



برنامه ستاد اجرایی کشوری  
برنامه پزشکی خانواده و نظام ارجاع



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی

# برنامه پزشکی خانواده و نظام ارجاع، چراغ راه سلامت



مراقبت پیوسته

ارجاع هوشمند

پرونده الکترونیک سلامت

  
برنامه پزشکی خانواده  
و نظام ارجاع

چراغ راه سلامت

همراهی از خودمراقبتی تا درمان تخصصی و پیگیری پس از ترخیص

از خودمراقبتی تا پیگیری پس از ترخیص



## 1 خودمراقبتی و پیشگیری

چکاپ های دوره ای، فعالیت بدنی کافی و تغذیه سالم.

## 2 پزشک خانواده و تیم سلامت

بررسی جامع وضعیت سلامت، ثبت ارجاع الکترونیک و نوبت مناسب.

## 3 خدمات تخصصی

ویزیت متخصص و شروع درمان تخصصی.

## 4 خدمات بیمارستانی

در صورت نیاز، بستری یا جراحی از مسیر ارجاع و با کمترین هزینه.

## 5 پیگیری پس از ترخیص

ادامه مراقبت توسط تیم پزشک خانواده.

## چرا این مسیر مهم است؟

- کاهش سردرگمی و مراجعات غیرضروری
- جلوگیری از آزمایش ها و نسخه های تکراری
- ارتقاء ایمنی و کیفیت مراقبت
- پیگیری بهتر درمان بیماری های مزمن
- دسترسی منظم و مرحله ای به خدمات تخصصی
- اطمینان از محرمانگی اطلاعات سلامت



همراهی مستمر در تمام مراحل زندگی

## چرا به این تیم نیاز داریم؟

- بر اساس شناخت دقیق از وضعیت شما و خانواده تان تصمیم درمانی می گیرد.
- مراجعه ها و هزینه های غیرضروری را به حداقل می رساند.
- به بهداشت و پیشگیری از بیماری ها اهمیت می دهد.
- دسترسی به خدمات تخصصی را سریع تر و آسان تر می کند.
- همیشه در مسیر سلامت همراه شماست تا آرامش و آسودگی خاطر داشته باشید.

## تیم پزشکی خانواده برای شما چه می کند؟

- سلامت شما و خانواده تان را در طول سال پایش می کند.
- مراقبت های بهداشتی اولیه و پیشگیرانه را ارائه می کند.
- سوابق سلامت را ثبت و مدیریت می کند.
- بیماری ها را در مراحل اولیه تشخیص می دهد.
- در صورت بروز مشکل سلامت، خدمات درمانی اولیه و مراقبت های لازم را ارائه می دهد.
- در صورت نیاز به بررسی یا درمان تخصصی تر، شما را به متخصص مناسب ارجاع می دهد و هماهنگی های لازم را انجام می دهد.

محور مراقبت و پیگیری در نزدیک ترین پایگاه سلامت



### خدمات روزمره و پیشگیرانه

- مشاوره و معاینه اولیه و تشکیل پرونده الکترونیک سلامت
- آموزش شیوه زندگی سالم
- کنترل و پایش بیماری های مزمن مانند فشار خون، دیابت، چربی خون و بیماری های قلبی
- واکسیناسیون

### خدمات پیگیری و ارجاع

- مراقبت از کودکان، زنان و سایر گروه های سنی
- انجام آزمایش ها و ارزیابی های دوره ای سلامت
- پیگیری روند درمان و مراقبت
- ارجاع و هدایت سریع به خدمات تخصصی در صورت نیاز

خیلی خوب، خیلی نزدیک



## نحوه انتخاب

- پزشکان فعال در محدوده محل سکونت یا اشتغال خود را ببینید.
- رزومه و سوابق فعالیت آنها را بررسی کنید.
- محل خدمت و ساعات حضورشان را مشاهده کنید.
- پزشک مورد نظر خود را آگاهانه انتخاب کنید.
- امکان تغییر پزشک خانواده تا دو بار در سال وجود دارد.

## پس از انتخاب چه می شود؟

- مراقبین سلامت با شما تماس می گیرند.
- با مراجعه حضوری به پایگاه سلامت، معاینات اولیه انجام می شود.
- پرونده الکترونیک سلامت برای شما و اعضای خانواده تشکیل می شود.
- از این پس، تیم پزشکی خانواده مراقبت ها را به صورت مستمر پیگیری می کند.
- امکان ارائه خدمات درمانی در شیفت مخالف نیز فراهم است.

مجاورت، شفافیت، تغییر، مراقبت، دسترسی، خدمات



### مادر و کودک

- مشاوره های فرزندآوری
- قبل و حین بارداری و پس از زایمان
- غربالگری بیماری های نوزادان
- پایش رشد نوزاد و کودک
- واکسیناسیون کامل
- آموزش تغذیه، شیردهی و سلامت کودک

### نوجوانی و جوانی

- مشاوره های فردی و خانوادگی
- پایش سلامت روان و پیشگیری از رفتارهای پرخطر
- آموزش مهارت های زندگی و مدیریت استرس
- آموزش تغذیه سالم
- مشاوره بلوغ

### میانسالی

- غربالگری بیماری های مزمن
- اندازه گیری منظم قند و فشار خون
- آموزش تغذیه صحیح و اصلاح سبک زندگی
- تشخیص زودهنگام سرطان ها
- مشاوره سلامت روان و رفتارهای پرخطر

### سالمندی

- مراقبت های دوره ای و پیگیری وضعیت سلامتی
- ارزیابی تعادل و پیشگیری از سقوط
- پایش تحرک و دردهای مزمن
- آموزش تغذیه صحیح و اصلاح سبک زندگی
- غربالگری افسردگی
- مشاوره سلامت روان



## چرا مهم است؟

- جلوگیری از آزمایش‌ها و خدمات تکراری
- درمان سریع‌تر و دقیق‌تر
- ثبت منظم سلامت خانواده
- امنیت و محرمانگی کامل
- کاهش کاغذبازی
- کاهش خطاهای پزشکی
- کاهش هزینه‌های درمان
- کاهش زمان درمان

## چه چیزهایی ثبت می‌شود؟

- سوابق ویزیت و مراقبت
- آزمایش‌ها و تصاویر پزشکی
- داروهای دریافت شده
- حساسیت‌ها و بیماری‌های زمینه‌ای
- واکسیناسیون
- هشدارهای مهم پزشکی



## 1 خودمراقبتی و پیشگیری

چکاپ های دوره ای، مصرف منظم دارو، فعالیت بدنی کافی و رعایت تغذیه سالم

## 2 پزشک خانواده و تیم سلامت

بررسی جامع نیازها و ارجاع الکترونیک به متخصص در زمان مناسب

## 3 خدمات تخصصی

ویزیت متخصص، اقدامات تشخیصی و شروع درمان تخصصی همراه با گزارش به تیم پزشک خانواده

## 4 خدمات بیمارستانی

در صورت نیاز به بستری یا جراحی، دریافت خدمات با کمترین هزینه

## 5 پیگیری پس از ترخیص

ادامه مراقبت توسط تیم پزشک خانواده



## پیام اصلی

- مراقبت از سلامت شما در مسیری امن، آسان و ارزان پیش می رود.
- ارجاع نظام مند و هوشمند به خدمات تخصصی در صورت نیاز
- واکسیناسیون و مراقبت های دوره ای طبق برنامه ملی
- جلوگیری از مراجعه های غیرضروری
- کاهش هزینه های درمان
- مراقبت مستمر برای حفظ و ارتقای سلامت اعضای خانواده

## پاسخ های پرتکرار

- ویزیت اولیه و مراقبت های بهداشتی پایه برای کودکان، زنان و سایر گروه های سنی رایگان است.
- تا ۴ ویزیت درمانی در سال رایگان بوده و در مراجعات بعدی نیز هزینه کمتری پرداخت می شود.
- در صورت نیاز به متخصص، پزشک خانواده مناسب ترین متخصص را معرفی و نزدیک ترین زمان نوبت را هماهنگ می کند.

دست در دست و پا به پای همیم



### نتیجه این مشارکت

- همکاری و اعتماد به تیم سلامت کیفیت مراقبت را بالا می برد.
- پایبندی به نظام ارجاع، نوبت دهی سریع تر و هزینه کمتر را به همراه دارد.
- روند درمان قابل پیگیری و هماهنگ می ماند.
- برای ایجاد یک سیستم سلامت قوی، حضور مردم ضروری است.

### آنچه از مردم انتظار می رود

- پزشک خانواده را در نزدیک ترین پایگاه انتخاب کنید.
- اطلاعات خانوار را دقیق وارد کنید و پرونده الکترونیک را به روز نگه دارید.
- وقتی زمان معاینه دوره ای اعلام شد، مراجعه را به تعویق نیندازید.
- بدون هماهنگی پزشک خانواده به متخصص مراجعه نکنید.
- در انتخاب سبک زندگی سالم، فعال باشید؛ تغذیه، ورزش و ترک دخانیات.



## پیام های تکرارشونده

- آغاز مسیر سلامت: خودمراقبتی آگاهانه
- انتخاب و دسترس پذیری: خیلی خوب، خیلی نزدیک
- حمایت و همراهی: همراه تیم
- مراقبت مستمر و مقرون به صرفه: امن، آسان، ارزان

## زبان پویش

- واژگان ترجیحی: راه، همراه، چراغ، مسیر، سفر، همسفر؛ آرامش، اطمینان، اعتماد؛ پایه پا، گام به گام، پیوسته، هوشمند؛ خانواده، تداوم، مراقبت.
- واژگان ممنوعه: اجبار، کنترل، پیچیدگی، بوروکراسی، دستورالعمل، الزام قانونی.
- لحن: اطمینان بخش، همراهانه و امیدبخش.
- ریتم: آرام، پیوسته و قدم به قدم.

هر ایرانی، یک مسیر روشن و یک تیم همراه



طرح پزشکی خانواده و نظام ارجاع یعنی هر ایرانی، یک مسیر روشن و یک تیم همراه برای دستیابی به سلامت پایدار دارد.

#### برای مردم

مراقبت پیوسته  
ارجاع هوشمند  
هزینه کمتر

#### برای نظام سلامت

کاهش مراجعات غیرضروری  
جلوگیری از تکرار  
پیگیری منظم

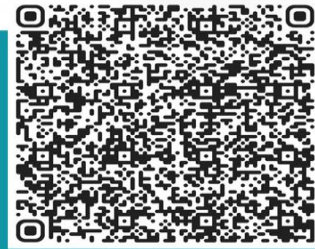
#### برای اعتماد

محرمانگی اطلاعات  
هماهنگی خدمات  
آرامش بیشتر

سلامت اتفاقی نیست؛ انتخابی است



برنامه ستاد اجرایی کشوری  
برنامه پزشکی خانواده و نظام ارجاع



[IEC.BEHDasHT.GOV.IR](http://IEC.BEHDasHT.GOV.IR)