

پویش روز جهانی استئوپروز مهار پوکی استخوان با تشخیص بموقع

اداره بیماری های عضلانی-اسکلتی
دفتر مدیریت بیماری های غیرواگیر
معاونت بهداشت، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

آبان ۱۴۰۰

فهرست مطالب

۲	مقدمه
۳	اهداف پویش
۳	هدف کلی
۳	اهداف اختصاصی
۴	همکاران
۷	اقدامات انجام شده
۸	نتایج و دست آوردها
۱۱	اطلاع رسانی و آموزش عموم مردم از طریق
۲	ضمائم

مقدمه

در چند دهه ی گذشته، دنیا شاهد تحولات بیشماری بوده است. حوزه ی سلامت نیز از این امر مستثنی نیست. یکی از تغییرات چشمگیر، تغییرات در الگوی مرگ و میر و افزایش سهم بیماری های غیر واگیر در آن می باشد. بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت، در حال حاضر سالانه تعداد ۴۱ میلیون مرگ در جهان بدلیل ابتلا به بیماری های غیرواگیر رخ می دهد که در مجموع، ۷۱ درصد از کل مرگ ها را شامل می شود. در ایران نیز بیماری های غیرواگیر، مسئول بیش از ۸۰ درصد مرگ های سالانه می باشند در این میان، استئوپروز به عنوان شایعترین بیماری متابولیکی استخوان، یکی از شایعترین بیماری های مزمن و یک تهدید اقتصادی اجتماعی است که همگام با سالمندی جمعیت تبدیل به یک اپیدمی جهانی شده است و می تواند با تخریب بافت استخوان، کاهش تراکم توده استخوانی و از دست رفتن کیفیت ریز ساختار استخوان، به از دست رفتن توان استخوان و افزایش خاصیت شکنندگی آن منجر شود. این بیماری به عنوان یک بیماری خاموش در بسیاری از موارد تا زمان بروز شکستگی قابل شناسایی نبوده و در بسیاری از موارد، اولین تشخیص، همزمان با اولین شکستگی و حتی مدتها پس از آن اتفاق می افتد. تخمین زده می شود که تعداد ۲۰۰ میلیون زن در دنیا مبتلا به استئوپروز باشند که تقریباً معادل یک مورد از هر ده زن ۶۰ ساله، یک مورد از هر پنج زن ۷۰ ساله، دو مورد از هر پنج زن ۸۰ ساله و دو مورد از هر سه زن ۹۰ ساله خواهد بود. شیوع استئوپروز در کشورهای مختلف متفاوت است و این مسئله به عوامل متعددی نظیر تاثیر عوامل ژنتیکی، عدم فعالیت فیزیکی، تغذیه ی نامناسب و دریافت ناکافی کلسیم و ویتامین دی، مصرف دخانیات، شرایط محیطی متنوع و ... مرتبط می باشد.

پیش بینی می شود که با وجود تغییرات دموگرافیک در سن، جمعیت تخمینی پرخطر برای شکستگی، از تعداد ۱۵۸ میلیون در سال ۲۰۱۰، به دو برابر در سال ۲۰۴۰ افزایش یابد.

در ایران درصد بالایی از جمعیت سالمند کشور مبتلا به استئوپروز می باشند. مطالعات مختلف در مناطق مختلف ایران، شیوع متفاوتی از استئوپروز را گزارش کرده اند که می تواند ناشی از تفاوت در موضع مورد بررسی، تفاوت در نوع دستگاه مورد استفاده برای اندازه گیری تراکم استخوان، سن افراد مورد مطالعه، وجود بیماری های زمینه ای و یا تغییرات واقعی در اثر تفاوت های اقلیمی باشند. از طرفی، شیوع بالایی از عوامل خطر شناخته شده ی استئوپروز در کشور نیز گزارش شده است. حدود ۵۸ میلیون نفر در ایران مبتلا به کمبود کلسیم می باشند و مصرف لبنیات در کشور بسیار محدود است. بر اساس مطالعه ی متاآنالیز انجام شده، ۵۶٪ از جمعیت کشور (۶۴٪ از زنان و ۴۴٪ از مردان) مبتلا به کمبود ویتامین دی می باشند. شیوع کمبود ویتامین دی در گروه سنی زیر ۲۰ سال، معادل ۵۶/۴٪ است. این درحالی است که ۷۲/۴٪ از گروه سنی ۲۰ تا ۵۰ سال، مبتلا به کمبود ویتامین دی بوده و شیوع این کمبود در گروه سنی بالای ۵۰ سال معادل ۵۹/۸٪ می باشد.

شکستگی های ناشی از استئوپروز که با توجه به کاهش کیفیت و کمیت استخوان و در اثر ضربات بسیار خفیف یا سقوط از یک ارتفاع کوتاه رخ می دهند منجر به عوارض زیادی از جمله تغییر کیفیت زندگی، ایجاد درد و ناتوانی و از دست دادن استقلال افراد و نیز افزایش نرخ مرگ در سالمندان می شوند. بر اساس مطالعات گزارش شده، در مجموع در جمعیت بالای ۵۰ سال، یک نفر از هر سه زن و یک نفر از هر ۵ مرد، شکستگی استئوپروتیک را در طول عمر خود تجربه خواهند کرد.

ارتقا سطح آگاهی و نگرش و عملکرد افراد جامعه در خصوص این بیمار، عوامل موثر بر آن و راه های پیشگیری و تشخیص زودهنگام و درمان و مدیریت بیماری می تواند مدیریت این بیماری و عوارض آن در جامعه را بهبود دهد. از این رو بزرگداشت روز جهانی پوکی استخوان همه ساله در کلیه دانشگاه های سراسر کشور بر اساس اقدامات برنامه ریزی شده اداره پیشگیری و کنترل بیماری های

عضلانی – اسکلتی با هدف اصلی آموزش عموم مردم بویژه گروه در معرض خطر شامل زنان بالاتر از ۵۰ سال در خصوص بیماری استئوپروز برنامه ریزی می گردد.

اهداف پویش

افزایش آگاهی عموم مردم بویژه افراد در معرض خطر بیماری پوکی استخوان به منظور مدیریت هر چه بهتر سلامت استخوان ها و تشخیص و درمان و کنترل بیماری استئوپروز

هدف کلی

آموزش عموم مردم بویژه گروه هدف در خصوص بیماری استئوپروز و مراجعه زود هنگام جهت تشخیص پوکی استخوان

اهداف اختصاصی

۱. آموزش زنان سنین باروری در خصوص بیماری پوکی استخوان و شناسایی عوامل خطر و نحوه پیشگیری و تشخیص زود هنگام بیماری
۲. آموزش عموم در خصوص سبک زندگی صحیح به منظور حفظ و ارتقا سلامت عضلانی – اسکلتی
۳. آموزش عموم مردم در خصوص ریسک شکستگی و خطر سقوط
۴. آموزش عموم مردم در خصوص نحوه استفاده از ویتامین D در دوران اپیدمی کرونا
۵. آموزش زنان سنین باروری در خصوص بیماری پوکی استخوان
۶. آموزش زنان سنین باروری در خصوص شناسایی عوامل خطر جهت بررسی از نظر پوکی استخوان
۷. آموزش زنان سنین باروری در مورد نحوه تشخیص بیماری پوکی استخوان و کاربرد تراکم سنجی استخوانی
۸. آموزش مردان بالاتر از ۵۰ سال در خصوص بیماری پوکی استخوان
۹. آموزش مردان در خصوص شناسایی عوامل خطر جهت بررسی از نظر پوکی استخوان
۱۰. آموزش مردان در مورد نحوه تشخیص بیماری پوکی استخوان و کاربرد تراکم سنجی استخوانی
۱۱. آموزش بیماران در خصوص نحوه مدیریت درمان و بیماری شان

همکاران

با نظارت و مدیریت و همکاری ویژه جناب آقای دکتر استوار مدیر کل محترم دفتر غیر واگیر وزارت بهداشت و رئیس محترم مرکز تحقیقات استئوپروز دانشگاه تهران

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی: فاطمه حاجی ولی زاده، کتایون کاتب صابر، فاطمه سربندی، مهزاد وحیدی

مرکز تحقیقات استئوپروز پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم دانشگاه تهران : مهناز سنجرى، نوشین فهیم فر، کاظم خلجی، محمد جواد منصورزاده، فیرزوه حاجی پور، کبری گرگانی، زهرا خضرابی

دفتر آموزش و ارتقاء سلامت

دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس

دفتر بهبود تغذیه جامعه

دانشگاههای علوم پزشکی سراسر کشور:

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اراک: خانم بهار شاه محمدی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اردبیل: رافت تکریمی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ارومیه: زهرا عسکرزاده

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اسدآباد: ایوب سلیمانی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اسفراین: ربابه رستمی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اصفهان: مهشید احمدیان

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز: مریم خالد نژاد

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اهواز: فریبا عالیپور

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران: ریتا مطیع دوست کومله

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایرانشهر: مریم بالین پرست

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایلام: محمد باقر جعفرپور

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آابیدان: نسرين عباسی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بابل: جلیل طالشی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بجنورد: روح اله یزدانی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بم: رقیه دهقانی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان: رضا خجندی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بهبهان: کاظم علی زاده برزیان

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بوشهر: پریسا نظری زاده

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بیرجند: حسین حاتمی کیا

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تبریز: لیلا عبدالهی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تربت جام: طاهره پریشان کردیانی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تربت حیدریه: محمد صالحی فر

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران: نرگس نیکخوی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی جهرم: علی اکبر زارعیان جهرمی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی جیرفت: مریم بی گنه

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خلخال: آرزیتا شریفیان

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خمین: اکرم اروچی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خوی: پروین بهبودی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی دزفول: شهرزاد ظفری

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی رفسنجان: نجمه ایران نژاد

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زابل: علی کشته گر

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زاهدان: زهرا سرگزی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زنجان: مهناز حدادیان

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ساوه: کبری ناصح

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سبزوار: حسن عباسیان

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سراب: سیمین حیدرپور

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سمنان: سهراب یدالهی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شاهرود: فاطمه رحیمی انارکی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرکرد: هوشنگ ناصری

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی: پیروش شیری

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شوشتر: محمد نصیری

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز: نغمه قربانی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی فسا: حسین محمدی فر

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین: آمنه احدی زاده

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قم: مهدی میرحیدری

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کاشان: منیره خاکپور

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کردستان: ثریا امانی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمان: رامین مرادی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه: الناز سلیمی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گراش: عالیہ مقدسی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گلستان: حمیده صادق زاده

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گناباد: فرخ شرفی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان: سهیلا اسدی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان: مهدی پاباغی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان: فروزان کردستانی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مازندران: شهرام آوازه

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مراغه: بهنام باقری

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مشهد: فاطمه حیدری

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور: مرضیه خانلقی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی همدان: ناصر فیاضی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی یاسوج: محمد طاهر پاراد

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی یزد: مهدی زارع سخویدی

اقدامات انجام شده

بزرگداشت روز جهانی پوکی استخوان در سال ۱۴۰۰ در کلیه دانشگاه های سراسر کشور بر اساس اقدامات برنامه ریزی شده اداره پیشگیری و کنترل بیماری های عضلانی - اسکلتی با هدف اصلی آموزش زنان بالاتر از ۵۰ سال در خصوص بیماری استئوپروز و همچنین با تاکید بر عوامل خطر ایجاد کننده بیماری به منظور ترغیب گروه در معرض خطر برای مراجعه جهت تشخیص به موقع و شروع به هنگام درمان پس از تشخیص قطعی و همچنین ارتقا آگاهی عموم مردم در خصوص بیماری، عوامل خطر و مداخلات موثر پیشگیری برنامه ریزی و از تاریخ ۲۸ مهر الی ۵ آبان ماه اجرا گردید.

محتوای آموزشی با همکاری مرکز تحقیقات استئوپروز پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم دانشگاه تهران و دفتر آموزش و ارتقا سلامت وزارت بهداشت و بر اساس شعارها و محتوای اعلام شده از سوی بنیاد بین المللی استئوپروز تدوین و در اختیار دانشگاه ها جهت بهره برداری قرار گرفت .

در سال جاری ۲ کتابچه با عنوان "راهنمای رژیم غذایی سالم برای استخوان ها" و " استئوپروز در مردان" و ۳ گزاره برگ شامل "خطر سقوط و شکستگی را کاهش دهیم" و "چگونه خانه خود را ایمن کنیم" و "سوالاتی که باید از مراقبین بهداشتی درمانی خود درباره سلامت استخوانم و پوکی استخوان پرسید" و ۶ عدد پوستر آگاهی بخش ترجمه و ایرانیزه شده و به همراه محتواهای آموزشی و تهیه شده ۲ سال گذشته از طریق اقدامات کلیه دانشگاه های علوم در اختیار عموم و گروه هدف قرار گرفت. همچنین دفتر بهبود تغذیه جامعه و دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس نیز به عنوان یکی از شرکای برنامه در برگزاری کمپین مشارکت داشتند .

ارتقا سطح آگاهی و عملکرد عموم، بویژه گروه هدف شامل زنان ۵۰ سال و بزرگتر از طریق اقدامات ذیل انجام گردید.

- ارایه آموزش های حضوری با برقراری کلاس های آموزشی ویژه گروه هدف در مراکز بهداشت و مراکز جامع سلامت توسط بهروز و مراقبین سلامت
- آموزش و آگاه سازی سفیران سلامت و رابطین محله هر مرکز جامع سلامت به منظور ارایه اطلاعات و آموزش ها به گروه هدف از طریق پیامک، تلفن، گروه های آموزشی و (جلب همکاری سفیران سلامت و رابطان محله مراکز و ارائه آموزش و مشاوره تلفنی، ارسال پیامک و خبر بهداشتی و برگزاری کلاس آموزشی توسط ایشان برای گروه هدف و برگزاری کلاس آموزشی توسط سفیران سلامت برای خانواده های تحت پوشش)
- تشکیل جلسات آموزشی گروهی در خانه سلامت شهر داری ها، مراکز تجمعی واکسیناسیون کرونا، پارک ها، مترو و ...
- هماهنگی با ادارات و اصناف و سازمان هایی که اعضای آن ها غالباً شامل گروه در معرض خطر بیماری می باشند به منظور ارایه آموزش ها به صورت آشنایی به پرسنل تحت پوشش و انتشار محتواهای آموزشی
- اجرای برنامه های مبتنی بر رسانه شامل انجام مصاحبه های خبری، نشست خبری، اطلاع رسانی و آموزش از طریق رسانه و جراید
- نصب تابلوهای اطلاعاتی، بیل برد، استند، بنر، شامل پیام های بهداشتی و آموزشی

- برگزاری محتوای آموزشی و اطلاع رسانی در کانال ها و سایت های عمومی (به دلیل شیوع بیماری کرونا آموزش به عموم مردم از طریق فضای مجازی با برگزاری محتوای آموزشی منتشر شده و پوستر های اطلاع رسانی ایرانیزه شده با پیام های ارائه شده بین المللی و پیام بهداشتی مرتبط بر روی سایت های مختلف و کانال های عمومی انجام پذیرفت)
- برگزاری آموزش های تخصصی برای پزشکان، گروه های دخیل در درمان و کنترل بیماری به منظور استاندارد سازی و ارتقا کیفیت خدمات پیشگیری و درمانی قابل ارائه به بیماران

نتایج و دست آوردها

ارتقا آگاهی گروه هدف بیماری پوکی استخوان از طریق آموزش و اطلاع رسانی به ایشان با برگزاری کلاس های آموزشی با رعایت پروتکل های بهداشتی دوران کرونا و در شرایطی که امکان آموزش وجود داشت در مراکز جامع سلامت شهری و روستایی و خانه های بهداشت

- ۱۴۶۳۴ جلسه آموزشی در خانه های بهداشت سراسر کشور تشکیل شده است و ۱۹۴۶۰۸ خانم بزرگتر از ۵۰ سال آموزش دیده اند
- ۹۱۶۸ جلسه آموزشی در مراکز جامع سلامت سراسر کشور تشکیل شده است و ۱۹۵۹۸۱ خانم بزرگتر از ۵۰ سال آموزش دیده اند
- ۱۵۱۵۰۸۴ سفیر سلامت و همکار محله آموزش دیده و آگاه شده اند و از طریق ایشان ۲۶۱۷۰۸۴ نفر اطلاع رسانی شده اند.
- ۲۵۲۳ جلسه آموزشی گروهی تشکیل شده و ۸۱۶۲۹ نفر آموزش دیده اند. این جلسات در مکان های عمومی نظیر فرهنگسراها، مراکز تجمعی واکسیناسیون، مراکز آموزشی شهرداری ها، ایستگاه های مترو و تشکیل شده است.

جدول ۱: تعداد جلسات آموزشی و فراوانی افراد آموزش دیده در این جلسات به تفکیک دانشگاه های کشور

نام دانشگاه	جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال	تعداد جلسات آموزشی تشکیل شده در خانه بهداشت	تعداد افراد شرکت کننده در جلسه آموزشی خانه بهداشت	تعداد جلسات آموزشی تشکیل شده در مراکز جامع سلامت	تعداد افراد شرکت کننده در مراکز جامع سلامت	تعداد گروهی و آموزشی عمومی در پارک ها و مراکز تجمعی واکسیناسیون و	تعداد افراد شرکت کننده در جلسات عمومی	تعداد آموزش دیده توسط سفیر سلامت، پیامک، چهره به چهره و ..	تعداد سفیر سلامت / رابط محله همکاری کننده در ارائه آموزش
اراک	106617	773	19590	303	6749	136	1560	8115	4208
اردبیل	115063	532	4433	200	1543	143	1946	6382	2145
ارومیه	262795	445	3394	197	7502	27	1644	12935	735
اسدآباد	10956	92	820	12	450	5	140	12000	300
اسفرااین	13943	49	780	19	1505	5	850	3500	946

نام دانشگاه	جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال	تعداد جلسات آموزشی تشکیل شده در خانه بهداشت	تعداد افراد شرکت کننده در جلسه آموزشی خانه بهداشت	تعداد جلسات آموزشی تشکیل شده در مراکز جامع سلامت	تعداد افراد شرکت کننده در مراکز جامع سلامت	تعداد جلسات آموزشی عمومی در پارک ها و مراکز تجمعی واکسیناسیون و	تعداد افراد شرکت کننده در جلسات عمومی	تعداد افراد آموزش دیده توسط سفیر سلامت، چهره به چهره و ..	تعداد سفیر سلامت / رابط محله همکاری کننده در ارائه آموزش
اصفهان	456460	355	6035	242	10041	83	7487	49753	22234
البرز	204929	40	266	27	1000	10	2000	10000	9237
اهواز	404622	356	7822	408	16395	89	7484	16365	3030
ایران	195016	56	676	371	3815	30	206	6216	56012
ایرانشهر	104343	237	1991	80	881	13	260	403	35
ایلام	49243	148	1752	61	1298	3	118	12766	6761
آبادان	42042	121	939	64	1071	37	3210	40000	39785
بابل	47993	233	5293	120	1614	333	15105	3676	44231
بجنورد	137296	147	2060	58	587	17	721	4368	661
بم	20317	107	886	38	1185	94	2096	5200	648
بهبهان	33000	29	147	16	160	0	0	7550	8
بوشهر	25175	132	542	130	476	0	264	225	9813
بیرجند	78846	130	4076	78	1883	25	236	3106	3323
تبریز	366874	515	5413	592	3367	12	530	18978	70106
تربت جام	20564	154	2274	37	508	11	1188	20640	11302
تربت حیدریه	34646	48	357	24	214	7	158	1186	296
تهران	153749	52	947	278	8649	121	5010	998747	499353
چهرم	23837	533	12850	63	6540	12	560	3800	69
جیرفت	59923	385	3282	106	1199	10	215	17082	2101
خلخال	11422	68	680	27	590	95	2119	821	506
خمین	13914	45	100	15	300	10	500	0	0
خوی	34753	96	600	12	400	10	700	3500	2000
دزفول	55078	20	160	12	313	0	0	120	160
رفسنجان	30898	72	864	12	370	25	740	75680	35284
زابل	29558	308	1794	117	1094	12	145	11419	4349
زاهدان	119582	163	980	86	425	18	750	730	146980
زنجان	99814	449	3209	120	2664	15	877	14715	1275
ساوه	25405	67	2175	14	371	4	203	13844	1078
سبزوار	181800	79	512	20	468	11	159	28488	2680

نام دانشگاه	جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال	تعداد جلسات آموزشی تشکیل شده در خانه بهداشت	تعداد افراد شرکت کننده در جلسه آموزشی خانه بهداشت	تعداد جلسات آموزشی تشکیل شده در مراکز جامع سلامت	تعداد افراد شرکت کننده در مراکز جامع سلامت	تعداد جلسات آموزشی عمومی در پارک ها و مراکز تجمعی واکسیناسیون و	تعداد افراد شرکت کننده در جلسات عمومی	تعداد افراد آموزش دیده توسط سفیر سلامت، چهره به چهره و ..	تعداد سفیر سلامت / رابط محله همکاری کننده در ارائه آموزش
سراب	14060	67	580	16	145	3	80	120	45
سمنان	41943	24	317	21	372	11		3690	2704
شاهرود	27636	64	640	32	950	10	490	4500	3450
شهرکرد	86921	368	3052	81	1300	0	0	14071	39356
شهید بهشتی	226911	117	705	133	7837	79	1105	34473	38949
شوشتر	16964	230	1150	67	804	28	1120	590	114
شیراز	427404	1732	16579	2300	24970	447	4274	216035	203115
فسا	21794	36	460	12	180	8	600	18000	20000
قزوین	113377	183	943	55	837	15	742	3415	423
قم	93737	65	860	83	1490	0	0	86725	14500
کاشان	47417	16	627	26	691	12	310	655	214
کردستان	293744	351	5903	100	4141	6	77	31249	4731
کرمان	112326	253	1548	133	1787	40	789	30297	14821
کرمانشاه	187223	795	22591	828	35535	0	204	52217	17993
گراش	4272	23	493	28	983	2	150	1240	137
گلستان	136665	335	2578	154	1121	61	1711	1752	398
گناباد	14370	56	1000	21	590	7	480	35000	326
گیلان	326400	650	8992	243	3373	99	3446	12996	14310
لارستان	25709	283	3760	78	2750	25	1050	6895	496
لرستان	89247	568	7392	202	3912	65	1734	36464	6143
مازندران	349763	446	5358	183	2936	3	62	75921	25872
مراغه	26910	26	320	35	435	2	65	365	23
مشهد	430704	145	1400	120	1120	19	133	4015	741
نیشابور	50531	259	5180	57	855	3	150	343647	114549
هرمزگان	371761	50	350	20	165	14	730	5290	270
همدان	173027	395	3546	130	10507	117	1325	169264	9568
یاسوج	49924	18	160	4	33	1	40	15000	25
یزد	95916	43	425	47	535	23	1581	888	160
کشوری	7427129	14634	194608	9168	195981	2523	81629	2617084	1515084

اطلاع رسانی و آموزش عموم مردم از طریق

- انجام ۵۱۸ مصاحبه ی رادیویی، تلویزیونی، چاپ مطالب آموزشی در جراید
- اطلاع رسانی از طریق شبکه های خبری استانی و سیمای ملی با مخابره ۱۰۲۷ خبر و پیام آموزشی
- چاپ شعار و پیام های بهداشتی در سر برگ مکاتبات اداری و زیر نویس در شبکه های تلویزیونی و پخش پیام های بهداشتی
- نصب ۲۴۹ عدد بیلبورد در اماکن عمومی در سطح کل کشور
- نصب ۲۳۳۵ عدد استند، بنر در ادارات و مکان های عمومی
- توزیع ۲۹۳۳۴۵ پمفلت/پوستر در سطح کشور
- هماهنگی و ارتباط با ۴۹۶۹ اداره و سازمان و اطلاع رسانی به ایشان به منظور آموزش پرسنل تحت پوشش

اطلاع رسانی و آموزش در ادارات کل کشور شامل هلال احمر -دادگستری - بهزیستی - شرکت گاز -جهاد کشاورزی - اداره حمل و نقل جاده ای -آموزش فنی و حرفه ای- راه و شهرسازی - آموزش و پرورش - دانشگاه - اداره تامین اجتماعی -میراث فرهنگی - صنایع دستی و گردشگری-اداره زندان و اقدامات تأمینی - اداره مخابرات- دامپزشکی - بسیج -فرهنگ و ارشاد اسلامی - سازمان انتقال خون --نماینده شهرک های صنعتی - اداره بنیاد شهید و امور ایثارگران جهاد کشاورزی-اداره منابع انسانی و رفاه-اداره حفاظت محیط زیست شهرستان-اداره تعاون روستایی-کمیته امداد امام خمینی- سازمان ملی استاندارد ایران-فرمانداری -معاونت توسعه و مدیریت و منابع انسانی-کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان-اداره امور آب و فاضلاب روستایی استان- بیمه خدمات درمانی استان- کتابخانه های عمومی استان - اداره راهداری و حمل و نقل استان- اداره کل امور عشایر- اداره کل غله- بانک ها- اداره کل فرودگاهها- صدا و سیما -توزیع نیروی برق استان- بهزیستی و...

- هماهنگی و ارتباط با تعداد ۵۶۹۲ صنف در کل کشور برقرار شده و اطلاع رسانی به ایشان به منظور آموزش پرسنل تحت پوشش
- اطلاع رسانی و آموزش در اصناف کل کشور شامل آرایشگران- قالیبافان- خیاطان - تاکسیرانی -قنادان-مراکز تهیه و طبخ غذا-لوازم یدکی-مراکز خدماتی-فروشگاههای زنجیره ای و...
- بار گذاری محتواها و کتابچه های آموزشی بر روی سایت ها و کانال های عمومی ؛ به طوری که ۲۱۰۶۵ کانال مجازی با عضویت ۴۱۴۰۶۱۲ و ۱۶۳۷ سایت عمومی با بازدید کننده ۹۴۲۸۷۶ نفر آموزش های آرایه شده در کمپین را منتشر کرده اند.

جدول ۲: آرایه آموزش و اطلاع رسانی عمومی به تفکیک دانشگاه های سراسر کشور

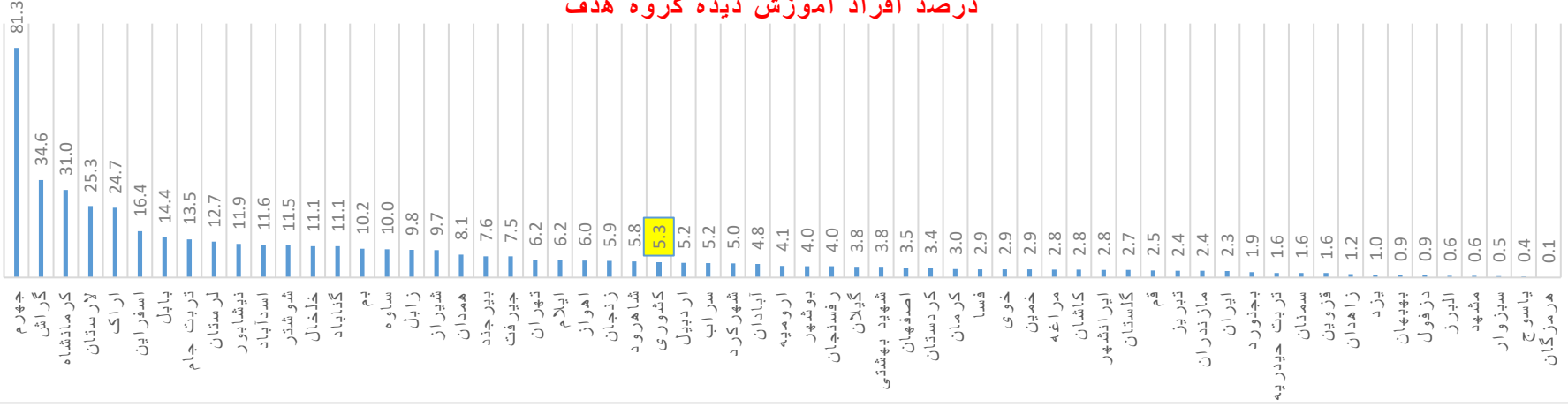
نام دانشگاه	جمعیت بزرگتر از ۲۰ سال تحت پوشش دانشگاه	تعداد بیل بورد نصب شده در اماکن عمومی	تعداد تابلوی الکترونی ک، استند، بنر، ... نصب شده در اماکن عمومی	تعداد پمفلت، کتابچه، گزاره، برگ، بروشور تراکت توزیع شده	تعداد مصاحبه خبری، نشست، برنامه از طریق رسانه جراید	تعداد خبر مخابره شده به رسانه های خبری و جراید	تعداد ادارات و سازمان ها	تعداد اصناف	تعداد سایت های بارگزاری کننده آموزش ها	تعداد بازدید کنندگان سایت	تعداد کانال/گروه مجازی بارگزاری کننده آموزش ها	تعداد اعضای عضو کانال/گروه
اراک	785527	3	33	8140	6	50	333	42	12	1668	527	333760
اردبیل	920508	2	33	3100	1	6	126	45	6	5427	336	138960
ارومیه	2165377	7	16	1800	3	15	113	21	58	114755	186	166501
اسدآباد	75906	0	20	5000	2	3	18	8	4	900	2	800
اسفراین	96996	1	5	300	1	0	25	2	1	470	45	3860
اصفهان	3760102	4	38	3858	11	43	96	120	22	43261	585	155577
البرز	2248636	5	5	5000	25	20	142	1072	9	11151	244	43350
اهواز	2410392	8	4	2962	0	23	271	0	2	400	7	700
ایران	2762020	23	10	1424	5	7	184	602	14	93425	2672	166274
ایرانشهر	759916	10	13	960	0	0	21	9	2	25	3	98
ایلام	449651	7	22	4100	3	1	76	18	1	10600	194	42500
آبادان	402596	0	8	368	4	5	6	4	3	600	45	6000
بابل	423053	3	4	1786	1	433	249	246	2	3562	2	5892
بجنورد	563040	16	21	585	7	10	76	15	10	6240	43	115395
بم	206397	0	11	870	0	0	10	2	0	0	78	22269
بهبهان	161189	0	0	550	0	5	10	4	1	65	300	7500
بوشهر	796665	2	1		2	14	135	122	24	1970	264	18090
بیرجند	572200	7	4	981	1	1	13	20	7	15000	81	55818
تبریز	2714924	6	160	1227	8	2	398	452	23	135325	737	18978

نام دانشگاه	جمعیت بزرگتر از ۲۰ سال تحت پوشش دانشگاه	تعداد بیل بورد نصب شده در اماکن عمومی	تعداد تابلوی الکترونی ک، استند، بنر، ... نصب شده در اماکن عمومی	تعداد پمفلت، کتابچه، گزاره، برگ، بروشور تراکت توزیع شده	تعداد مصاحبه خبری، نشست، برنامه از طریق رسانه جراید	تعداد خبر مخابره شده به رسانه های خبری و جراید	تعداد ادارات و سازمان ها	تعداد اصناف	تعداد سایت های بارگزاری کننده آموزش ها	تعداد بازدید کنندگان سایت	تعداد کانال/گروه مجازی بارگزاری کننده آموزش ها	تعداد اعضای عضو کانال/گروه
تربت جام	196496	6	7	2500	2	20	52	52	2	623	180	106000
تربت حیدریه	261355	0	0	3300	1	1	35	6	1	45	65	92756
تهران	2550566	0	14	2553	8	10	137	14	6	632	1797	525510
چهرم	181412	3	26	100000	1	5	4	0	1	2500	2	9803
جیرفت	474352	0	75	2715	1	1	25	5	2	70	343	17463
خلخال	63042	0	2	800	0	0	16	9	1	780	65	8115
خمین	86628	0	2	300	5	15	0	0	0	0	4	450
خوی	258513	0	2	350	2	3	4	0	3	9000	4	300
دزفول	329490	4	4	0	1	5	2	2	2	400	10	1500
رفسنجان	250838	2	4		2	4	9	15	10	2000	16	8160
زابل	286561	0	51	2900	1	1	43	173	0	0	204	3252
زاهدان	817355	1	16	2000	2	1	20	15	60	8430	25	18786
زنجان	802571	5	15	2400	2	1	110	386	6	877	300	34872
ساوه	270043	0	4	200	1	1	63	44	1	120	22	13456
سبزوار	352028	6	12	1095	27	26	13	2	6	1613	67	47300
سراب	96364	0	3	350	0	1	2	0	0	0	62	10000
سمنان	356565	0	2	539	1	0	28	7	3	17582	108	13904
شاهرود	202854	0	12	3500	1	1	11	6	1	400	46	3900
شهرکرد	697508	0	1	4541	150	0	42	33	0	0	32	14071
شهید بهشتی	4593052	0	39	1134	52	66	402	31	11	27041	478	140010
شوشتر	143207	0	770	4000	0	5	5	10	6	2000	100	5000
شیراز	3332387	14	46	43470	58	43	490	122	146	14173	2013	28659
فسا	155976	3	8	800	2		53	180	4	3000	23	4000
قزوین	997930	0	4	1490	3	3	16	77	15	3546	388	43564

نام دانشگاه	جمعیت بزرگتر از ۲۰ سال تحت پوشش دانشگاه	تعداد بیل بورد نصب شده در اماکن عمومی	تعداد تابلوی الکترونی ک، استند، بنر، ... نصب شده در اماکن عمومی	تعداد پمفلت، کتابچه، گزاره، برگ، بروشور تراکت توزیع شده	تعداد مصاحبه خبری، نشست، برنامه از طریق رسانه جراید	تعداد خبر مخابره شده به رسانه های خبری و جراید	تعداد ادارات و سازمان ها	تعداد اصناف	تعداد سایت های بارگزاری کننده آموزش ها	تعداد بازدید کنندگان سایت	تعداد کانال/گروه مجازی بارگزاری کننده آموزش ها	تعداد اعضای عضو کانال/گروه
قم	1017470	0	2	200	5	5	0	0	4	105370	25	5200
کاشان	368743	15	28	250	31	4	19	6	3	180	35	12562
کردستان	1202209	3	10	2968	1	2	208	121	14	2902	128	194375
کرمان	1004042	2	14	3317	19	14	69	74	13	26216	312	115136
کرمانشاه	1507733	3	18	1782	0	9	78	42	27	142461	4038	369543
گراش	34890	0	2	1235	1	1	0	0	2	1232	6	6000
گلستان	1239200	2	26	10000	14	19	94	27	9	13906	113	145833
گناباد	93941	20	308	5100	1	1	5	2	5	7750	182	45500
گیلان	2115885	0	21	5070	9	2	139	9	20	23772	334	57855
لارستان	195503	4	4	5670	0	1	8	6	2	8756	85	22300
لرستان	1327277	9	22	8206	0	2	20	106	6	4577	324	85628
مازندران	2044045	5	26	5230	10	4	88	16	36	2985	881	259920
مراغه	191846	1	5	150	26	1	2	1	1	1560	2	630
مشهد	2054421	4	24	228	15	2	12	0	1	8920	25	12000
نیشابور	390279	0	7	5000	1	1	63	10	5	9846	1165	129315
هرمزگان	1263236	15	270	570	8	38	5	0	3	17238	56	4670
همدان	1261843	4	3	12000	11	3	188	1230	980	22750	535	204342
یاسوج	512613	1	0	120	5		3	0	4	1200	35	6000
یزد	893569	13	18	2301	19	6	84	49	14	1579	79	11100
کشوری	58750933	249	2335	293345	1027	518	4969	5692	1637	942876	21065	4140612

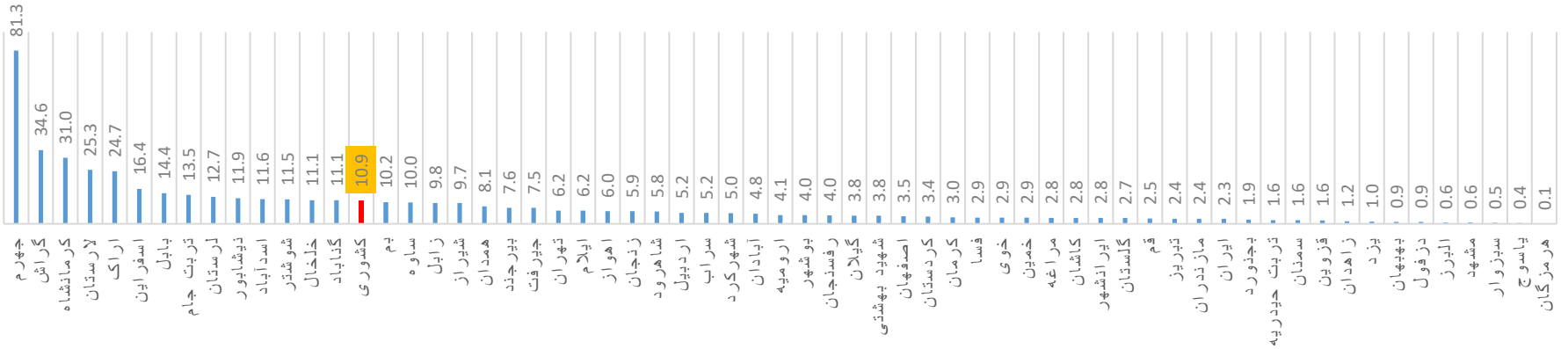
نمودار ۱: درصد زنان بزرگتر از ۵۰ سال که آموزش دیده اند به تفکیک دانشگاه های علوم پزشکی در سال ۱۴۰۰

درصد افراد آموزش دیده گروه هدف

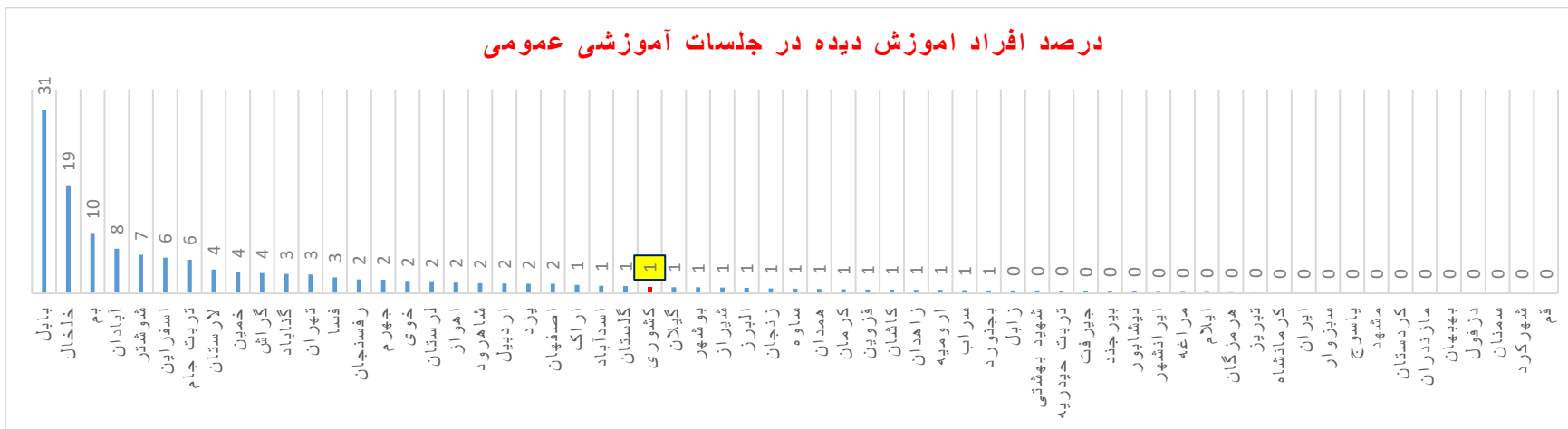


نمودار ۲: درصد زنان بزرگتر از ۵۰ سال که در مراکز جامع سلامت یا خانه های بهداشت آموزش دیده اند به تفکیک دانشگاه های علوم پزشکی در سال ۱۴۰۰

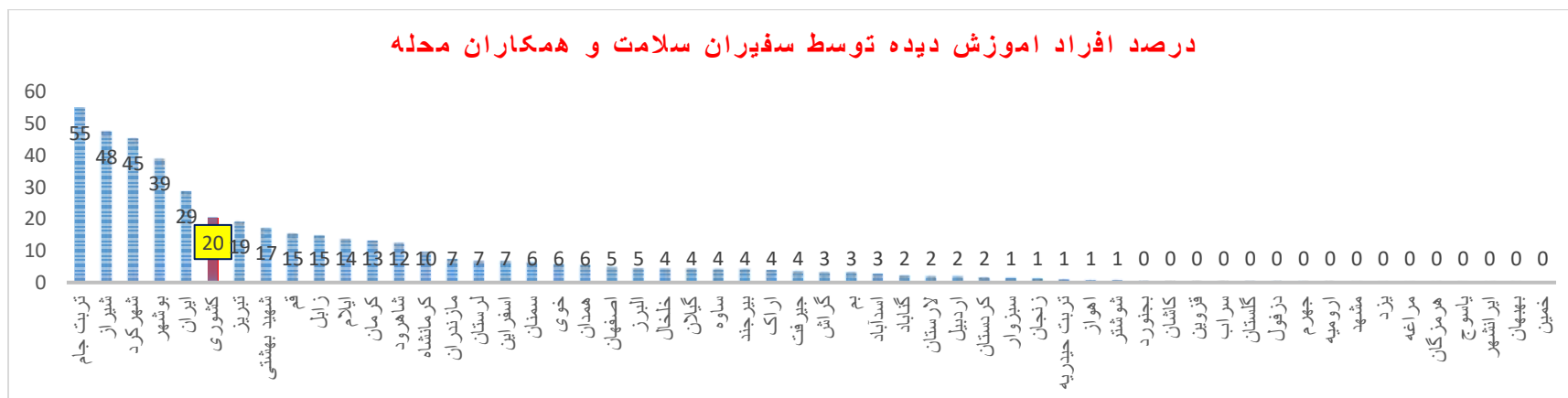
درصد افراد گروه هدف آموزش دیده در PHC



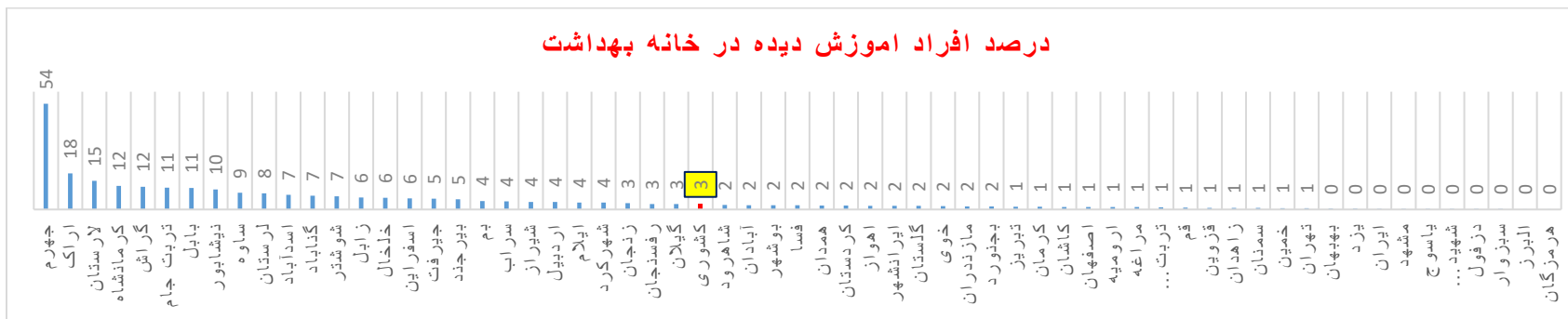
نمودار ۳: درصد زنان بزرگتر از ۵۰ سال که در جلسات آموزشی عمومی در فرهنگسراها، مراکز واکسیناسیون و ... آموزش دیده اند به تفکیک دانشگاه های علوم پزشکی در سال ۱۴۰۰



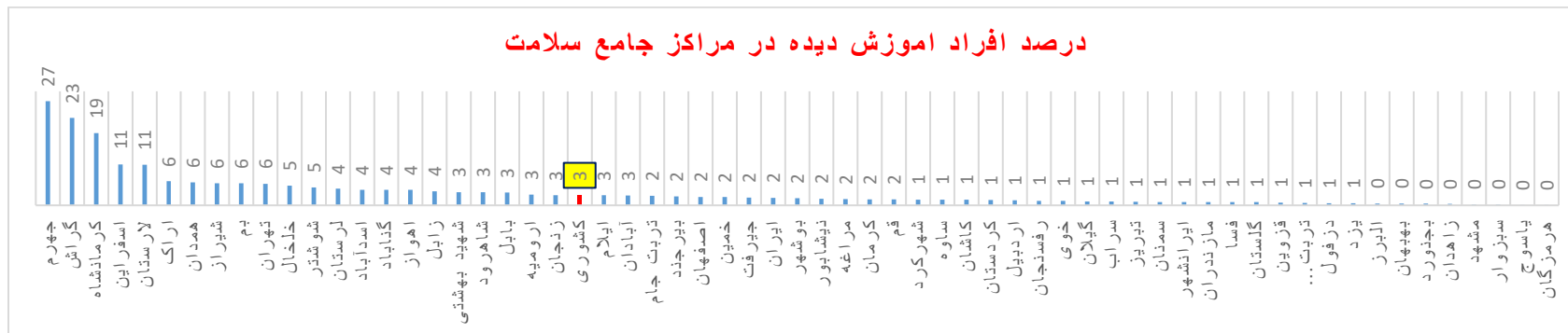
نمودار ۴: درصد زنان بزرگتر از ۵۰ سال که در توسط سفیران سلامت و همکاران محله آموزش دیده اند به تفکیک دانشگاه های علوم پزشکی در سال ۱۴۰۰



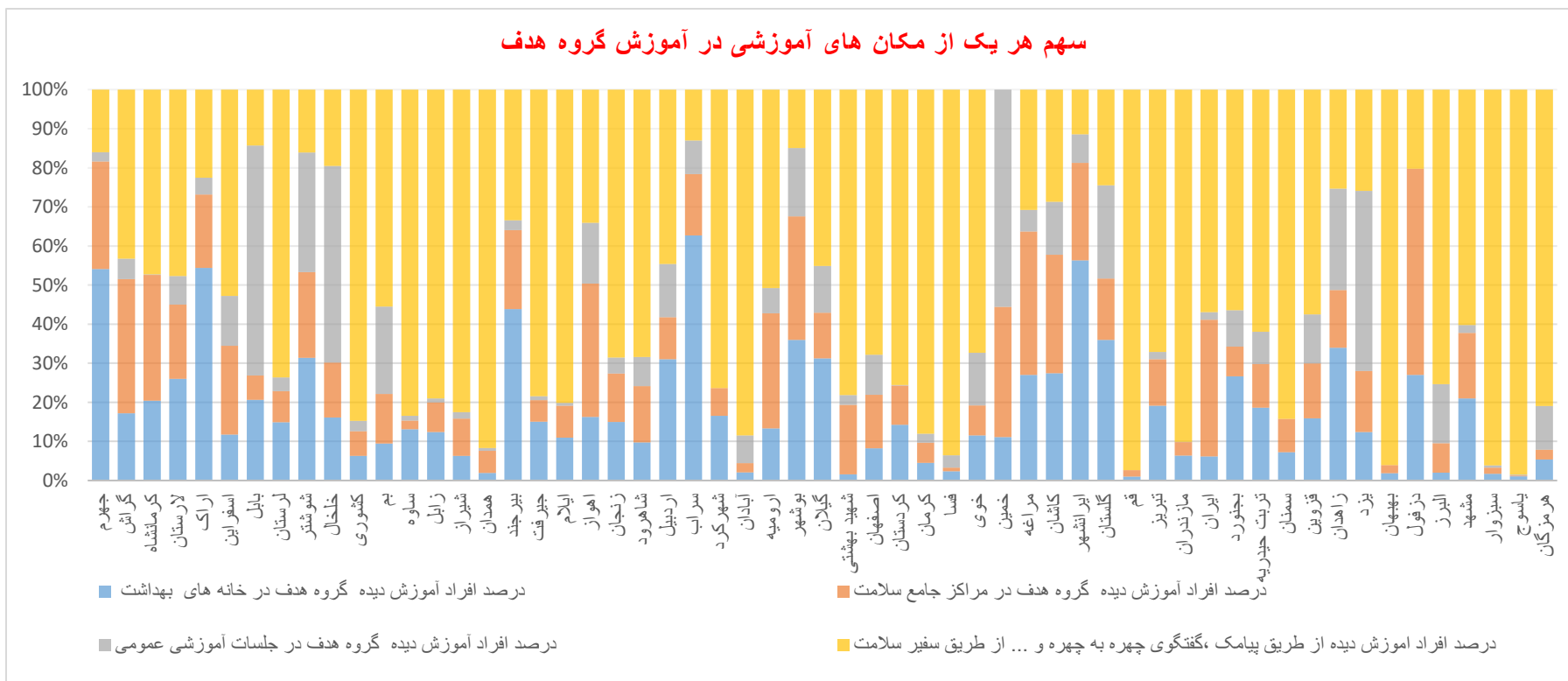
نمودار ۵: درصد زنان بزرگتر از ۵۰ سال که در خانه های بهداشت یا مراکز جامع سلامت روستایی آموزش دیده اند به تفکیک دانشگاه های علوم پزشکی در سال ۱۴۰۰



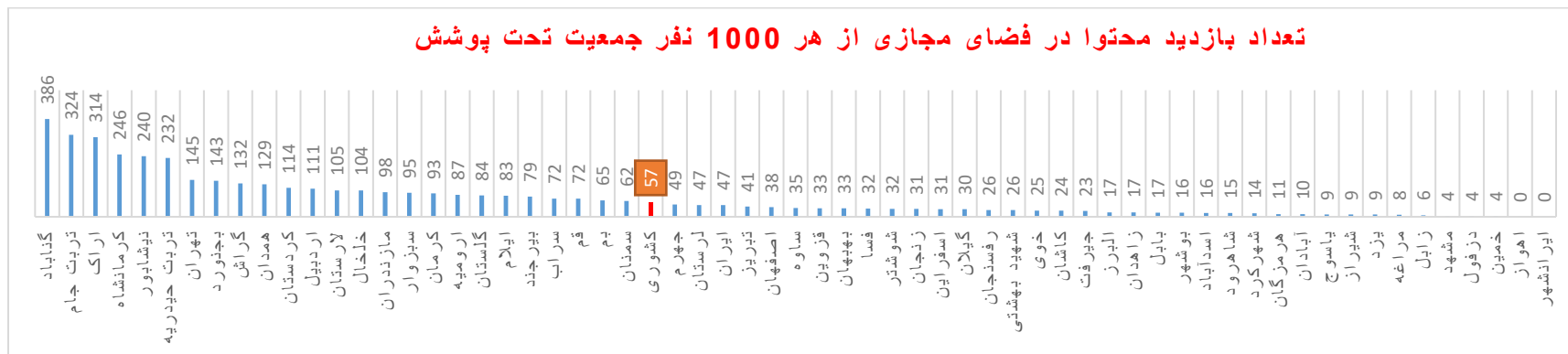
نمودار ۶: درصد زنان بزرگتر از ۵۰ سال که در مراکز جامع سلامت شهری آموزش دیده اند به تفکیک دانشگاه های علوم پزشکی در سال ۱۴۰۰



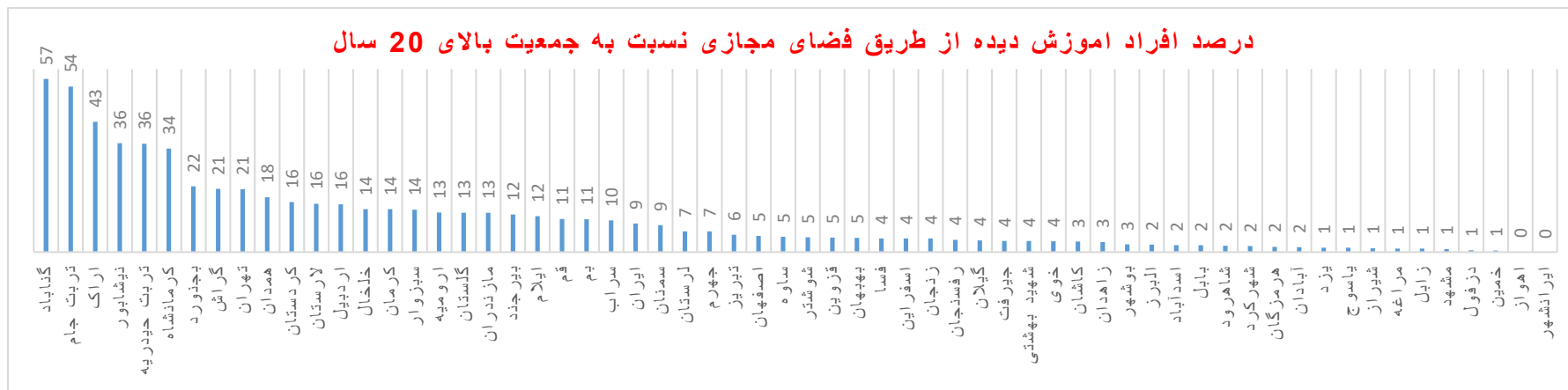
نمودار ۷: سهم هر یک از مکان های آموزشی در آموزش زنان بالاتر از ۵۰ سال یه تفکیک دانشگاه های علوم پزشکی کشور در سال ۱۴۰۰



نمودار ۷: تعداد بازدیدکنندگان از محتواهای آموزشی بارگذاری شده در فضاهای مجازی به ازای هر ۱۰۰۰ نفر جمعیت تحت پوشش به تفکیک دانشگاه های علوم پزشکی کشور در سال ۱۴۰۰



نمودار ۸: درصد بازدیدکنندگان از محتواهای آموزشی بارگذاری شده در فضاهای مجازی به ازای جمعیت بزرگتر از ۲۰ سال تحت پوشش به تفکیک دانشگاه های علوم پزشکی کشور در سال ۱۴۰۰



- برگزاری سمپوزیوم تازه های استئوپروز در تاریخ ۱۴۰۰/۰۸/۵ با حضور حدود ۳۰۰ شرکت کننده به صورت وبینار شامل عناوین؛ درمان دارویی و غیر دارویی استئوپروز، ارزیابی بالینی سلامت استخوان و ارزیابی خطر شکستگی (FRAX) و مانیترینگ و پیگیری استئوپروز که به آموزش ارایه دهندگان خدمات درمانی و کنترل کننده استئوپروز

جدول ۳: مقایسه درصد افراد آموزش دیده گروه هدف (زنان بزرگتر از ۵۰ سال) و درصد افراد بزرگتر از ۲۰ سال آموزش دیده از طریق فضاهای مجازی در کمپین های استئوپروز برگزار شده طی سال های ۱۳۹۸ و ۱۳۹۹ و ۱۴۰۰

درصد افراد آموزش دیده از طریق فضای مجازی در جمعیت بالای ۲۰ سال	درصد افراد آموزش دیده در جلسات آموزشی عمومی در جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال		درصد افراد آموزش دیده توسط سفیران سلامت و همکاران محله در جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال			درصد افراد آموزش دیده در مراکز جامع سلامت در جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال			درصد افراد آموزش دیده در خانه بهداشت در جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال			نام دانشگاه/سال	
	1400	1399	1400	1398	1399	1400	1399	1398	1400	1399	1398		
43	66	1	8	4	0	2	6	21	12	18	15	10	اراک
16	9	2	3	2	1	1	1	2	2	4	5	6	اردبیل
13	29	1	2	0	1	1	3	3	6	1	2	13	ارومیه
2	53	1	1	3	23	0	4	44	2	7	83	4	اسدآباد
4	17	6	3	7	3	5	11	4	1	6	19	5	اسفراین
5	7	2	2	5	3	2	2	5	4	1	4	2	اصفهان
2	5	1	4	5	1	2	0	1	11	0	1	1	البرز
0	1	2	0	1	3	1	4	11	2	2	3	2	اهواز
9	6	0	2	29	21	1	2	3	3	0	1	1	ایران
0	1	0	1	0	0	0	1	4	0	2	3	1	ایرانشهر
12	20	0	4	14	18	2	3	5	10	4	6	19	ایلام
2	8	8	4	95	11	1	3	5	26	2	8	15	آبادان
2	0	31	6	92	0	4	3	7	9	11	15	12	بابل
22	16	1	5	0	0	2	0	2	6	2	3	17	بجنورد
11	25	10	12	3	13	3	6	5	5	4	19	12	بم
5	4	0	4	0	2	0	0	0	5	0	1	3	بهبهان
3	3	1	1	39	0	1	2	13	0	2	8	1	بوشهر
12	9	0	10	4	4	1	2	10	4	5	9	6	بیرجند
6	6	0	0	19	0	0	1	1	1	1	1	0	تبریز
54	54	6	3	55	1	1	2	2	3	11	8	8	تربت جام
36	18	0	7	1	238	2	1	10	1	1	7	5	تربت حیدریه
21	2	3	1	325	3	0	6	2	2	1	2	0	تهران
7	6	2	1	0	105	1	27	13	12	54	58	45	چهرم
4	5	0	4	4	5	2	2	6	5	5	31	13	جیرفت
14	87	19	3	4	0	3	5	9	13	6	26	11	خلخال
1	19	4	5	0	0	0	2	3	3	1	2	3	خمین

درصد افراد آموزش دیده از طریق فضای مجازی در جمعیت بالای ۲۰ سال		درصد افراد آموزش دیده در جلسات آموزشی عمومی در جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال		درصد افراد آموزش دیده توسط سفیران سلامت و همکاران محله در جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال			درصد افراد آموزش دیده در مراکز جامع سلامت در جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال			درصد افراد آموزش دیده در خانه بهداشت در جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال			نام دانشگاه/سال
1400	1399	1400	1398	1400	1399	1398	1400	1399	1398	1400	1399	1398	
4	0	2	5	6	0	0	1	0	1	2	1	1	خوی
1	1	0	5	0	1	3	1	1	10	0	0	23	دزفول
4	3	2	4	114	3	4	1	7	6	3	8	8	رفسنجان
1	0	0	8	15	1	4	4	1	2	6	9	7	زابل
3	22	1	5	123	1	2	0	1	4	1	2	4	زاهدان
4	22	1	4	1	4	1	3	37	2	3	19	23	زنجان
5	3	1	8	4	0	6	1	3	6	9	2	3	ساوه
14	8	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	سبزوار
10	15	1	2	0	1	2	1	6	7	4	13	9	سراب
9	61	0	1	6	3	1	1	35	6	1	4	1	سمنان
2	1	2	22	12	0	5	3	8	7	2	16	3	شاهرود
2	2	0	0	45	52	0	1	6	2	4	7	2	شهرکرد
4	9	0	0	17	2	0	3	2	0	0	1	0	شهید بهشتی
5	1	7	39	1	0	5	5	2	27	7	2	11	شوشتر
1	2	1	3	48	9	1	6	2	4	4	3	3	شیراز
4	4	3	22	92	289	2	1	18	4	2	11	16	فسا
5	251	1	8	0	8	3	1	3	5	1	1	3	قزوین
11	5	0	3	15	0	0	2	1	2	1	1	0	قم
3	6	1	3	0	6	0	1	6	2	1	4	1	کاشان
16	59	0	3	2	4	1	1	1	6	2	3	8	کردستان
14	8	1	5	13	16	1	2	2	5	1	2	4	کرمان
34	13	0	4	10	4	10	19	7	24	12	10	16	کرمانشاه
21	7	4	0	3	14	0	23	5	0	12	11	0	گراش
13	32	1	1	0	2	0	1	6	3	2	11	4	گلستان
57	2	3	5	2	20	1	4	7	2	7	2	4	گناباد
4	2	1	2	4	4	1	1	3	6	3	4	8	گیلان
16	31	4	9	2	29	2	11	103	11	15	70	9	لارستان
7	6	2	5	7	50	2	4	5	4	8	6	9	لرستان
13	30	0	3	7	3	0	1	1	2	2	2	3	مازندران
1	2	0	1	0	0	2	2	2	3	1	8	11	مراغه
1	1	0	1	0	3	1	0	1	5	0	1	3	مشهد
36	1	0	3	227	2	1	2	3	10	10	3	18	نیشابور
2	1	0	1	0	0	3	0	0	5	0	0	15	هرمزگان
18	13	1	5	6	16	0	6	15	12	2	27	8	همدان

درصد افراد آموزش دیده از طریق فضای مجازی در جمعیت بالای ۲۰ سال		درصد افراد آموزش دیده در جلسات آموزشی عمومی در جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال		درصد افراد آموزش دیده توسط سفیران سلامت و همکاران محله در جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال			درصد افراد آموزش دیده در مراکز جامع سلامت در جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال			درصد افراد آموزش دیده در خانه بهداشت در جمعیت زنان بالاتر از ۵۰ سال			نام دانشگاه/سال
1400	1399	1400	1398	1400	1399	1398	1400	1399	1398	1400	1399	1398	
1	4	0	11	0	4	8	0	10	38	0	21	19	یاسوج
1	73	2	1	0	1	1	1	0	4	1	1	5	یزد
9	15	1	6	20	7	1	3	5	5	3	5	6	کل کشور

ضمائم

- **کتابچه های:** راهنمای رژیم غذایی سالم برای استخوان ها، استئوپروز در مردان
- **۳ گزاره برگ با عناوین:** خطر سقوط و شکستگی را کاهش دهیم، چگونه خانه خود را ایمن کنیم، سوالاتی که باید از مراقبین بهداشتی درمانی خود درباره سلامت استخوانم و پوکی استخوان بپرسید
- **۶ عدد پوستر**

برای مطالعه و دسترسی به موارد ذکر شده می توانید از لینک پورتال وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به آدرس <http://www.health.gov.ir/ncdc/SitePages/Home.aspx> و همینطور از سایت مرکز تحقیقات استئوپروز پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم دانشگاه تهران با لینک <http://emri.tums.ac.ir/WOD> و یا سایت دفتر آموزش و ارتقاء سلامت به آدرس iec.behdasht.gov.ir مراجعه نمایید.

