



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران

سازمان بهداشت و درمان

مجمع آموزشی درمانی امام (ع)

معرفی سایت های معتبر ارتقاء سلامت و آموزش به بیمار

- ✦ سامانه الکترونیک مسابقه عکس سلامت
- ✦ سامانه بازی آنلاین
- ✦ بانک جامع فیلم سلامت
- ✦ سامانه هوشمند پیام کوتاه سلامت
- ✦ سامانه آموزش سلامت همگانی
- ✦ سامانه مشاوره الکترونیک سلامت
- ✦ کتابخانه همراه سلامت
- ✦ پرتابل وب سایتهای سلامت
- ✦ انجمن علمی آموزش بهداشت و ارتقا سلامت ایرانیان.

۱- سامانه آموزش سلامت همگانی به آدرس www.iec.behdasht.gov.ir :

فضای مجازی دریچه ای به روی انسان ها گشوده است که می توانند به تمامی آنچه که می خواهند و گاهی برای بدست آوردن آن ساعت ها وقت صرف می کنند با فشار دادن چند کلید و چند کلیک دست پیدا نمایند . در دنیای صنعتی شده امروز ، شاید بیش از هر چیز خود انسان مورد غفلت واقع شده است . انسانی که بی شک سلامتی برای او حکم ارزشمند ترین گوهر را دارد ، چرا که بدون سلامتی ، زندگی مفهومی ندارد . تارنمای آموزش سلامت همگانی به عنوان یک سایت مرجع در زمینه سلامت و بهداشت مردم است که به سلامت ، فراتر از درمان بیماری ها نگاه می کند و تلاش می کند که سلامت را در همه عرصه های زندگی جاری سازد و این مهم ، با پرداختن به موضوعات مختلف در حوزه سلامت و بهداشت و با در اختیار قرار داده اطلاعات موثق و معتبر در زمینه سبک زندگی سالم محقق می شود ، چرا که آگاهی ، سلامتی را تضمین می کند . سایت آموزش سلامت همگانی شامل بخش های مختلف از جمله بهداشت فردی ، شیوه زندگی سالم ، فیلم ها و نشریات آموزشی است که عموم مردم می توانند با مراجعه به سایت به بخش های مختلف آن دسترسی داشته باشند.

۲- سامانه بازی آنلاین سلامت(بازی سلامت محور) به آدرس www.salamatgame.ir :

گسترش بازیهای اینترنتی میان کودکان ، نوجوانان و جوانان ، نشانه اهمیت اینترنت برای پر کردن اوقات فراغت و تفریح آنهاست. تعداد مخاطبان بازی های رایانه ای آنلاین در سالهای گذشته افزایش چشم گیری داشته و این بازی ها به یکی از پرتعدادترین سرگرمی های موجود تبدیل شده اند . اگر چه بازی و سرگرمی یکی از نیازهای اساسی برای تخلیه هیجان از یکسو و رشد خلاقیت های ذهنی از سوی دیگر به شمار می رود، ولی محتوای بعضا ناسالم این بازیها و استفاده بیش از حد از چنین سرگرمی هایی ، سلامت جسمی ، روانی ، اجتماعی و معنوی مخاطبین به ویژه کودکان و نوجوانان را به خطر می اندازد و می تواند عواقب ناگواری در آینده داشته باشد . معمولا برای رفع این مشکل ، توصیه می شود انتخاب نوع و میزان استفاده از بازیها زیر نظر والدین و مربیان مدرسه انجام شود . با این وصف ، وجود بازی های سالم و آموزنده متناسب با فرهنگ و آداب و رسوم ایرانی - اسلامی از جمله اقداماتی است که می توان در این حوزه برای تأمین سلامت مخاطبین انجام داد . از سوی دیگر ، به دلیل استقبال و گستردگی کاربرد این فناوری ، می توان از آن برای آموزش مبانی سلامت و بهداشت ، راه های کسب مهارتهای زندگی سالم و ترویج شیوه زندگی سالم به خصوص در سنین پایین استفاده شایانی کرد. با در نظر گرفتن مسایل فوق الذکر ، سامانه بازی آنلاین سلامت راه اندازی شده است تا ضمن پر کردن اوقات فراغت مخاطبین به خصوص کودکان و نوجوانان ، گام مؤثری در انتقال پیام های سلامت و آموزش شیوه زندگی سالم به آنها در بستر بازیها برداشته شود.

۳- سامانه الکترونیک مسابقه عکس سلامت به آدرس www.salamatpic.ir :

سامانه الکترونیک مسابقه عکس سلامت با هدف ایجاد بانک جامع عکس سلامت و در جهت ارتقای سواد سلامت جامعه راه اندازی شده است . به دلیل گستردگی حوزه تصاویر و عکس های سلامت و محدودیت حضور عکس های بومی در حوزه سلامت راه اندازی سامانه ای جهت تولید و استفاده از عکس های سلامت ، در دستور کار قرار گرفت . سامانه فوق علاوه بر پوشش تصاویر و عکس های سلامت در نظر دارد تا در حوزه نقاشی و کاریکاتورهای سلامت نیز فعالیت نماید . بخش های این سامانه عبارتند از : بیماری و عکس ، پوستر های مرتبط با سلامت و مهارتهای بهداشتی سلامت. سامانه عکس الکترونیک سلامت ، مسیری در راستای مشارکت فعال نسل جوان در حوزه سلامت از طریق تولید و ارسال تصاویر سلامت و مشارکت از طریق فرایند مسابقه است و این سامانه با برگزاری مسابقات آنلاین عکس، و انتخاب پربیننده ترین و پرمیازترین آثار ارسالی در زمینه سلامت ، به برترین آثار، جوایز اهداء خواهد کرد.

۴- سامانه ملی آموزش الکترونیک سلامت به آدرس www.ulc.ir :

در دو دهه اخیر، فناوری نوین ارتباطات و اطلاعات با دگرگون ساختن ابزارها و شیوه های تولید و انتشار اطلاعات و همچنین فراهم آوردن بستر تبادل و نشر آسان و گسترده اطلاعات موجب تحولات بنیادین در رسانه ها و آثار مختلف گردیده است. ابزارهای حاصل از این فناوری نوین، از سویی شیوه های پدید آوردن و نشر بسیاری از آثار علمی، فرهنگی و هنری را پدید آورده است که تا سالهای پایانی قرن گذشته میلادی، سرعت و وسعت دامنه انتشار، جذابیت، تنوع و حجم محتوای قابل انتشار توسط آنها در تخیل ارباب رسانه ها نیز نمی گنجیده است. بدین ترتیب، امروزه رسانه های جدیدی همچون رسانه های اینترنتی (پایگاه های اطلاع رسانی اینترنتی، خدمات و بسترهای مختلف اینترنتی) و بسته های نرم افزاری رسانه ای، در مدت زمانی کوتاه گوی سبقت را از سینما، کتاب و مطبوعات ربوده و در رقابت با رادیو و تلویزیون، فراگیرترین و مؤثرترین ابزار نشر محتوا، اطلاع رسانی و اطلاع یابی به شمار می آیند. لذا سامانه ملی آموزش الکترونیک سلامت در راستای آموزش مبانی عمومی سلامت به مردم با محوریت پیشگیری و مطابق با برنامه پنجم توسعه در بکارگیری ابزار فناوری اطلاعات طراحی شده است.

۵- سامانه مشاوره الکترونیک سلامت به آدرس www.samas.ir :

انسان برای زندگی موفقیت آمیز، نیازمند برخورداری از آرامش، سلامت جسمی، روانی و اجتماعی می باشد. تغییرات اجتماعی - فرهنگی سریع، تحول در ساختار خانواده، پیچیدگی و گسترش شبکه ارتباطات انسانی و وسعت و تنوع منابع اطلاع رسانی موجب گردیده است جوامع انسانی خصوصاً قشر جوان و نوجوان با مسائل و مشکلات متعدد مواجه شوند و از طریق توسل به روش هایی که گاه از پشتوانه منطقی و علمی برخوردار نبوده و فاقد دورنمای روشن و امید بخش هستند، به فشارها، چالش ها و انتظارات گسترده زندگی امروز واکنش نشان دهند و از این رو راه اندازی یک سیستم آنلاین که بتواند نیازهای کاربر را برطرف کند، به گونه ای که در این ارتباط حقوق کاربر حفظ شده و خدشه ای بر آن وارد نگردد، هم چنین فرد بتواند آزادانه و به دور از هر گونه ترس و دلهره ای مشکلات خود را بیان نماید، از پزشک یا مشاور مربوطه کمک بگیرد و احساس امنیت کند، ضروری به نظر می رسد. لذا سامانه مشاوره الکترونیک سلامت جهت برقراری ارتباط سریع و آسان بین کاربر و مشاور در کمترین زمان ممکن و به طوری که فرد به آسانترین نحو پاسخ خود را دریابد و سردرگم نگردد، راه اندازی شده است. سامانه سماس دارای سه بخش اصلی می باشد: - طرح سؤال با مشاور، - مشاوره از طریق پیام کوتاه و - مشاوره آنلاین.

۶- سامانه شناسایی سایت های سلامت به آدرس www.sabt.behdasht.gov.ir :

سیستم شناسایی سایت ها و وبلاگ های سلامت با هدف ارتقای دانش سلامت، هماهنگ نمودن اهداف و برنامه های کلان سلامت در فضای مجازی و با رویکرد حمایت از بخش خصوصی از طریق ایجاد زیر ساخت های ارتباطی، شناسایی مخاطبان و رفع مشکلات موجود در مسیر توسعه این سایت ها راه اندازی شده است. این سامانه در نظر دارد تا با تدوین دستورالعمل های نظارتی، حمایت از سایت های سلامت در راستای جلوگیری از تخلفات فضای مجازی و ارائه « سبب سلامت » به سایت های دارای اعتبار بالا، مردم را در انتخاب بهترین اطلاعات سلامت یاری رساند. این سایت در اصل بانک اطلاعات سایت های سلامت کشور خواهد بود و حمایت های وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی از سایت هایی انجام خواهد شد که در این سامانه ثبت شده باشند.

۷- سامانه کتابخانه همراه به آدرس www.bualisina.net :

توجه به موضوعات مختلف سلامت و در دسترس قرار داشتن محتوای تأیید شده و روزآمد در باره آنها در قالب انواع مختلف و رایجی از رسانه ها به خصوص رسانه های الکترونیک، سرعت افزایش سواد سلامت افراد جامعه و ترویج شیوه زندگی سالم را به طور قابل توجهی افزایش می دهد. وجود یک پایگاه مرجع از منابع معتبر در این زمینه و امکان استفاده از محتوای آن از طرق مختلف، ضرورتی اجتناب ناپذیر است. با در نظر گرفتن چنین رویکردی، کتابخانه همراه سلامت راه اندازی شده است. در حال حاضر این پایگاه، ۵۰ عنوان کتاب را در قالب نرم افزارهای قابل اجرا بر روی گوشی های تلفن همراه و بر روی رایانه عرضه کرده است. در این سامانه، امکان جستجوی مطالب به صورت عنوان کتاب و یا عنوان موضوع وجود دارد و فهرست موضوعی کتب آن نیز قابل مشاهده است. از امکانات بالقوه این سامانه، قابلیت عضو گیری آن می باشد که دسترسی بیشتر به کتب، بخصوص کتب جدیدتر را برای کاربر فراهم می کند. اطلاع رسانی در خصوص رخدادهای جدید و امور مرتبط با سامانه از طریق نشانی پست الکترونیک اعضا، از دیگر مزیت های عضو گیری سامانه است.

۸- بانک جامع فیلم سلامت به آدرس www.healthtube.ir :

بهداشت در دنیای امروز، رابطه تنگاتنگی با توسعه کشورها دارد و به عنوان بخش مهمی از اهداف و ابزار توسعه کشورها مطرح است و مسئله تأمین سلامت و بهداشت از اهداف مهم توسعه انسانی تلقی می گردد. از طرف دیگر روشن است هیچ جامعه ای نمی تواند جریان سازنده، فعال و خلاق را در جهت دستیابی به اهداف توسعه ایجاد کند، مگر اینکه افراد آن جامعه از سلامتی و امکانات بهداشتی کافی برخوردار باشند. دسترسی عموم مردم به منبعی قابل اعتماد که بتواند اطلاعات مورد نیاز سلامت خود را کسب نمایند، یکی از دغدغه های اصلی وزارت بهداشت بوده است. با توجه به اهمیت این موضوع و نقش فیلم های آموزشی در انتقال پیام سلامت، معاونت بهداشت با همکاری تنگاتنگ با معاونت تحقیقات و فناوری وزارت بهداشت و همچنین دانشگاه های علوم پزشکی کشور و سازمان صدا و سیما، اقدام به راه اندازی بانک جامع فیلم سلامت نموده است. این سایت این قابلیت را دارد که علاقمندان بتوانند پیام های آموزشی ساخت خود را جهت قرار گرفتن روی سایت ارسال نمایند. این پیامها پس از اصلاحات فنی و محتوایی، در سایت قابل دسترس خواهد بود.

سایتهای معتبر آموزش به بیمار

- <http://www.iec.behdasht.gov.ir> سامانه آموزش سلامت همگانی
- <http://www.salamatiran.com> پایگاه اطلاع رسانی سلامت
- <http://salem.ir> سامانه ملی سلامت
- <http://samas.ir> مشاوره الکترونیک سلامت
- <http://healthtube.ir> بانک جامع فیلم سلامت
- <http://bualisina.net> کتابخانه همراه سلامت
- <http://salamat.ulc.ir> سامانه ملی آموزش الکترونیک سلامت
- <http://nut.behdasht.gov.ir> آموزش همگانی تغذیه
- <http://salamatpic.ir> مسابقه عکس سلامت
- <http://www.magiran.com> بانک اطلاعات نشریات کشور
- <http://www.medtube.ir> بانک تخصصی فیلم پزشکی

- <http://sabt.behdasht.gov.ir> سامانه شناسایی سایت های سلامت
- <http://hnis.behdasht.gov.ir/Anonymous/frmLogin.aspx> نظام جامع اطلاعات شبکه سلامت کشور

- <http://www.salamatgame.ir> سامانه بازی آنلاین سلامت
- <http://help.tums.ac.ir> دفتر آموزش سلامت دانشگاه علوم پزشکی تهران
- <http://ceel.sums.ac.ir> آموزش به بیماران دانشگاه علوم پزشکی شیراز
- fhc.fums.ac.ir معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی شیراز
- vh.fums.ac.ir دانشگاه علوم پزشکی فسا
- <http://amiralam.tums.ac.ir> آموزش به بیمار بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی امیرالمعلم
- <http://www.daygeneralhospital.ir> آموزش به بیمار بیمارستان تخصصی دی
- <http://ta.mui.ac.ir> معاونت درمان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان
- <http://alzahra.mui.ac.ir> بیمارستان الزهرا اصفهان
- <http://www.mums.ac.ir> دانشگاه علوم پزشکی مشهد
- <http://www.razavihospital.com> بیمارستان رضوی مشهد:

- <http://www.ziaaeian.ir> بیمارستان ضیائیان
- <http://www.clinicalmedicine.ir> پزشکی بالینی
- <http://www.cardiacnursing.ir> پرستاری قلب و عروق ایران
- <http://www.nkums.ac.ir> مرکز آموزشی پژوهشی بنت الهدی
- <http://jouybari.blogfa.com> دانش پرستاری: از کلاس درس تا جامعه
- <http://emri.tums.ac.ir> کلینیک مجازی دیابت

- <http://www.iranms.ir> سامانه انجمن مولتیپل اسکلروزیس ایران
- <http://www.tim.ir> انجمن تحقیقات طب سنتی ایران

- <http://www.shiremadar.com> انجمن ترویج تغذیه با شیر مادر
- www.irankf.org انجمن خیریه حمایت از بیماران کلیوی
- www.ihepsa.com انجمن ارتقاء سلامت
- www.hiv-sti.ir شبکه کشوری اچ آی وی / ایدز و بیماریهای آمیزشی
- http://health_education.rhc.ac.ir واحد آموزش سلامت مرکز آموزشی، تحقیقاتی و درمانی قلب و عروق شهید رجائی
- <http://www.nurseeducator.ir> پرستار آموزش دهنده

- <http://www.medscape.com/medscapetoday/resource> سایت مداسکاپ:
- www.nlm.nih.gov سامانه کتابخانه ملی آمریکا
- <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/tutorials/ description of different diseases> سایت کتابخانه ملی آمریکا
- <http://webda.behdasht.gov.ir> معاونت بهداشت، بیماری های غیرواگیر
- www.nursingcounsult.com سایت نرسینگ کانسالت
- www.clinicalkey سایت کلینیکال کی