



اداره سلامت میانسالان
دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس

هفته سلامت بانوان ایران (سبا) ۳۰-۲۴ مهرماه ۱۴۰۰

"زنان، مدیریت سلامت، مهار کرونا"

شنبه ۲۴ مهر: زنان و مدیریت اطلاعات در بحران کرونا

محورها: (دریافت اطلاعات از منابع معتبر، تشخیص منابع معتبر از غیر معتبر، استفاده صحیح و انتشار اطلاعات در شبکه های مجازی)

تعریف سواد سلامت: به میزان توانایی افراد در به دست آوردن، تحلیل کردن، و فهمیدن اطلاعات و خدمات اولیه بهداشتی که به آن نیاز دارند تا بتوانند در مورد مسائل مربوط به سلامتی خود مشارکت داشته و تصمیم های درستی را اتخاذ کنند.

تعریف رسانه: رسانه ها شامل افراد، ابزار یا موقعیت هایی هستند که به وسیله آنها پیامها دریافت می شوند. سازمان جهانی بهداشت در گزارشی، سواد سلامت را به عنوان یکی از بزرگترین عوامل تعیین کننده سلامت معرفی نموده است. اگرچه هنوز به درستی معلوم نیست که سواد سلامت تا چه حد بر نتایج سلامتی تأثیرگذار است، اما دلایل زیادی حاکی از آن است که بسیاری از نتایج ناخوشایند مرتبط با سلامتی، در نتیجه سواد سلامت ناکافی است.

توانایی های لازم در کسب سواد سلامت را به سه گروه می توان تقسیم کرد:

- ✓ توانایی درک اطلاعات نوشتاری و شفاهی که از طرف پزشک، پرستار، دارو ساز، و تیم بهداشت و درمان به فرد ارائه می شود.
- ✓ توانایی عمل کردن بر اساس دستورالعمل های مربوط به برنامه های دارویی و مراقبت های پزشکی
- ✓ توانایی خواندن اطلاعات نوشتاری مربوط به حوزه های سلامت و بهداشت مثل: برچسب ها، پیوست های مربوط به داروها، فرم های رضایت نامه و...

سواد سلامت دیجیتال (الکترونیکی):

تعریف سواد سلامت دیجیتالی: توانایی جستجو، یافتن، درک و ارزیابی اطلاعات بهداشتی مبتنی بر فضای دیجیتال (اینترنت)

در حال حاضر بیشتر افراد، اطلاعات مربوط به بیماری و سلامتی را از طریق اینترنت دریافت می کنند. بنابراین لزوم ایجاد بسترهای اینترنتی که عاری از اطلاعات غیرعلمی و به خصوص در ارتباط با همه گیری کرونا عاری از شایعات باشد، از اهمیت بسزایی برخوردار است. زنان با توجه به نقش حمایتی و مراقبتی در خانواده و ارتباط بیشتر با فرزندان و والدین، نقش اثر گذار و بسیار مهمی در سلامت خانواده و جامعه ایفا می کنند بنابراین افزایش سواد سلامت زنان جامعه از اهمیت بسیار زیادی برخوردار است. بر اساس شواهد موجود در شرایط یکسان اقتصادی

زنانی که دارای سطح سواد سلامت بالاتری هستند فرزندان سالم تری دارند. برای شکست کرونا افزایش سواد سلامت افراد جامعه بخصوص زنان یک امر بسیار ضروری است.

چگونه می‌توان سواد سلامت جامعه را افزایش داد؟

برای افزایش سطح سواد سلامت مردم، نیاز به همکاری های بین بخشی وزارتخانه ها و سازمان هایی است که به نوعی در حفظ و تامین سلامت مردم دخیل هستند و در این میان، نقش رسانه، بسیار تاثیرگذار و پُر رنگ است. زمانی که مشارکت همه افراد جامعه در مبارزه و جلوگیری از انتشار سریع عوامل بیماری زا مثل ویروس کرونا لازم می‌شود حجم بالای اطلاعات و پیچیدگی محتواها در فضای حقیقی و مجازی جامعه مانع بزرگی در واکنش سریع و صحیح اعضای جامعه محسوب می‌شود. و موجب سردرگمی در انتخاب پیام‌های صحیح و حتی برداشت نا صحیح از آن می‌شود.

بنابراین نقش آموزش مراکز و سایت‌های مورد تایید وزارت مجموعه وزارت بهداشت و دانشگاه های علوم پزشکی که منابع علمی و صحیح انتشار پیام های مرتبط با بهداشت و سلامتی هستند بسیار مهم است. موضوع مهم علاوه بر آموزش‌های پایه آموزش تشخیص پیام های صحیح و تحلیل اطلاعاتی است که فرد از طرق مختلف به دست می‌آورد.



چگونه خبر درست را از خبر جعلی تشخیص دهیم :

۱- **خبر را چه کسی نوشته است؟** در خبر درست همیشه نامی واقعی از یک خبرنگار یا روزنامه‌نگار واقعی، که قابل پیگیری باشد به‌عنوان مرجع و منبع خبر گفته می‌شود ولی در خبرهای ساختگی، شایعه یا تبلیغاتی، چنین چیزی وجود ندارد.

۲- **خبر چه چیزی می‌خواهد بگوید؟** خبر واقعی وقتی درباره موضوعی جنجالی باشد معمولاً آن را به نقل از منابع واقعی معتبر که قابل پیگیری باشند، می‌گوید. در حالی که خبر ساختگی منبع دروغین، نشانی اینترنتی ساختگی، عنوان کلی غیرقابل پیگیری، و یا با استناد به مطالب مشابه غلط انداز دیگر می‌گوید که با اندکی کندوکاو و ژرف‌نگری، نادرستی آن قابل تشخیص است.

۳- **خبر چه زمانی منتشر شده است؟** حتماً به تاریخ انتشار خبر دقت کنید اگر به کلمه‌های «خبر فوری» در خبر برمی‌خورید بیشتر دقت کنید زیرا احتمال ساختگی بودن یا تبلیغاتی بودن آن بیشتر است.

۴- خبر در کجا منتشر شده است؟ خبر درست و مهم، حتماً در خبرگزاری‌ها و وبگاه‌های مشهور دارای اعتبار نیز منتشر می‌شود. اگر خبر را برای نخستین بار در شبکه‌های اجتماعی می‌بینید باید پیش از بازنشر و فرستادن آن برای دیگران، تلاش کنید تا درستی آن را بیازمایید.

۵- از خواندن خبر چه احساسی به شما دست می‌دهد؟ خبر ساختگی مثل همه‌ی تبلیغات دیگر برای برانگیختن احساس شما طراحی شده است. پس اگر با خواندن خبری بسیار ناراحت شدید، درنگ کنید و نفس عمیقی بکشید. ادعایی که در خبر وجود دارد را دست کم در سه خبرگزاری و یا رسانه‌ی معتبر تحقیق کنید و سپس تصمیم بگیرید که خبر را ساختگی یا واقعی به حساب آورید. نباید همه چیز را زود باور کرد. هیچ چیزی بهتر از تفکر انتقادی در روبرو شدن با خبر نیست.

سواد رسانه‌ای خود را افزایش دهید عادت فوروارد کردن مطالبی که به دستتان می‌رسد را به حداقل ممکن برسانید و اگر حوصله ارزیابی مطالبی را ندارید چرخه‌ی اخبار نامعتبر را با فوروارد نکردن آن خبر قطع کنید.



توصیه‌های لازم برای انتشار اطلاعات :

- ✓ از اطلاعاتی که منبع روشن و معتبری دارند استفاده و منابع ذکر شود.
- ✓ اطلاعات نباید ترس و اضطراب کاربران را افزایش دهد.
- ✓ پیام به گونه‌ای بیان شود که مخاطب بتواند منظور پیام را به راحتی و با صرف زمان و تلاش اندک، دریافت نمایند.
- ✓ از به کار بردن اصطلاحات فنی و تخصصی پرهیز شود.
- ✓ از اصطلاحات آشنا برای مخاطب استفاده شود. (چنانچه اصطلاحات تخصصی استفاده می‌شود توضیح داده شود)
- ✓ سطح سواد و فرهنگ مخاطب مخاطب در نظر گرفته شود.
- ✓ مطالب آموزشی مهم تکرار شده و بیشتر در دسترس قرار گیرد.
- ✓ تا حد امکان از اینفوگرافی برای ارائه اطلاعات استفاده شود.

نشانی وبسایت وزارت بهداشت جهت دریافت اطلاعات:

• <https://behdasht.gov.ir>

منبع:

"راهنمای برگزاری هفته ملی سلامت بانوان ایران ۱۴۰۰"، تهیه شده توسط اداره سلامت میانسالان دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس، مهرماه ۱۴۰۰