



---

به نام او

ارجاعیات در  
مراقبت های تغذیه ای

# بیماران در همه گروه های سنی:

- دیابت
- فشار خون بالا
- هایپرلیپیدمی
- چاقی ( BMI ۳۰ و بالاتر)
- در بیماری ها ابتدا به پزشک و از طریق پزشک به کارشناس تغذیه

# گروه هدف : کودکان ۰ تا ۵۹ ماهه

## ارجاع به کارشناس تغذیه

منحنی وزن برای سن پایین تر از  $z - 2$   
SCORE

(ارجاع از پزشک)

منحنی وزن برای سن مساوی  $z - 2$  تا مساوی  $z + 1$   
Z SCORE همراه یکی از موارد ذیل

- روند رشد نامعلوم
- روند افزایش وزن متوقف شده
- کاهش وزن کودک
- در صورت برطرف نشدن مشکل

(ارجاع از پزشک)

## ارجاع به پزشک

منحنی وزن برای سن پایین تر از  $z - 2$   
SCORE

منحنی وزن برای سن مساوی  $z - 2$  تا مساوی  $z + 1$   
Z SCORE همراه یکی از موارد ذیل

- روند رشد نامعلوم
- روند افزایش وزن متوقف شده
- کاهش وزن کودک
- در صورت برطرف نشدن مشکل

# گروه هدف : کودکان ۰ تا ۵۹ ماهه

## ارجاع به کارشناس تغذیه

## ارجاع به پزشک

منحنی قد برای سن پایین تر از ۳- Z SCORE

منحنی قد برای سن پایین تر از ۳- Z SCORE

منحنی قد برای سن بین ۲- تا ۳- Z SCORE  
(ارجاع از پزشک)

منحنی قد برای سن بین ۲- تا ۳- Z SCORE

منحنی وزن برای سن مساوی ۲- تا مساوی ۱+ Z SCORE

منحنی وزن برای سن مساوی ۲- تا مساوی ۱+ Z SCORE

همراه یکی از موارد ذیل

همراه یکی از موارد ذیل

یا روند افزایش قد نامعلوم

یا روند افزایش قد نامعلوم

یا روند افزایش قد متوقف شده

یا روند افزایش قد متوقف شده

یا روند افزایش قد کند شده

یا روند افزایش قد کند شده

# گروه هدف : کودکان ۰ تا ۵۹ ماهه

## ارجاع به کارشناس تغذیه

## ارجاع به پزشک

منحنی وزن برای قد پایین تر از ۳ - Z SCORE  
(ارجاع از پزشک)

منحنی وزن برای قد پایین تر از ۳ - Z SCORE

ادم دو طرفه گوده گذار  
(ارجاع از پزشک)

ادم دو طرفه گوده گذار

$125\text{mm} < \text{MUAC}$   
(ارجاع از پزشک)

$125\text{mm} < \text{MUAC}$

# گروه هدف : کودکان ۰ تا ۵۹ ماهه

## ارجاع به کارشناس تغذیه

منحنی وزن برای قد بالاتر از  $+2$  z score  
(ارجاع از پزشک)

➤ منحنی وزن برای قد بین  $+1$  تا مساوی  $+2$   
در صورت برطرف نشدن مشکل  
(ارجاع از پزشک)

## ارجاع به پزشک

منحنی وزن برای قد بالاتر از  $+2$  z score

منحنی وزن برای قد بین  $+1$  تا مساوی  
 $+2$  z score در صورت برطرف نشدن مشکل

# گروه هدف : نوجوان

## ارجاع به کارشناس تغذیه

BMI برای سن بالاتر از  $+2$  z score

BMI برای سن بین  $+1$  تا  $+2$  zscore

در صورت برطرف نشدن مشکل

BMI برای سن کمتر از  $-2$  تا  $-3$  zscore

در صورت برطرف نشدن مشکل

BMI برای سن کمتر از  $-3$  z score

## ارجاع به پزشک

BMI برای سن بالاتر از  $+2$  z score

BMI برای سن بین  $+1$  تا  $+2$  zscore

در صورت برطرف نشدن مشکل

BMI برای سن بین  $-2$  تا  $-3$  zscore

در صورت برطرف نشدن مشکل

BMI برای سن کمتر از  $-3$  z score

(ارجاع فوری)

# گروه هدف : میانسال

ارجاع به کارشناس تغذیه

ارجاع به پزشک

BMI کمتر از ۵ / ۱۸ با هر امتیاز

BMI کمتر از ۵ / ۱۸ با هر امتیاز

BMI ۲۵ تا ۲۹.۹ با دور کمر بالاتر از ۹۰

BMI ۲۵ تا ۲۹.۹ با هر امتیاز

در صورت پیشروی به سمت چاقی

BMI ۳۰ و بالاتر با هر امتیاز

BMI ۳۰ و بالاتر با هر امتیاز

دیابت، پره دیابت، فشار خون بالا، پیش فشار خون بالا، هایپرلیپیدمی  
(ارجاع از پزشک)

دیابت، پره دیابت، فشار خون بالا، پیش فشار خون بالا، هایپرلیپیدمی



وضعیت BMI	دور کمر (cm)	امتیاز الگوی تغذیه (۰-۱۲)	شرح اقدامات مراقب سلامت / بهورز	شرح اقدامات پزشک	شرح اقدامات کارشناس تغذیه
کمتر از ۱۸٫۵ (لاغری)	با هر دور کمر	با هر امتیاز	<ul style="list-style-type: none"> <li>ارائه مگادوز ویتامین D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</li> <li>ارجاع به پزشک جهت انجام بررسی ها و اقدامات پزشکی</li> <li>ارجاع به کارشناس تغذیه و پی گیری جهت مراجعه در موارد شناخته شده</li> <li>پی گیری ۱ ماه بعد برای مراجعه به کارشناس تغذیه</li> <li>ادامه مراقبت ها مطابق بسته خدمت</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ارزیابی میانسال و اقدام مطابق بسته خدمت گروه سنی</li> <li>ارزیابی بیماری های زمینه ای (مشکلات گوارشی، دیابت، پرکاری تیروئید، سرطان و...) و بیماری های عفونی احتمالی (مانند سل، ایدز، عفونت های فرصت طلب، زخم یا عفونت قارچی در دهان و...)</li> <li>ثبت تشخیص علت در پرونده الکترونیک</li> <li>درخواست آزمایشات و اقدامات پاراکلینیک مربوطه</li> <li>انجام اقدامات درمانی</li> <li>ارجاع به کارشناس تغذیه جهت اجرای مراقبت های تغذیه ای</li> <li>پی گیری اقدامات کارشناس تغذیه در پرونده</li> </ul>	<p>آموزش گروهی هدفمند</p> <p><b>در مراجعه اول:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>کنترل داده های تن سنجی</li> <li>انجام ارزیابی های تخصصی تغذیه ای در فرم مندرج در سامانه سبب</li> <li>کنترل نتایج آزمایشگاهی موجود</li> <li>ارائه آموزش و توصیه های تغذیه ای با استفاده از متون آموزشی</li> <li>تنظیم رژیم غذایی</li> <li>درج پسخوراند برای مراقب سلامت یا پزشک ارجاع دهنده</li> <li><b>در پیگیری (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه):</b></li> <li>پیگیری مراجعه فرد به مرکز</li> <li>نیاز به ارجاع از سوی پزشک نیست</li> <li><b>تواتر مراجعه:</b></li> <li>پی گیری پس از ۱ ماه</li> <li>ادامه پی گیری به فاصله هر ۳ ماه تا حداکثر تا دو نوبت</li> <li>کنترل شاخص های تن سنجی و پی گیری وضعیت کاهش وزن و اصلاح الگوی مصرف</li> <li>آموزش و مشاوره تخصصی تغذیه در موارد عدم پیروی از اصول تغذیه سالم</li> <li>درج پسخوراند برای مراقب سلامت یا پزشک ارجاع دهنده</li> <li>در صورت عدم دریافت نتیجه و بهبودی، به پزشک مرکز برای بررسی بیشتر ارجاع داده شود</li> </ul>
		۱۲	<ul style="list-style-type: none"> <li>ارائه مگادوز ویتامین D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>تشویق برای ادامه پیروی از الگوی تغذیه مناسب ادامه مراقبت مطابق بسته خدمت</li> </ul>	-	-
۱۸٫۵ تا ۲۴٫۹ (طبیعی)	زیر ۹۰	۷ - ۱۱	<ul style="list-style-type: none"> <li>ارائه مگادوز ویتامین D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>آموزش الگوی تغذیه سالم بر اساس امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه</li> <li>یک نوبت پی گیری برای مراجعه سه ماه بعد جهت کنترل مجدد الگوی تغذیه</li> </ul>	-	-
		۰ - ۶	<ul style="list-style-type: none"> <li>تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</li> <li>پی گیری هر سه ماه تا دو نوبت و پیگیری اصلاح الگوی تغذیه</li> <li>ادامه مراقبت ها مطابق بسته خدمت</li> </ul>	-	آموزش گروهی هدفمند

وضعیت BMI	دور کمر (cm)	امتیاز الگوی تغذیه (۰-۱۲)	شرح اقدامات مراقب سلامت / بهروز	شرح اقدامات پزشک	شرح اقدامات کارشناس تغذیه
۹۰ و بالاتر	با هر امتیاز		<ul style="list-style-type: none"> <li>ارائه مگادوز ویتامین D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>آموزش الگوی تغذیه سالم بر اساس امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه</li> <li>آموزش در خصوص تحرک و فعالیت بدنی</li> <li>تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</li> <li>آموزش در خصوص تاثیر افزایش دور کمر بر افزایش احتمال ناباروری</li> <li>ارجاع به کارشناس تغذیه</li> <li>پی گیری جهت مراجعه مجدد به کارشناس تغذیه سه ماه بعد</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>بررسی موارد ارجاع شده از سوی کارشناس تغذیه (مشکوک به بیماری های زمینه ای احتمالی (مانند اسیب و ...))</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>آموزش گروهی هدفمند</li> <li>کنترل شاخص های تن سنجی</li> <li>کنترل نتایج آزمایشگاهی موجود</li> <li>آموزش در خصوص تاثیر اضافه وزن و چاقی و دور کمر بالا بر افزایش احتمال ناباروری</li> <li>مشاوره تغذیه و توصیه های تخصصی تغذیه ای</li> <li>تنظیم رژیم غذایی</li> <li>درج پسخوراند برای مراقب سلامت</li> <li>پی گیری پس از سه ماه جهت کنترل نمایه توده بدنی . دور کمر و میزان پیروی از رژیم غذایی تا حصول نتیجه</li> <li>تنظیم رژیم غذایی در صورت ورود به محدوده اضافه وزن یا چاقی</li> <li>ارجاع به پزشک در صورت شک به وجود بیماری های زمینه ای (مانند اسیب و ...)</li> </ul>
۲۵ تا ۲۹٫۹ (اضافه وزن)	زیر ۹۰	با هر امتیاز	<ul style="list-style-type: none"> <li>ارائه مگادوز ویتامین D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>آموزش الگوی تغذیه سالم بر اساس امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه</li> <li>آموزش در خصوص تحرک و فعالیت بدنی</li> <li>تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</li> <li>آموزش در خصوص تاثیر اضافه وزن و چاقی بر افزایش احتمال ناباروری</li> <li>کنترل وزن ۳ ماه بعد و در صورت پیشروی به سوی چاقی ، ارجاع به کارشناس تغذیه</li> <li>پی گیری برای مراجعه به کارشناس تغذیه</li> <li>پی گیری جهت مراجعه به کارشناس تغذیه سه ماه بعد</li> </ul>	-	<ul style="list-style-type: none"> <li>آموزش گروهی هدفمند</li> <li>برای موارد پیشرفت به سوی چاقی:</li> <li>اقدام و پی گیری مطابق روند مراقبت از چاقی</li> </ul>
۹۰ و بالاتر	با هر امتیاز		<ul style="list-style-type: none"> <li>ارائه مگادوز ویتامین D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>آموزش الگوی تغذیه سالم بر اساس امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه</li> <li>آموزش در خصوص تحرک و فعالیت بدنی</li> <li>تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</li> <li>آموزش در خصوص تاثیر اضافه وزن و چاقی و دور کمر بالا بر افزایش احتمال ناباروری</li> <li>ارجاع به کارشناس تغذیه</li> <li>پی گیری جهت مراجعه به کارشناس تغذیه سه ماه بعد</li> </ul>	-	<ul style="list-style-type: none"> <li>آموزش گروهی هدفمند</li> <li>برای موارد پیشرفت به سوی چاقی:</li> <li>اقدام و پی گیری مطابق روند مراقبت از چاقی</li> </ul>



وضعیت BMI	دور کمر (cm)	امتیاز الگوی تغذیه (۰-۱۲)	شرح اقدامات مراقب سلامت / بهورز	شرح اقدامات پزشک	شرح اقدامات کارشناس تغذیه
بیشتر از ۳۰ (چاقی)	با هر دور کمر	با هر امتیاز	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ارائه مگادوز ویتامین D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>• آموزش الگوی تغذیه سالم بر اساس امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه</li> <li>• آموزش در خصوص تحرک و فعالیت بدنی</li> <li>• آموزش در خصوص تاثیر اضافه وزن و چاقی و دور کمر بالا بر افزایش احتمال ناباروری</li> <li>• تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</li> <li>• ارجاع غیر فوری به پزشک جهت انجام بررسی ها و اقدامات پزشکی</li> <li>• ارجاع به کارشناس تغذیه و پی گیری جهت مراجعه در موارد شناخته شده</li> <li>• پی گیری ۱ ماه بعد برای مراجعه به کارشناس تغذیه</li> </ul>	<p><b>ارزیابی ها:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ارزیابی بیماری های همراه بر اساس تاریخچه فردی و شواهد پاراکلینیک فرد و ارزیابی عوامل خطر بیماری (دیابت، پرفشاری خون، هایپرلیپیدمی، هیپرتنسیون، پروتئینوری، استئوآرتریت)</li> <li>• بررسی فعالیت بدنی</li> <li>• اندازه گیری فشار خون</li> <li>• بررسی در خصوص ناباروری (در افراد متاهل)</li> <li>• بررسی های آزمایشگاهی شامل: ارزیابی HDL، LDL، تری گلیسرید، گلیسیرول، Hg A1c، CBC، TSH، حساسیت به انسولین، ارزیابی وضعیت کارکرد تیروئید در افراد مقاوم به درمان و FBS، (بر اساس شدت چاقی و سابقه فامیلی)</li> <li>• بررسی سابقه فامیلی شامل: سابقه چاقی، اختلال در چربی خون، فشارخون بالا، عدم تحمل قند خون ناشتا یا دیابت نوع ۲، بیماری قلبی عروقی (عروق کرونر) در افراد خانواده</li> <li>• ارزیابی فرد از لحاظ اختلالات افسردگی و اختلالات خوردن</li> </ul> <p><b>اقدامات:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ثبت علت اصلی چاقی در پرونده فرد</li> <li>• ثبت نوع بیماری همراه</li> <li>• انجام اقدامات درمانی در کنترل علت زمینه ای و بیماری همراه احتمالی (دارو درمانی)</li> <li>• ارائه دستورات ورزشی و فعالیت بدنی</li> <li>• ارجاع به کارشناس تغذیه برای دریافت رژیم غذایی و بررسی بیشتر علایم کمبود ریزمغذیها</li> <li>• ارجاع به کارشناس سلامت روان (در صورت شک به اختلالات/ بیماری های رفتاری-روانی)</li> <li>• در افرادی که از طرف کارشناس تغذیه مجدداً ارجاع شده و پس از ۶ ماه ۵٪ کاهش وزن نداشته اند: <ul style="list-style-type: none"> <li>• بررسی داروهای مصرفی</li> <li>• بررسی سطح سرمی ویتامین D، ویتامین B۱۲، اسید فولیک، روی، آهن و منیزیم در افرادی که با سابقه ناباروری مراجعه کرده اند</li> <li>• بررسی علائم کوشینگ، آکرومگالی و سندروم های همراه: <ul style="list-style-type: none"> <li>• در صورت وجود علائم: ارجاع به سطوح تخصصی</li> <li>• در صورت نبود علائم: ادامه رژیم درمانی، دارو درمانی، ادامه دستورات ورزشی بمدت ۳ ماه</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• بعد از سه ماه، اگر کاهش وزن به میزان حداقل ۵٪ نداشت، ارجاع به سطوح تخصصی جهت بررسی های بیشتر (ارجاع به مراکز درمان ناباروری در صورت وجود سابقه ناباروری، ارجاع به سطوح تخصصی جهت جراحی در موارد BMI بالاتر از ۴۰)</li> </ul>	<p>آموزش گروهی هدفمند</p> <p><b>در مراجعه اول:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• کنترل شاخص های تن سنجی</li> <li>• کنترل نتایج آزمایشگاهی موجود</li> <li>• انجام ارزیابی های تخصصی تغذیه ای در فرم مندرج در سامانه سب</li> <li>• ارزیابی آزمایشات سرمی موجود و بررسی علایم کمبود ریزمغذی ها</li> <li>• آموزش تغذیه مناسب</li> <li>• آموزش مراجعین در خصوص نقش چاقی و اضافه وزن در افزایش احتمال ناباروری در زنان و مردان متاهل</li> <li>• آموزش در خصوص دریافت ریزمغذی های ضروری در موارد توام با ناباروری</li> <li>• توصیه های تخصصی تغذیه ای و تنظیم رژیم غذایی</li> <li>• درج پسخوراند برای مراقب سلامت یا پزشک ارجاع دهنده</li> </ul> <p><b>در پیگیری (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• پیگیری جهت مراجعه فرد به مرکز</li> <li>• نیاز به ارجاع از سوی پزشک نیست</li> </ul> <p><b>تواتر مراجعه:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• پی گیری پس از ۱ ماه</li> <li>• اقدامات در هر مراجعه، تا زمان کنترل وزن</li> <li>• کنترل شاخص های تن سنجی و پی گیری وضعیت وزن</li> <li>• آموزش و مشاوره تغذیه در موارد عدم پیروی از اصول تغذیه سالم</li> <li>• ارزیابی میزان پیروی از رژیم غذایی تنظیم شده</li> <li>• درج پسخوراند برای مراقب سلامت یا پزشک ارجاع دهنده</li> <li>• پیگیری ماهانه تا ۶ ماه: فرد باید ماهانه ۱ تا ۲ کیلو کاهش وزن داشته باشد.</li> <li>• در صورتی که فرد بعد از ۶ ماه، حداقل ۵ درصد وزن کاهش وزن نداشت، ارجاع به پزشک مرکز برای بررسی بیشتر</li> </ul>

شاخص ارزیابی	دور کمر (cm)	امتیاز الگوی تغذیه (۰-۱۲)	شرح اقدامات مراقب سلامت / بهورز	شرح اقدامات پزشک	شرح اقدامات کارشناس تغذیه
مبتلا به دیابت، پره دیابت، فشار خون بالا، پیش فشار خون بالا و هایپر لیپیدمی	با هر دور کمر	با هر امتیاز	<p>• ارائه مگادوز ویتامین D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</p> <p>• آموزش الگوی تغذیه سالم بر اساس امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه</p> <p>• آموزش در خصوص تحرک و فعالیت بدنی</p> <p>• تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</p> <p>• ارجاع به پزشک جهت انجام بررسی ها و اقدامات پزشکی</p> <p>• ارجاع به کارشناس تغذیه در موارد تایید شده و تحت درمان پزشک و پی گیری جهت مراجعه</p> <p>• ادامه مراقبت ها مطابق بسته خدمت</p>	<p>• ارزیابی فرد میانسال و اقدام مطابق بسته خدمت گروه سنی</p> <p>• درخواست انجام آزمایشات سرمی مورد نیاز مطابق بسته خدمت گروه سنی و ارزیابی نتایج</p> <p>• ارجاع به کارشناس تغذیه جهت اجرای مراقبت های تغذیه ای</p> <p>• پیگیری اقدامات کارشناس تغذیه در پیرونده افراد ارجاع شده در صورت عدم کنترل دیابت و فشارخون یا اصلاح رژیم غذایی پس از ۳ نوبت پیگیری و مشاوره کارشناس تغذیه، اقدام مطابق با بسته خدمت بیماری های غیر واگیر</p>	<p>آموزش گروهی هدفمند</p> <p><b>در مراجعه اول:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• کنترل های تن سنجی</li> <li>• کنترل نتایج آزمایشگاهی موجود</li> <li>• انجام ارزیابی های تخصصی تغذیه ای در فرم مندرج در سامانه سیب</li> <li>• ارزیابی آزمایشات سرمی</li> <li>• ارائه آموزش تغذیه</li> <li>• ارائه مشاوره و رژیم غذایی (لازم است رژیم غذایی تجویز شده برای مبتلایان به دیابت بر اساس نوع و میزان انسولین یا داروهای مصرفی تنظیم شود)</li> <li>• درج پسخوراند برای مراقب سلامت پزشک ارجاع دهنده</li> </ul> <p><b>در پیگیری (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• پیگیری جهت مراجعه فرد به مرکز</li> <li>• نیاز به ارجاع از سوی پزشک نیست</li> </ul> <p><b>تواتر مراجعه:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• در دیابت و فشار خون بالای کنترل شده و پیش فشار خون بالا طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک</li> <li>• در فشار خون بالای کنترل نشده طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک تا زمان کنترل فشار خون</li> <li>• در پره دیابت و دیابت کنترل نشده پی گیری ۲ هفته بعد، سپس طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک تا زمان کنترل قند خون</li> <li>• کنترل شاخص های تن سنجی</li> <li>• ارزیابی میزان پیروی از رژیم غذایی تنظیم شده</li> <li>• آموزش و مشاوره تغذیه در موارد عدم پیروی از اصول تغذیه سالم</li> <li>• درج پسخوراند برای مراقب سلامت یا پزشک ارجاع دهنده</li> <li>• پیگیری تا ۳ نوبت طبق برنامه زمانی مراجعه به پزشک تا زمان کنترل قند خون</li> <li>• در صورت عدم حصول بهبودی و کنترل بیماری با رژیم غذایی، ارجاع به پزشک مرکز برای بررسی بیشتر</li> </ul>

# گروه هدف : میانسال

ارجاع به کارشناس تغذیه

ارجاع به پزشک

BMI کمتر از ۵ / ۱۸ با هر امتیاز

BMI کمتر از ۵ / ۱۸ با هر امتیاز

BMI ۲۵ تا ۲۹.۹ با دور کمر بالاتر از ۹۰

BMI ۲۵ تا ۲۹.۹ با هر امتیاز

در صورت برطرف نشدن مشکل

BMI ۳۰ و بالاتر با هر امتیاز

BMI ۳۰ و بالاتر با هر امتیاز

دیابت، پره دیابت، فشار خون بالا، پیش فشار خون بالا، هایپرلیپیدمی  
(ارجاع از پزشک)

دیابت، پره دیابت، فشار خون بالا، پیش فشار خون بالا، هایپرلیپیدمی



امتیاز غربالگری	وضعیت تغذیه	شرح اقدامات مراقب سلامت / بهروز	شرح اقدامات پزشک	شرح اقدامات کارشناس تغذیه
۱۲-۱۴	لاغریا امتیاز مناسب	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ارائه مگادوز ویتامین D و کلسیم / کلسیم D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>• آموزش الگوی تغذیه سالم مطابق با بسته آموزشی تغذیه</li> <li>• تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</li> <li>• پی گیری برای مراجعه مجدد ۳ ماه بعد و کنترل وزن و امتیاز ارزیابی</li> </ul>	آموزش گروهی هدفمند	
۸-۱۱	لاغر در معرض خطر	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ارائه مگادوز ویتامین D و کلسیم / کلسیم D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>• تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</li> <li>• پی گیری برای مراجعه مجدد ۳ ماه بعد برای کنترل مجدد وزن و امتیاز</li> <li>• در صورت عدم رفع مشکل، ارجاع به کارشناس تغذیه جهت اجرای مراقبت های تغذیه ای</li> <li>• پی گیری جهت مراجعه به کارشناس تغذیه</li> <li>• پی گیری ۱ ماه بعد برای مراجعه فرد به کارشناس تغذیه</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• آموزش گروهی هدفمند</li> <li>• کنترل شاخص های تن سنجی</li> <li>• انجام ارزیابی های تخصصی تغذیه ای</li> <li>• کنترل نتایج آزمایشگاهی موجود</li> <li>• ارائه آموزش و مشاوره تخصصی تغذیه ای بدون تنظیم رژیم غذایی</li> <li>• پیگیری پس از یک ماه تا دو نوبت جهت کنترل نمایه توده بدنی و میزان پیروی از توصیه ها</li> <li>• پیگیری جهت مراجعه فرد به مرکز</li> <li>• درج پسخوراند برای مراقب سلامت</li> </ul>	
۰-۷	مبتلا به سوء تغذیه	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ارائه مگادوز ویتامین D و کلسیم / کلسیم D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>• تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</li> <li>• تاکید برای داشتن فعالیت بدنی</li> <li>• ارجاع به پزشک جهت انجام بررسی ها و اقدامات پزشکی</li> <li>• ارجاع به کارشناس تغذیه</li> <li>• پی گیری جهت مراجعه به کارشناس تغذیه</li> <li>• پی گیری ۲ هفته بعد برای مراجعه به کارشناس تغذیه</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ارزیابی فرد و اقدام مطابق بسته خدمت گروه سنی</li> <li>• ارزیابی بیماری های زمینه ای (مشکلات گوارشی، دیابت، پرکاری تیروئید، سرطان و ... ) و بیماری های عفونی احتمالی (مانند سل، ایدز، عفونت های فرصت طلب، زخم یا عفونت قارچی در دهان و ...)</li> <li>• ثبت تشخیص علت در پرونده الکترونیک</li> <li>• درخواست آزمایشات و اقدامات پاراکلینیک مربوطه</li> <li>• انجام اقدامات درمانی</li> <li>• ارجاع به کارشناس تغذیه جهت اجرای مراقبت های تغذیه ای</li> <li>• پی گیری اقدامات کارشناس تغذیه در پرونده الکترونیک</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• آموزش گروهی هدفمند</li> <li>• در مراجعه اول، کنترل شاخص های تن سنجی</li> <li>• انجام ارزیابی های تخصصی تغذیه ای در فرم مندرج در سامانه سیب</li> <li>• کنترل نتایج آزمایشگاهی موجود</li> <li>• ارائه آموزش تغذیه برای اصلاح وزن</li> <li>• ارائه مشاوره تخصصی و تنظیم رژیم غذایی</li> <li>• درج پسخوراند برای پزشک ارجاع دهنده</li> <li>• پیگیری (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه)</li> <li>• پیگیری جهت مراجعه فرد به مرکز</li> <li>• نیاز به ارجاع از سوی پزشک نیست</li> <li>• نتایج مراجعه:</li> <li>• پی گیری پس از ۲ هفته</li> <li>• ادامه پی گیری به فاصله هر ۱ ماه تا سه نوبت</li> <li>• کنترل شاخص های تن سنجی و پی گیری وزن مناسب</li> <li>• کنترل آزمایشات</li> <li>• ارزیابی میزان پیروی از رژیم غذایی تنظیم شده</li> <li>• ارائه آموزش و مشاوره تخصصی تغذیه در موارد عدم پیروی از اصول تغذیه سالم</li> <li>• درج پسخوراند برای پزشک</li> <li>• (در صورت عدم دریافت نتیجه و بهبودی، به پزشک مرکز برای بررسی بیشتر ارجاع داده شود)</li> </ul>

شاخص ارزیابی (BMI)	وضعیت نمایه توده بدنی	امتیاز الگوی تغذیه (۱۴-۰)	شرح اقدامات مراقب سلامت / بهورز	شرح اقدامات کارشناس تغذیه
(۲۱-۲۶/۹)	طبیعی	۱۲	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ارائه مگادوز ویتامین D و کلسیم / کلسیم D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>• تشویق برای ادامه پیروی از الگوی تغذیه مناسب</li> </ul>	
		۷- ۱۱	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ارائه مگادوز ویتامین D و کلسیم / کلسیم D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>• آموزش الگوی تغذیه سالم بر اساس امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه</li> <li>• پی گیری برای مراجعه ۶ ماه بعد جهت کنترل مجدد الگوی تغذیه</li> </ul>	
		۰-۶	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ارائه مگادوز ویتامین D و کلسیم / کلسیم D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>• آموزش الگوی تغذیه سالم بر اساس امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه</li> <li>• تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</li> <li>• پی گیری برای مراجعه مجدد ۳ ماه بعد و ارزیابی مجدد الگوی تغذیه</li> <li>• ادامه مراقبت ها مطابق بسته خدمت</li> </ul>	آموزش گروهی هدفمند
(۲۷- ۲۹/۹)	اضافه وزن	با هر امتیاز	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ارائه مگادوز ویتامین D و کلسیم / کلسیم D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>• آموزش الگوی تغذیه سالم بر اساس امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه</li> <li>• تاکید برای داشتن فعالیت بدنی و تحرک</li> <li>• تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</li> <li>• ارجاع به کارشناس تغذیه و پی گیری جهت مراجعه</li> <li>• پی گیری سه ماه بعد برای مراجعه به کارشناس تغذیه</li> <li>• ادامه مراقبت ها مطابق بسته خدمت</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• آموزش گروهی هدفمند</li> <li>• کنترل شاخص های تن سنجی</li> <li>• انجام ارزیابی های تخصصی تغذیه ای</li> <li>• کنترل نتایج آزمایشگاهی موجود</li> <li>• ارائه آموزش و مشاوره تغذیه</li> <li>• تنظیم برنامه غذایی با تاکید بر دریافت میزان کافی از پروتئین، کلسیم و ویتامین D دریافتی بویژه در سالمندان با اختلالات متابولیک و عملکردی</li> <li>• درج پسخوراند برای مراقب سلامت ارجاع دهنده</li> <li>• پی گیری مراجعه سه ماه بعد برای کنترل وزن و میزان پیروی از توصیه ها</li> </ul>



شاخص ارزیابی (BMI)	وضعیت نمایه توده بدنی	امتیاز الگوی تغذیه (۱۴-۰)	شرح اقدامات مراقب سلامت / بهوز	شرح اقدامات پزشک	شرح اقدامات کارشناس تغذیه	
۳۰ و بالاتر	چاق	با هرامتیاز	<p>• ارائه مگادوز ویتامین D و کلسیم / کلسیم D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</p> <p>• آموزش الگوی تغذیه سالم بر اساس امتیاز مطابق با بسته آموزشی تغذیه</p> <p>• تاکید برای داشتن فعالیت بدنی</p> <p>• تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</p> <p>• ارجاع به پزشک جهت انجام بررسی ها و اقدامات پزشکی</p> <p>• ارجاع به کارشناس تغذیه و پی گیری جهت مراجعه</p> <p>• پی گیری ۱ ماه بعد برای مراجعه به کارشناس تغذیه</p> <p>• ادامه مراقبت ها مطابق بسته خدمت</p>	<p><b>ارزیابی ها:</b></p> <p>• ارزیابی بیماری های همراه بر اساس تاریخچه فردی و شواهد پارا آموزش گروهی هدفمند</p> <p>• کلینیک فرد و ارزیابی عوامل خطر بیماری (دیابت، پرفشاری خون، هایپرلیپیدمی، هیپراوریسمی، پروتئینوری، استئوآرتریت)</p> <p>• ارزیابی فعالیت بدنی</p> <p>• اندازه گیری فشار خون</p> <p>• بررسی های آزمایشگاهی شامل: ارزیابی HDL، LDL، تری گلیسرید، کلسترول، CBC، TSH، حساسیت به انسولین، ارزیابی وضعیت کارکرد تیروئید در افراد مقاوم به درمان، FBS، (براساس شدت چاقی و سابقه قاهیلی)</p> <p>• بررسی سابقه قاهیلی شامل: سابقه چاقی، اختلال در چربی خون، قند خون ناشتا یا دیابت نوع ۲، اختلالات متابولیک و عملکردی</p> <p>• بیماری قلبی عروقی (عروق کرونر) در افراد خانواده</p> <p>• ارزیابی از لحاظ اختلالات افسردگی و اختلالات خوردن</p> <p><b>اقدامات:</b></p> <p>• ثبت علت اصلی چاقی در پرونده</p> <p>• ثبت نوع بیماری همراه</p> <p>• انجام اقدامات درمانی در کنترل علت زمینه ای و بیماری همراه احتمالی (دارو درمانی)</p> <p>• ارائه تمرینات ورزشی و فعالیت بدنی متناسب با وضعیت فرد سالمند</p> <p>• ارجاع به کارشناس تغذیه برای دریافت رژیم غذایی و بررسی بیشتر علائم کمبود ریزمغذی ها</p> <p>• پیگیری اقدامات کارشناس تغذیه برای فرد ارجاع شده</p> <p>• ارجاع به کارشناس سلامت روان (در صورت تشخیص افسردگی یا اختلالات سایکوسوماتیک منجر به بیش خواری)</p> <p><b>در افرادی که از طرف کارشناس تغذیه مجددا ارجاع شده و پس از ۶ ماه ۸ تا ۱۰٪ کاهش وزن نداشته اند:</b></p> <p>• بررسی داروهای مصرفی</p> <p>• بررسی علائم سندرم های همراه</p> <p>• در صورت وجود علائم: ارجاع به سطوح تخصصی غدد، داخلی و یاسایر تخصص های مرتبط</p> <p>• در صورت نبود علائم: ادامه رژیم درمانی، دارو درمانی، ادامه دستورات ورزشی و رفتار درمانی بمدت ۳ ماه</p> <p>• بعد از سه ماه، اگر کاهش وزن به میزان حداقل ۵٪ نداشت، ارجاع به سطوح تخصصی جهت بررسی های بیشتر (متخصصین غدد و ...)</p>	<p>شرح اقدامات پزشک</p>	<p>شرح اقدامات کارشناس تغذیه</p> <p>• کنترل شاخص های تن سنجی</p> <p>• انجام ارزیابی های تخصصی تغذیه ای</p> <p>• کنترل نتایج آزمایشگاهی موجود</p> <p>• ارائه آموزش تغذیه جهت کاهش وزن بویژه در صورت وجود دیابت و سندرم متابولیک بطور همزمان</p> <p>• ارائه مشاوره و توصیه های تخصصی تغذیه ای</p> <p>• تنظیم رژیم غذایی با تاکید بر دریافت میزان کافی از پروتئین، کلسیم و ویتامین D دریافتی بویژه در سالمندان چاق با اختلالات متابولیک و عملکردی</p> <p>• تاکید به داشتن فعالیت بدنی منظم تحت نظر پزشک برای جلوگیری از از دست دادن توده عضلانی در طول اجرای رژیم غذایی</p> <p>• تاکید برای مراجعه به پزشک (در موارد ارجاع مستقیم از مراقب سلامت به کارشناس تغذیه)</p> <p>• درج پسخوراند برای مراقب سلامت با پزشک ارجاع دهنده</p> <p><b>در پیگیری (مراجعه مستقیم به کارشناس تغذیه):</b></p> <p>• پیگیری جهت مراجعه فرد به مرکز</p> <p>• نیاز به ارجاع از سوی پزشک نیست</p> <p><b>نواتر مراجعه:</b></p> <p>• پی گیری پس از ۱ ماه</p> <p>• ادامه پی گیری به فاصله هر ماه تا کنترل وزن</p> <p>• کنترل شاخص های تن سنجی و پی گیری وضعیت وزن آموزش و مشاوره تغذیه در موارد عدم پیروی از اصول تغذیه سالم</p> <p>• ارزیابی میزان پیروی از رژیم غذایی تنظیم شده</p> <p>• درج پسخوراند برای مراقب سلامت با پزشک ارجاع دهنده</p> <p>• پیگیری ماهانه تا ۶ ماه؛ باید ماهانه ۱ تا ۲ کیلو کاهش وزن داشته باشد</p> <p>• در صورت عدم کاهش وزن بعد از ۶ ماه، به میزان ۸ تا ۱۰٪ درصد، ارجاع به پزشک مرکز برای بررسی بیشتر</p> <p>• در سالمندان کاهش وزن بدنسال رژیم غذایی باید زیر نظر پزشک جهت ارزیابی، پیگیری و کنترل از دست داده عضلانی و استخوانی باشد (چاقی سارکوپنیک)</p>



شرح اقدامات پزشک	شرح اقدامات مراقب سلامت / بهورز	شرح اقدامات پزشک	شرح اقدامات مراقب سلامت / بهورز	امتیاز الگوی تغذیه (۱۴-۰)	شاخص ارزیابی
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ارائه مگادوز ویتامین D و کلسیم / کلسیم D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>• آموزش الگوی تغذیه سالم مطابق با بسته آموزشی تغذیه آموزش در خصوص تحرک و فعالیت بدنی</li> <li>• تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</li> <li>• ارجاع به پزشک جهت انجام بررسی ها و اقدامات پزشکی</li> <li>• <u>ارجاع به کارشناس تغذیه در موارد تایید شده و تحت درمان پزشک و پی گیری جهت مراجعه</u></li> <li>• ادامه مراقبت ها مطابق بسته خدمت</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ارزیابی فرد سالمند و اقدام مطابق بسته خدمت گروه سنی</li> <li>• درخواست انجام آزمایشات سرمی مورد نیاز مطابق بسته خدمت گروه سنی و ارزیابی نتایج</li> <li>• ارجاع به کارشناس تغذیه جهت اجرای مراقبت های تغذیه ای</li> <li>• پیگیری اقدامات کارشناس تغذیه در پرونده افراد ارجاع شده</li> <li>• در صورت عدم کنترل دیابت و فشارخون با اصلاح رژیم غذایی پس از ۳ نوبت پیگیری و مشاوره کارشناس تغذیه ، اقدام مطابق با بسته خدمت بیماری های غیر واگیر</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ارائه مگادوز ویتامین D و کلسیم / کلسیم D همراه با آموزش های لازم مطابق جدول مکمل یاری گروه سنی / کنترل مصرف منظم</li> <li>• آموزش الگوی تغذیه سالم مطابق با بسته آموزشی تغذیه آموزش در خصوص تحرک و فعالیت بدنی</li> <li>• تاکید برای شرکت در کلاس های آموزش گروهی کارشناس تغذیه مرکز و پیگیری آن</li> <li>• ارجاع به پزشک جهت انجام بررسی ها و اقدامات پزشکی</li> <li>• ارجاع به کارشناس تغذیه در موارد تایید شده و تحت درمان پزشک و پی گیری جهت مراجعه</li> <li>• ادامه مراقبت ها مطابق بسته خدمت</li> </ul>	با هرامتیاز	مبتلا به دیابت ، پره دیابت ، فشار خون بالا، پیش فشار خون بالا و هایپرلیپیدمی

# گروه هدف : سالمند

ارجاع به کارشناس تغذیه

ارجاع به پزشک

BMI کمتر از ۲۱ با امتیاز ۸ تا ۱۱

BMI کمتر از ۲۱ با امتیاز ۰ تا ۷

BMI ۲۷ تا ۲۹.۹ با هر امتیاز

در صورت پیشروی به سمت چاقی

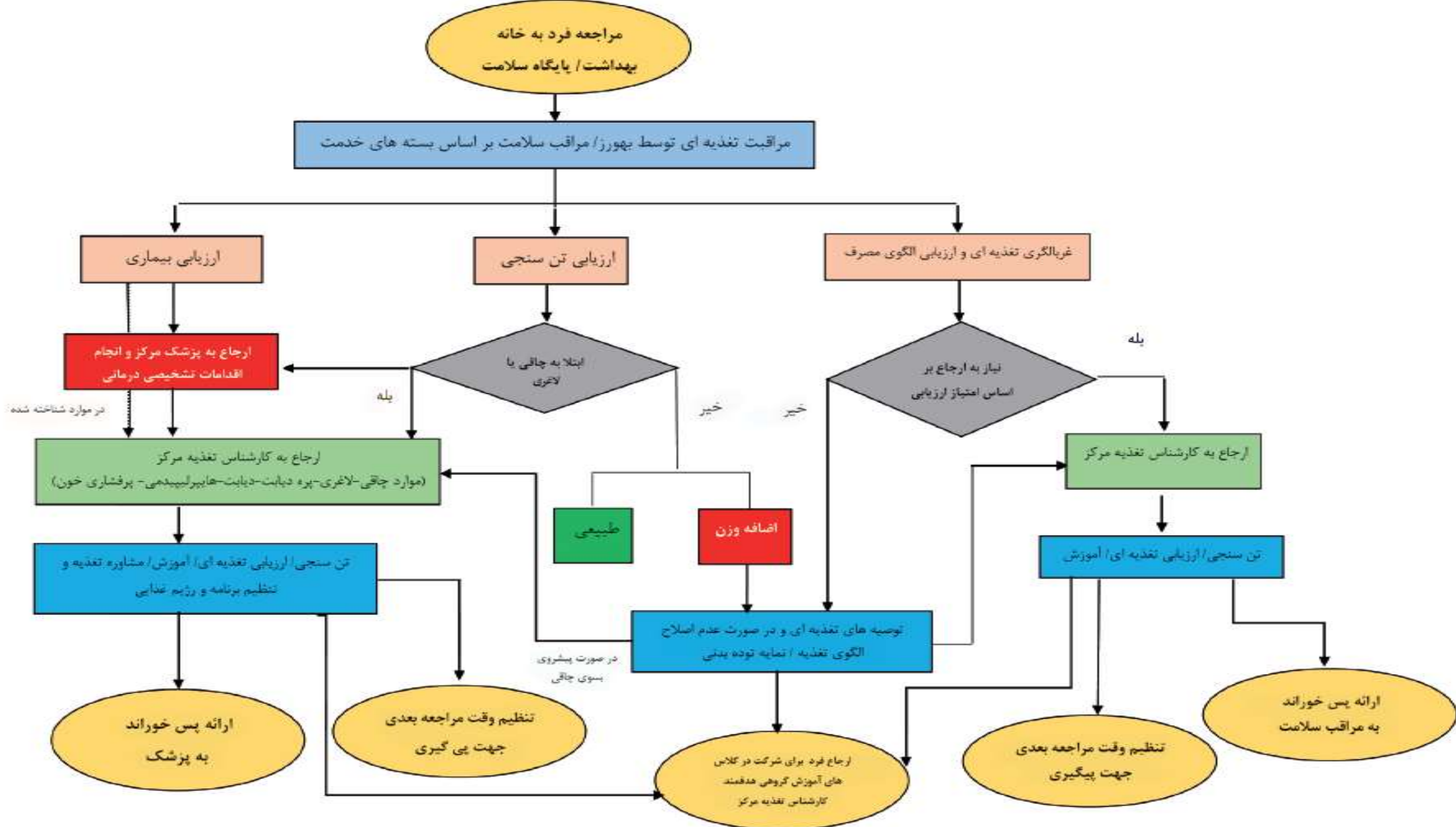
BMI ۳۰ و بالاتر با هر امتیاز

دیابت، پره دیابت، فشار خون بالا، پیش فشار خون بالا، هایپرلیپیدمی  
(ارجاع از پزشک)

BMI کمتر از ۲۱ با امتیاز ۰ تا ۷

BMI ۳۰ و بالاتر با هر امتیاز

دیابت، پره دیابت، فشار خون بالا، پیش فشار خون بالا، هایپرلیپیدمی





از حسن توجه شما سیاستگذارم

