



به نام او

# دفترچه راهنمای نسیم

(نرم افزار سلامت یار مدرسه)



ویژه کارکنان مجتمع

همکار گرامی، سلام...

پیشگیری و حفظ سلامت همکاران و دانش آموزان از مهمترین وظایف ماست و به دلیل لزوم ارتباط مستمر شما عزیزان با واحد پزشکی و مشاوره ی مجتمع معلّم و نیز حفظ سرمایه های ملی، راه اصلی ارتباط ما با شما از طریق نسخه آنلاین نرم افزار نسیم خواهد بود.

یعنی:

- ✓ ثبت پرونده پزشکی همکار (توسط شما)
  - ✓ گزارش معاینات و مراجعات به واحد پزشکی (توسط واحد پزشکی)
  - ✓ پیشنهاد برنامه پیشگیری و غربالگری به شما (توسط واحد پزشکی)
  - ✓ نوبت گیری واحد مشاوره (توسط شما)
- بصورت آنلاین و از طریق نسیم خواهد بود.

طبق راهنمای گام به گام زیر اقدام نمائید:

**ورود به صفحه سلامت شخصی در نسیم**

پس از اتصال به اینترنت در نوار آدرس مرورگر خود، [med.moallem.sch.ir](http://med.moallem.sch.ir) را تایپ کنید. در صفحه ورود از شما نام کاربری و کلمه عبور درخواست میشود. در اولین حضور، هم نام کاربری و هم کلمه

عبور، کد ۴ رقمی است که قبلاً به صورت مکتوب در اختیار شما قرار داده شده است که با تایپ آن و کلیک روی کلمه "ورود" به صفحه سلامت شخصی خود وارد خواهید شد.

👏 اگر این کد را در اختیار ندارید با واحد پزشکی تماس بگیرید.



پس از ورود ۷ سربرگ مشاهده میکنید که عبارتند از: صفحه اصلی، مشخصات اولیه، پرونده پزشکی، معاینات، واحد مشاوره، پیشنهادهای، تغییر رمز



## الف - صفحه اصلی

متن این صفحه را دقیق مطالعه فرمایید. اقدامات لازم را انجام دهید.

**هشدارها:** اگر شرح حال سلامت خود را ثبت نکرده باشید، یا برای معاینه اولیه به واحد پزشکی مراجعه نکرده باشید و یا از این دو مورد بیش از ۴ سال گذشته باشد در همین صفحه هشدار می‌ماند. مثل عکس زیر مشاهده می‌کنید:

هشدار

شما تاکنون شرح حال سلامت خود را ثبت نکرده اید. با انتخاب عبارت "ثبت" از بخش "پرونده پزشکی" این کار را انجام دهید.

## ب- مشخصات اولیه

در صورتیکه اطلاعات کامل نیست و یا مغایرت دارد آن را تکمیل و اصلاح نمایید. و گزینه "ثبت" را انتخاب کنید.

در این بخش به جز: "نام"، "نام خانوادگی" و "جنسیت" سایر موارد را می‌توانید اصلاح کنید. توجه فرمایید که "گروه خون" و "مقطع" فقط یکبار قابلیت ویرایش دارند.

ثبت مشخصات اولیه	
آقای	نام :
تستی	نام خانوادگی :
+B	گروه خونی :
1234567	تلفن ثابت :
متفرقه	مقطع :
	تلفن همراه :
11/07/1362	تاریخ تولد :
	تلفن همراه (یکی از نزدیکان):
زن <input type="radio"/> مرد <input checked="" type="radio"/>	جنسیت :
	ثبت

## ج- پرونده پزشکی

با کلیک روی این سربرگ، با سه عنوان مشاهده، ثبت و ویرایش روبرو میشوید. هر ۴ سال یکبار، تکمیل پرونده سلامت جدیدی لازم است پس اگر:

- ✓ تاکنون پرونده پزشکی خود را تکمیل نکرده اید
  - ✓ یا از آخرین پرونده ثبت شده بیشتر از ۴ سال می گذرد
- روی گزینه "ثبت" کلیک کنید و اطلاعات خواسته شده در هر مرحله را کامل کنید. پس از پایان هر صفحه روی گزینه "ثبت و مرحله بعد" کلیک کنید و در انتهای صفحه آخر هم گزینه "ثبت نهایی" را کلیک کنید.
- 👉 تا قبل از ثبت نهایی، امکان ویرایش وجود دارد. اگر در مرحله آخر ثبت نهایی را بزنید دیگر امکان ویرایش وجود نخواهد داشت.
- 👉 اگر در ۴ سال اخیر پرونده پزشکی خود را تکمیل کرده باشید. در این بخش گزینه "ثبت" را مشاهده نخواهید کرد.
- 👉 برای مشاهده پرونده یا پرونده های ثبت شده قبلی لازم است علاوه بر انتخاب منوی "مشاهده"، تاریخ ثبت پرونده را نیز انتخاب کرده و روی گزینه "تایید" کلیک کنید (به شکل زیر دقت کنید).



## د- معاینات

- گزینه های در دسترس عبارتند از: "معاینه اولیه"، "آزمایشات"، "پاراکلینیک"، "مشاوره با متخصصین" و "معاینه موردی".

لطفا نوع معاینه را انتخاب نمایید. **معاینه اولیه** انتخاب

شما 1 مورد معاینه اولیه ثبت شده دارید

تاریخ: 1387/07/15

84	وزن	169.5	قد
77.46 - 71.83 (افزایش وزن)	وزن مطلوب	20.24	BMI
75	دیاستول	130	فشار خون (سیستول)

چک آپ درخواست شد

لطفا نوع معاینه را انتخاب نمایید. **آزمایشات** انتخاب

شما 2 مورد آزمایش ثبت شده دارید

تاریخ: 1392/03/06

--	Ferritin	16.4	HB
--	ESR	--	CBC
195	Chol	17 (کمتر طبیعی)	FBS
47	HDL	129	LDL
17	BUN	102	TG
--	Urea	1.1	Cr
9.2	Ca	--	UAcd
SGOT:21 SGPT:26	Livenz	153	Alkp
total:1 free:0.2	PSA	2.9	P
--	Uc	24h/ v:1100 Cr:1133 pro:44	Ua

سایر: Na:142 K:4.4 Vt.D:15 PTH:22.9

لطفا نوع معاینه را انتخاب نمایید. **پاراکلینیک** انتخاب

شما 3 مورد معاینه پاراکلینیک ثبت شده دارید

تاریخ: 1392/03/06

مورد: **گرافی قفسه سینه**

نتیجه: **حجم خارجی زیر دیافراگم / بقیه موارد طبیعی**

تاریخ: 1389/11/30

مورد: **ام آر آی و گرافی از کمر**

نتیجه: **طبیعی**

لطفا نوع معاینه را انتخاب نمایید. **مشاوره یا متخصصین** انتخاب

شما 1 مورد ارجاع به متخصص ثبت شده دارید

تاریخ: 1390/08/03

تخصص: **معاینه دندانپزشکی در مدرسه**

علت ارجاع: **--**

نتیجه: **دندانها سالم / نیاز به پروساز**

معیاریات

لطفا نوع معاینه را انتخاب نمایید **معاينه فوري** انتخاب

تعداد 15 مورد **مراجعه موردی ثبت شده دارید**

تاریخ: 1392/07/02

ورن: 0

فشار خون ( سهیمتول ): 100

دستپول: 60

مورد: سرماخوردگی ویروسی + سرگیجه

اقدام/نتیجه: اسهال+مایان+ ادالت (کلد) (2)

---

تاریخ: 1391/12/13

ورن: 0

فشار خون ( سهیمتول ): 0

دستپول: 0

مورد: کونژکتیویت آلرژیک شدید/سابقه مثبت آلرژی

اقدام/نتیجه: تجویز اسپری فلوتیکازون+نورانادین+امپول سامسارت

---

تاریخ: 1391/11/14

ورن: 0

فشار خون ( سهیمتول ): 0

دستپول: 0

مورد: سرماخوردگی/ گلو: التهاب شدید غیرچرکی، ریه ها: پاک

اقدام/نتیجه: تجویز: کلداکس، برم هگربن، تیوفیلین

## ه- واحد مشاوره

از طریق این منو می توانید برای دریافت نوبت مشاوره اقدام نمایید.

دریافت نوبت مشاوره

آخرین نوبت اخذ شده در جدول ذیل نمایش داده شده است. برای دریافت نوبت جدید، یکی از نوبت ها را انتخاب کرده و ثبت نمایید.  
نوبت های مشاوره:

روز	تاریخ	ساعت شروع	ساعت	کنسل

و در صورت عدم امکان حضور در آن نوبت، گزینه "کنسل" را انتخاب نمایید.

دریافت نوبت مشاوره

آخرین نوبت اخذ شده در جدول ذیل نمایش داده شده است. برای دریافت نوبت جدید، یکی از نوبت ها را انتخاب کرده و ثبت نمایید.  
نوبت های مشاوره:

روز	تاریخ	ساعت شروع	ساعت پایان	کنسل
شنبه	1395/07/17	9	10	کنسل

## و- پیشنهادها

اگر در پاسخ به سوال "آیا مایل هستید معاینات و آزمایشهای پیشنهادی به شما یادآوری شود؟" پاسخ مثبت داده باشید؛ شاهد چنین جدولی خواهید بود.

⚠️ همکاری گرامی با توجه به شرح حال و معاینه اخیر شما برنامه های بهداشتی و غربالگری زیر به شما پیشنهاد می شود. بدون است که با تغییر شرایط و افزایش سن، برنامه های پیشنهادی تغییر خواهد کرد.

برنامه پیشنهادی	توضیحات	فواصل لازم
آزمایش ها	یکبار کلی	هر دو سال یکبار
تلقیح	برنامه کور کالری	
معاینات دوره ای و غربالگری	تست تریپس	
	تست ششوی	
	اندازه گیری فشارخون	
	دندپزشکی	
	تراکم استخوان	
	ماموگرافی	یکبار انجام شود
	یاب اسفنج	سه ساله
	سایر	
مراجعه به متخصص		
واکسیناسیون	کرتز	
ساز مورد و آموزش های لازم		

👏 این جدول هر چند وقت یکبار و با توجه به پرونده پزشکی، معاینات و ... تکمیل می شود، پس اگر جدولی مشاهده نمی کنید صبور باشید.

## ز- تغییر رمز

در اینجا می توانید نام عبور خود را تغییر دهید ولی توجه داشته باشید که نام کاربری تغییری نمی کند و همیشه همان کد ۴رقمی اولیه باقی خواهد ماند. کلمه عبور تغییر یافته را به خاطر بسپارید.

👏 اگر حین کار با سایت مشکلی پیش آمد با داخلی ۱۰۸ تماس بگیرید.

واحد پزشکی مجتمع آموزشی فرهنگی پسرانه معلم



با همکاری واحد مشاوره