



جمهوری اسلامی ایران
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

برنامه پرستگی خانواده و نظام ارجاع؛ چراغ راه سلامت

مسیر صحیح حرکت در نظام سلامت

مقصد: سلامت؛ مسیر: پرستگی خانواده و نظام ارجاع



مقدمه

در مسیر سلامت، داشتن راهنما و نقشه مطمئن، سردرگمی و نگرانی را کم می‌کند. نظام سلامت نوین بر اساس ارجاع مناسب و به موقع، مسیری منظم و مرحله‌ای پیش پای شما می‌گذارد. به عبارت دیگر، از آموزش‌های خودمراقبتی تا درمان تخصصی و فوق تخصصی، تیم پزشکی خانواده همراه شماست؛ از توصیه به تحرک و تغذیه سالم و کنترل فشار خون تا ارجاع به خدمات تخصصی، از ارجاع به متخصص و خدمات فوق تخصصی تا پیگیری و مراقبت پس از درمان و تسکین.

نقشه راه سلامت

۱. **خودمراقبتی و پیشگیری:** نخستین و مهم‌ترین گام، مراقبت از خود است:

- انجام چکاپ‌های دوره‌ای
- مصرف منظم داروهای تجویزی
- فعالیت بدنی کافی
- رعایت تغذیه سالم

این اقدامات پایه‌ای، سلامت شما را پایدار نگه می‌دارد و از بروز بسیاری از بیماری‌ها جلوگیری می‌کند.

۲. **پزشک خانواده و تیم سلامت:** پزشک خانواده نزدیک‌ترین همراه شما در مسیر سلامت است. دسترسی به سوابق کامل سلامت شما دارد.

نیازهای شما را با دید جامع بررسی می‌کند. در صورت نیاز، با ثبت ارجاع الکترونیک و گرفتن نوبت، شما را در زمان مناسب به متخصص مرتبط ارجاع می‌دهد.

۳. **خدمات تخصصی:** در کلینیک‌ها و درمانگاه‌های تخصصی، متخصصان شما را ویزیت می‌کنند، اقدامات تشخیصی لازم را انجام می‌دهند و درمان تخصصی را آغاز می‌کنند. سپس گزارش اقدامات و روند درمان را برای تیم پزشک خانواده ارسال می‌کنند تا پیگیری‌ها به درستی ادامه یابد.

۴. **خدمات بیمارستانی:** اگر شرایط شما نیازمند بستری یا انجام عمل جراحی باشد، از طریق ارجاع وارد بیمارستان می‌شوید و خدمات لازم را با کمترین هزینه دریافت می‌کنید.

۵. پیگیری پس از ترخیص: پس از ترخیص از بیمارستان، برای ادامه مراقبت: تیم پزشک خانواده وضعیت شما را پیگیری می‌کند.

چرا این مسیر اهمیت دارد؟

پیروی از این مسیر سلامت مزایای مهمی برای شما و نظام سلامت دارد:

• کاهش سردرگمی و مراجعات غیرضروری

شما دقیقاً می‌دانید در هر مرحله باید به کجا مراجعه کنید و چه خدماتی دریافت می‌کنید؛ این کار از رفت‌وآمدهای بی‌هدف و هزینه‌های اضافی جلوگیری می‌کند.

• جلوگیری از آزمایش‌ها و نسخه‌های تکراری

پزشک خانواده سوابق شما را دارد و هماهنگی بین ارائه‌دهندگان خدمات باعث می‌شود آزمایش یا داروی قبلاً انجام شده دوباره تکرار نشود.

• ارتقاء ایمنی و کیفیت مراقبت

تصمیم‌گیری‌ها بر اساس اطلاعات کامل و یکپارچه انجام می‌شود و این موضوع خطاهای پزشکی را کاهش داده و کیفیت مراقبت را افزایش می‌دهد.

• پیگیری بهتر درمان بیماری‌های مزمن

در بیماری‌های طولانی‌مدت مثل دیابت، فشار خون یا بیماری‌های قلبی، تیم پزشک خانواده وضعیت شما را به‌طور مستمر دنبال می‌کند و مانع از قطع یا اختلال در درمان می‌شود.

• دسترسی منظم و مرحله‌ای به خدمات تخصصی

با ارجاع درست و به‌موقع، بدون اتلاف وقت مستقیماً به متخصص مرتبط هدایت می‌شوید و خدمات تخصصی با نظم و اولویت‌بندی ارائه می‌شود.

• اطمینان از محرمانگی اطلاعات سلامت

اطلاعات شما فقط در اختیار تیم درمانی مجاز قرار دارد و به‌صورت امن در سامانه‌های سلامت نگهداری می‌شود؛ این یعنی حفظ حریم خصوصی و اعتماد بیشتر.



جمهوری اسلامی ایران
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

برنامه پزشکی خانواده و نظام ارجاع چراغ راه سلامت

ستاد اجرایی کشوری برنامه پزشکی خانواده و نظام ارجاع



iec.behdasht.gov.ir

