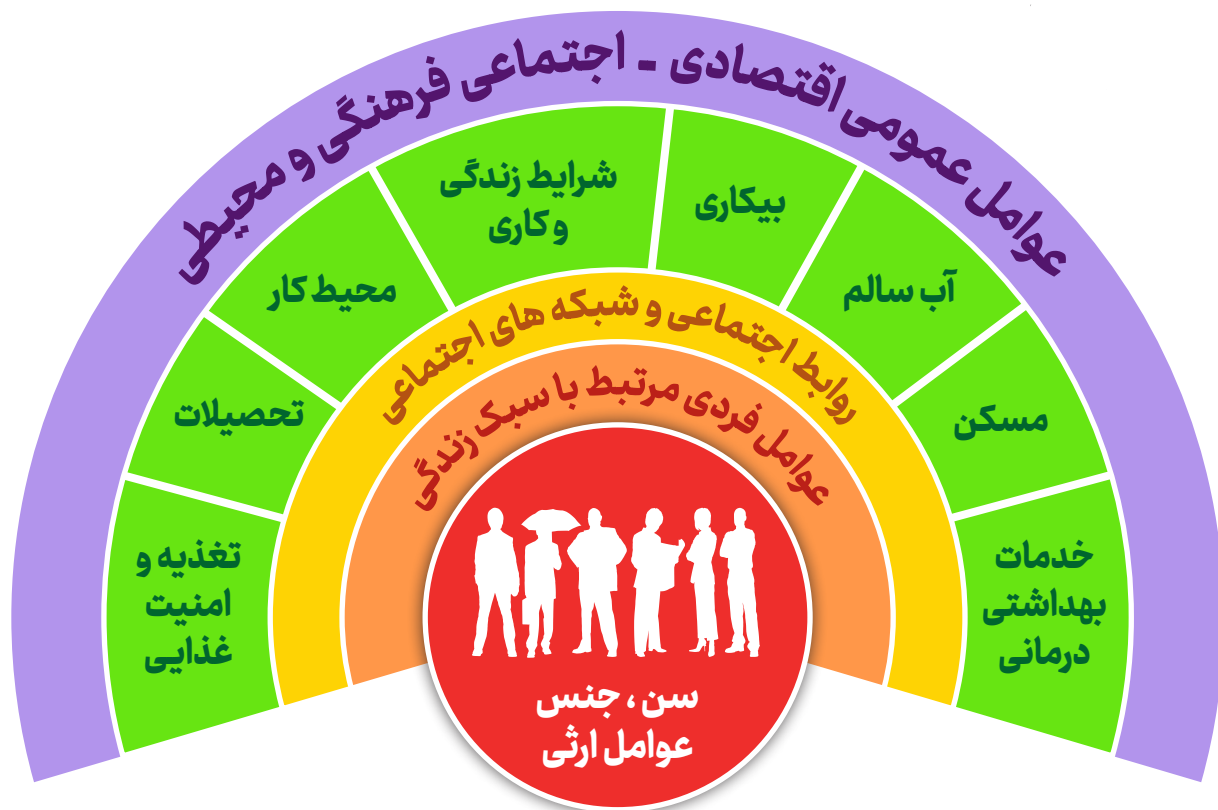
### مؤلفه‌های اجتماعی مؤثر بر سلامت: عوامل کلیدی

#### ۱. آموزش و نقش آن در رفتارهای سلامت

آموزش یکی از بنیادی‌ترین عوامل اجتماعی تعیین‌کننده سلامت است. سطح سواد و آموزش به افراد کمک می‌کند تا:

- اطلاعات سلامت را بخوانند و درک کنند.
- خطرات را بهتر تشخیص دهند.
- تصمیم‌های آگاهانه در خصوص پیشگیری، تشخیص و درمان بگیرند.
- در مواجهه با بیماری، از مسیرهای درست مراقبتی استفاده کنند.

در نتیجه، افراد با آموزش مناسب، غالباً قدرت بیشتری در به‌کارگیری توصیه‌های بهداشتی دارند. این موضوع می‌تواند به شکل مستقیم بر کاهش رفتارهای پرخطر مانند تغذیه نامناسب یا بی‌توجهی



محدود کند. برخی از این موانع عبارتند از:

- فاصله مکانی و محدودیت حمل و نقل
  - هزینه های درمان و پوشش بیمه
  - نبود زمان کافی برای مراجعه
  - ضعف آگاهی درباره حقوق بیماران و مسیرهای پیگیری
  - کمبود خدمات آموزشی و مشاوره ای در مراکز سلامت.
- در چنین شرایطی، آموزش و سواد سلامت می تواند نقش جبرانی داشته باشد و با کاهش سردرگمی و افزایش توانایی افراد برای استفاده از خدمات مناسب، زمان اقدام برای درمان را کوتاه تر کند. (۲)

#### ۴. شبکه های اجتماعی، حمایت خانواده و احساس تعلق

شبکه های اجتماعی و حمایت های خانوادگی می توانند به شکل مهمی بر سلامت اثر بگذارند. حمایت اجتماعی، استرس روانی را کاهش می دهد، انگیزه برای پیگیری توصیه های درمانی را افزایش می دهد و احتمال حمایت در زمان بیماری

به علایم هشداردهنده و افزایش رفتارهای محافظتی مانند غربالگری ها و واکسیناسیون اثر بگذارد. (۲)

#### ۲. سواد سلامت و توانمندسازی فردی

سواد سلامت مفهومی فراتر از توانایی خواندن و نوشتن است. سواد سلامت به معنای توانایی افراد در دستیابی به اطلاعات سلامت، فهم و ارزیابی آن و به کارگیری اطلاعات برای تصمیم گیری های مناسب است.

این مهارت ها می توانند مسیرهایی برای بهبود پیامدهای سلامت فراهم کنند. به عنوان نمونه، وقتی فرد توصیه های مربوط به نحوه مصرف دارو را بهتر می فهمد، احتمال خطا در مصرف کاهش می یابد. همچنین افراد با سواد سلامت بالاتر، در مواجهه با علایم بیماری زودتر به مراکز درمانی مراجعه می کنند و از درمان های خودسرانه پرهیز می کنند. (۲)

#### ۳. موانع اجتماعی دسترسی به خدمات

موانع اجتماعی می تواند دسترسی به خدمات را



را بالا می‌برد. همچنین وجود شبکه‌های حمایتی می‌تواند در اجرای برنامه‌های پیشگیری، مشارکت اجتماعی ایجاد کند؛ برای مثال، خانواده‌ها و گروه‌های رابط سلامت می‌توانند در رساندن اطلاعات درست به افراد و یادآوری رفتارهای سالم نقش داشته باشند. (۲)

## ۵. فرهنگ، باورها و نقش ارتباطات

باورهای فرهنگی و هنجارهای اجتماعی می‌توانند بر نحوه دریافت پیام‌های سلامت اثر بگذارند. در صورتی که پیام‌ها با زبان ساده، متناسب با سطح دانش مخاطب و همراه با مثال‌های کاربردی ارائه نشود، احتمال سوءبرداشت یا بی‌اعتمادی افزایش می‌یابد. بنابراین برای ارتباط مؤثر در سلامت باید، از زبان قابل فهم استفاده شود، به نگرانی‌های واقعی افراد پاسخ دهد و راهکارهای عملی ارائه کند. (۲)

### مسیرهای اثرگذاری SDH بر سلامت

عوامل اجتماعی تعیین‌کننده سلامت معمولاً از مسیرهای متعدد و همزمان بر پیامدهای سلامت اثر می‌گذارند. (۲) این مسیرها می‌توانند شامل موارد زیر باشند:

**مسیر رفتاری:** آموزش و سواد سلامت بر تغییر سبک زندگی و رفتارهای فردی مانند تغذیه، فعالیت بدنی، مصرف صحیح دارو و مراجعه بموقع اثر می‌گذارد.

**مسیر زیستی:** شرایط نامناسب زندگی، استرس مزمن و محرومیت‌ها می‌تواند فرایندهای زیستی را تحت تأثیر قرار دهد.

**مسیر دسترسی:** موانع اقتصادی و جغرافیایی موجب تاخیر در تشخیص و درمان می‌شود.

**مسیر اجتماعی روانی:** حمایت اجتماعی، احساس تعلق و کیفیت روابط بر سلامت روان و در نهایت بر سلامت جسمی اثرگذار است.

**مسیر نظام سلامت و سیاست‌گذاری:** کیفیت و نحوه ارائه خدمات بهداشتی، میزان پوشش برنامه‌های پیشگیری و دسترسی به آموزش، می‌تواند نابرابری‌های سلامت را کاهش یا افزایش دهد.

**نقش فعال بهورز و مراقب سلامت در آموزش، پایش و مداخله مبتنی بر نیاز می‌تواند سهم مهمی در کاهش نابرابری‌های سلامت و بهبود پیامدهای بهداشتی جامعه ایفا کند.**



### مسیرهای بهبود وضعیت سلامت با تمرکز بر نقش آموزش و سواد سلامت

- **طراحی آموزش‌های هدفمند و متناسب با نیاز جامعه** برای افزایش اثرگذاری آموزش، لازم است برنامه‌ها مبتنی بر نیازسنجی طراحی شوند. این نیازسنجی می‌تواند شامل بررسی وضعیت سواد سلامت، سطح آگاهی، باورهای رایج و موانع دسترسی باشد. همچنین آموزش می‌بایست با زبان ساده و قابل فهم ارائه شده و با استفاده از ابزارهای دیداری و نمونه‌های واقعی و متناسب با گروه‌های مختلف سنی و آموزشی تنظیم شود.

- **توانمندسازی بهورزان، مراقبین سلامت در نقش آموزش دهنده (تسهیل‌کننده سلامت)**

در نظام مراقبت سلامت، نقش نیروی انسانی آموزش‌دیده بسیار تعیین‌کننده است. بهورزان و مراقبان سلامت می‌توانند با برگزاری جلسات آموزشی کوتاه و کاربردی، پیگیری حضوری یا غیرحضوری و ایجاد گفتگوهای دوطرفه، کمک کنند تا اطلاعات سلامت به تغییر رفتار واقعی تبدیل شود.

## خانواده‌ها و گروه‌های رابط سلامت می‌توانند در رساندن اطلاعات درست به افراد و یادآوری رفتارهای سالم نقش داشته باشند.



### • بهبود کیفیت ارتباط سلامت و کاهش سوءبرداشت

یکی از چالش‌های رایج، عدم درک درست پیام‌های سلامت است. برای کاهش سوءبرداشت می‌توان از راهکارهای زیر بهره گرفت:

- استفاده از «بازگویی توسط فراگیر» (Teach-back) برای اطمینان از فهم واقعی
- ارائه دستورالعمل‌های مرحله‌ای (خرد کردن دستورالعمل‌ها و ارائه آموزش‌ها در قالب گام‌های کوچک و مرحله‌بندی شده تا برای مخاطب خسته کننده نباشد)
- پرهیز از جملات پیچیده و اصطلاحات تخصصی بدون توضیح

### • تقویت سواد سلامت در موضوعات کلیدی

- آموزش و سواد سلامت باید بر موضوعات دارای بیشترین اثر در پیامدهای سلامت تمرکز کند؛ از جمله:
- تغذیه سالم و پیشگیری از سوءتغذیه
- فعالیت بدنی و مدیریت وزن
- بهداشت فردی و کنترل عوامل خطر
- پیشگیری از بیماری‌های واگیر و پیشگیری واکسیناسیون
- غربالگری‌های دوره‌ای و تشخیص زودهنگام
- آموزش برای مصرف صحیح دارو و پیشگیری درمان.

## پیشنهاد‌های اجرایی برای برنامه‌های آموزشی

1. برنامه‌های منظم آموزش به صورت جامعه‌محور اجرا شود تا افراد با محیط زندگی خود ارتباط معنایی برقرار کنند.
2. اطلاعات سلامت، نه به صورت تخصصی بلکه هم‌تراز با سطح سواد مخاطب ارائه شود.
3. سنجش اثر آموزش در قالب شاخص‌های قابل اندازه‌گیری انجام شود. (مثل افزایش میزان دانش، بهبود رفتارهای بهداشتی و کاهش خطا در مصرف دارو)
4. استفاده از مشارکت خانواده و شبکه‌های اجتماعی در جلسات آموزشی تقویت شود.
5. ایجاد مسیرهای ارتباطی منظم بین آموزش‌دهندگان و مخاطبان از طریق پیگیری‌های دوره‌ای برای استمرار رفتارهای سالم طراحی شود.

## خودآزمایی

«فرض کنید در روستای تحت پوشش شما، به دلیل رعایت‌نشدن بهداشت محیط، میزان ابتلای کودکان به بیماری‌های گوارشی افزایش یافته است. با توجه به مباحث مطرح‌شده در مقاله درباره مؤلفه‌های اجتماعی مؤثر بر سلامت، شما به عنوان بهورز، علاوه بر درمان دارویی، چه آموزش‌ها یا مداخلات اجتماعی را با همکاری نهادهای روستا برای حل ریشه‌ای این مشکل پیشنهاد می‌کنید؟»

## منابع

1. وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی. دفتر سلامت اجتماعی. (۱۳۹۷). راهنمای عوامل اجتماعی تعیین‌کننده سلامت و نقش مراقبت‌های اولیه در کاهش نابرابری‌های سلامت. تهران: وزارت بهداشت.
2. P B, Gottlieb L. social determinants of health: it's time to consider the causes of the causes Public Health Reports. 2014;129:19-31.
3. Solar O, Irwin A. A conceptual framework for action on the social determinants of health. World Health Organization. 2010.
4. Sørensen K, Van den Broucke S, Fullam J. Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models. 2012.
5. Panahi R, Ebrahimi G, ahmadi A. Health Literacy: A Key Component for Controlling Social Determinants of Health. Journal of Education and Community Health. 2018;5(1):1-3.
6. World Health Organization. Social determinants of health: Education access and quality. 2024.