

آموزش و ارتقاء سلامت نوجوانان

(مبانی بر رفتارهای پرخطر و نیازهای نوجوانان)

دکتر زهره شاه حسینی

استادیار دانشگاه علوم پزشکی مازندران

دکتر زینب حمزه گردشی

استادیار دانشگاه علوم پزشکی مازندران

انتشارات تالیفین

معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی مازندران

سرشناسه: شاه حسینی، زهره / ۱۳۴۴

عنوان و نام پدیدآور: آموزش و ارتقا، سلامت نوجوانان: مبتنی بر رفتارهای پرخطر و

نیازهای نوجوانان/ زهره شاه حسینی، زینب حمزه گردشی

مشخصات نشر: ساری: شلفین، ۱۳۹۲

مشخصات ظاهری: ۱۸۶ ص: جدول، نمودار.

فهرست نویسی بر اساس فیپا

شابک: ۷- ۲۹۷- ۱۰۰- ۶۰۰- ۹۷۸

یادداشت: واژه نامه. کتابنامه. نمایه

موضوع: نوجوانان - بهداشت. نوجوانان - بهداشت روانی. نوجوانان -

مسائل اجتماعی و اخلاقی. بلوغ (روانشناسی)

شناسه افزوده: حمزه، زینب، ۱۳۵۴

رده بندی کنگره: ۱۳۹۲ ۲ آ ۸ ش ۵ / ۵۶۴ RA

رده بندی دیویی: ۴۳۳/۶۱۳

شماره کتابشناسی ملی: ۳۱۲۷۲۳۶

آموزش و ارتقاء سلامت نوجوانان

دکتر زهره شاه حسینی

دکتر زینب حمزه گردشی

انتشارات شلفین

معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی مازندران

مازندران - ساری. تلفن: ۰۱۵۱-۲۲۹۵۲۸۰

Email:shelfin_sari@yahoo.com

فهرست مطالب

مقدمه	۷
-------	---

فصل اول: نوجوانی، رشد جسمانی و جنسی

تعریف نوجوانی و کاربرد آن در سلامت عمومی	۱۱
ویژگی‌های دوران نوجوانی	۱۳
رشد جسمانی و جنسی در دختران نوجوان	۱۸
رشد جسمانی و جنسی در پسران نوجوان	۲۰

فصل دوم: سلامتی

سلامتی و ابعاد آن	۲۵
عوامل تعیین‌کننده سلامتی	۲۷
عوامل اجتماعی تعیین‌کننده سلامت	۲۹
اهمیت سلامت در دوران نوجوانی	۳۶
سلامت نوجوانان و تعهدات بین‌المللی	۴۰
سلامت باروری نوجوانان	۴۳

فصل سوم: رفتار

تعریف رفتار	۴۹
عوامل مؤثر بر رفتار انسان	۵۰
رفتار بهداشتی	۵۱
اهمیت رفتارهای بهداشتی	۵۱

۵۲	رفتارهای پرخطر نوجوانان
۵۳	صدمات غیر عمدی و عمدی
۵۹	سوء مصرف مواد
۶۵	رفتارهای پرخطر جنسی
۷۷	فعالیت فیزیکی ناکافی
۸۳	کاربرد تئوری در ارتقاء فعالیت فیزیکی
۸۵	رفتارهای ناسالم تغذیه‌ای

فصل چهارم: نیازسنجی، آموزش و ارتقاء سلامت نوجوانان

۹۱	اهمیت نوجوانی بر مبنای تبیین نیازهای سلامت
۹۶	نیاز و انواع آن
۱۰۴	نیازسنجی
۱۰۵	نیازسنجی در سلامت
۱۰۸	ارتقاء سلامت نوجوانان بر مبنای تبیین نیازها
۱۳۱	آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت
۱۳۳	اساس تئوری در ارتقاء سلامت و رفتار بهداشتی
۱۳۶	سرویس‌های سلامتی دوستدار نوجوانان (نوجوان‌پسند)
۱۳۷	نوجوانان به چه سرویس‌های سلامتی نیاز دارند؟
۱۳۸	آیا سرویس‌ها و خدمات موجود پاسخگوی نیازهای نوجوانان می‌باشد؟
۱۴۲	چگونه سرویس‌ها و خدمات سلامتی را دوستدار نوجوانان بسازیم؟
۱۴۷	منابع و مآخذ
۱۷۱	واژه‌نامه
۱۷۳	نمایه موضوعی

مقدمه

نوجوانی دوران گذار از مرحله‌ی کودکی به بزرگسالی است و مانند همه‌ی دوران‌های گذار، با مشکلات و تعارض‌ها و بحران‌هایی همراه است. با توجه به تفاوت در تغییرات نوجوانی در گستره‌ی فرهنگ‌های گوناگون، سلامت و نیازهای بهداشتی نوجوانان تا حدود زیادی از والدینشان و ارائه‌دهندگان خدمات بهداشتی متفاوت است. لذا شناخت نوجوان و نوجوانی گام اول در تأمین سلامت نوجوانان است.

کتاب "آموزش و ارتقاء سلامت نوجوانان (مبانی بر رفتارهای پرخطر و نیازهای نوجوانان)" حاوی چهار فصل است. فصل اول به تعریف نوجوانی و رشد جسمانی و جنسی آنها و ویژگی‌های دوران نوجوانی می‌پردازد. در فصل دوم عناوینی چون سلامتی و ابعاد آن، عوامل تعیین‌کننده سلامت و موضوع سلامت نوجوانان در تعهدات بین‌المللی مورد بحث قرار می‌گیرند. فصل سوم به بررسی رفتارهای بهداشتی و پرخطر نوجوانان پرداخته می‌شود. در نهایت در فصل پایانی نیازسنجی در برنامه‌های ارتقاء سلامت نوجوانان، آموزش بهداشت و

ارتقاء سلامت آنها و همچنین سرویس‌های دوست‌دار نوجوانان مورد بحث قرار می‌گیرد.

انگیزه نگارش این کتاب اهمیت خاص این مرحله از رشد در زندگی انسان، مسائل و مشکلات نوجوانان جامعه بوده است. کتاب حاضر با تشریح علل و انگیزه‌های انجام رفتارهای پرخطر در نوجوانان، تبیین نیازها و ارتقاء سلامت آنها به عنوان راهنمای جامع به دانشجویان، متخصصان مراقبت‌های بهداشتی و علاقمندان تقدیم می‌شود.

مولفان

فروردین ماه ۱۳۹۲