

بسمه تعالی
معاونت آموزش
دفتر طرح و برنامه های درسی

استاندارد آموزش شغل

عنوان آموزش شغل

دلک (ماساژر)

گروه شغلی

فناوری های راهبردی،
سلامت، طب ایرانی و گیاهان دارویی

کد ملی آموزش شغل

۶۱۱۲/۱۳۹/۱

تاریخ تدوین استاندارد: ۹۳/۴/۱



نظارت بر تدوین محتوا و تصویب : دفتر طرح و برنامه های درسی

کد ملی شناسایی آموزش شغل: ۶۱۱۲/۱۳۹/۱

اعضاء کمیسیون تخصصی برنامه ریزی درسی:
رئیس گروه برنامه ریزی درسی فناوری های راهبردی : دکتر پوراندخت نیرومند
دکتر محسن بیگدلی - دکتر علیرضا طاهرپور - دکتر محمد انصاری پور - ابوالفضل علیزاده - سید محسن جلالی -
شهرام گندابی - نرگس کیانی - عاطفه سادات جلال زاده - زینب وفائی نژاد - حسین امامی - حمیدرضا عصارپور
آرانی
افرادی که در روند تدوین این استاندارد مشاوره و اعمال نظر فرموده اند دکتر علیرضا حسین زاده دکتر مریم مقیمی

حوزه های حرفه ای و تخصصی همکار برای تدوین استاندارد آموزش شغل :
- ستاد گیاهان دارویی ، دانشکده طب سنتی دانشگاه تهران ، موسسه حجامت مازندران

فرآیند اصلاح و بازنگری :
توجه : در صورت درخواست ستاد گیاهان دارویی و طب ایرانی ، دانشگاههای مرتبط و متخصصین و صاحب نظران مورد
بازنگری و اصلاح قرار گیرد و پس از تأیید ستاد گیاهان دارویی و طب ایرانی اعمال گردد.

آدرس دفتر طرح و برنامه های درسی

تهران - خیابان آزادی ، خیابان خوش شمالی ، نبش خیابان نصرت ، ساختمان شماره ۲ ، سازمان آموزش فنی و حرفه ای

کشور ، پلاک ۹۷

تلفن ۹ - ۶۶۵۶۹۹۰۰

دورنگار ۶۶۹۴۴۱۱۷

آدرس الکترونیکی : Barnamehdarci @ yahoo.com



تهیه کنندگان استاندارد آموزش شغل ■ شایستگی □

ردیف	نام و نام خانوادگی	آخرین مدرک تحصیلی	رشته تحصیلی	شغل و سمت	سابقه کار مرتبط	آدرس ، تلفن و ایمیل
۱	دکتر غلامرضا کردافشاری	دکتر	طب سنتی	مدرس دانشگاه	۱۰ سال	تلفن ثابت : -۶۶۴۱۴۳۰۴ ۵۵۶۳۹۷۲۳ تلفن همراه : ایمیل : آدرس :
۲	حوریه محمدی	دکتر	طب سنتی	مدیر مرکز توسعه و آموزش دانشکده طب سنتی دانشگاه تهران	۵ سال	تلفن ثابت : -۵۵۶۳۹۷۲۳ ۶۶۴۱۴۳۰۴ تلفن همراه : ایمیل : آدرس :
۳	سمیه عقیقی	پرستاری	دانشجو	مدیر داخلی کلینیک طب سنتی	۵ سال	تلفن ثابت : ۶۶۴۱۴۳۰۴ تلفن همراه : ایمیل : آدرس :
۴	علیرضا حسینی	کارشناس پرستاری	پرستاری	مسئول اعمال یداعی کلینیک طب سنتی	۵ سال	تلفن ثابت : ۶۶۴۱۴۳۰۴ تلفن همراه : ایمیل : آدرس :
۵						تلفن ثابت : تلفن همراه : ایمیل : آدرس :
۶						تلفن ثابت : تلفن همراه : ایمیل : آدرس :



تعاریف :

استاندارد شغل :

مشخصات شایستگی ها و توانمندی های مورد نیاز برای عملکرد موثر در محیط کار را گویند در بعضی از موارد استاندارد حرفه ای نیز گفته می شود.

استاندارد آموزش :

نقشه ی یادگیری برای رسیدن به شایستگی های موجود در استاندارد شغل .

نام یک شغل :

به مجموعه ای از وظایف و توانمندی های خاص که از یک شخص در سطح مورد نظر انتظار می رود اطلاق می شود .

شرح شغل :

بیانیه ای شامل مهم ترین عناصر یک شغل از قبیل جایگاه یا عنوان شغل ، کارها ارتباط شغل با مشاغل دیگر در یک حوزه شغلی ، مسئولیت ها ، شرایط کاری و استاندارد عملکرد مورد نیاز شغل .

طول دوره آموزش :

حداقل زمان و جلسات مورد نیاز برای رسیدن به یک استاندارد آموزشی .

ویژگی کارآموز ورودی :

حداقل شایستگی ها و توانایی هایی که از یک کارآموز در هنگام ورود به دوره آموزش انتظار می رود .

کارورزی:

کارورزی صرفاً در مشاغلی است که بعد از آموزش نظری یا همگام با آن آموزش عملی به صورت محدود یا با ماکت صورت می گیرد و ضرورت دارد که در آن مشاغل خاص محیط واقعی برای مدتی تعریف شده تجربه شود.(مانند آموزش یک شایستگی که فرد در محل آموزش به صورت تئوریک با استفاده از عکس می آموزد و ضرورت دارد مدتی در یک مکان واقعی آموزش عملی ببیند و شامل بسیاری از مشاغل نمی گردد).

ارزشیابی :

فرآیند جمع آوری شواهد و قضاوت در مورد آنکه یک شایستگی بدست آمده است یا خیر ، که شامل سه بخش عملی ، کتبی عملی و اخلاق حرفه ای خواهد بود .

صلاحیت حرفه ای مربیان :

حداقل توانمندی های آموزشی و حرفه ای که از مربیان دوره آموزش استاندارد انتظار می رود .

شایستگی :

توانایی انجام کار در محیط ها و شرایط گوناگون به طور موثر و کارا برابر استاندارد .

دانش :

حداقل مجموعه ای از معلومات نظری و توانمندی های ذهنی لازم برای رسیدن به یک شایستگی یا توانایی . که می تواند شامل علوم پایه (ریاضی ، فیزیک ، شیمی ، زیست شناسی) ، تکنولوژی و زبان فنی باشد .

مهارت :

حداقل هماهنگی بین ذهن و جسم برای رسیدن به یک توانمندی یا شایستگی . معمولاً به مهارت های عملی ارجاع می شود .

نگرش :

مجموعه ای از رفتارهای عاطفی که برای شایستگی در یک کار مورد نیاز است و شامل مهارت های غیر فنی و اخلاق حرفه ای می باشد .

ایمنی :

مواردی است که عدم یا انجام ندادن صحیح آن موجب بروز حوادث و خطرات در محیط کار می شود .

توجهات زیست محیطی :

ملاحظات است که در هر شغل باید رعایت و عمل شود که کمترین آسیب به محیط زیست وارد گردد.



نام استاندارد آموزش شغل:	
دلاک (ماساژر)	
شرح استاندارد آموزش شغل:	
<p>دلاک شغلی است در حوزه فناوری های راهبردی سلامت طب ایرانی و گیاهان دارویی که دارای شایستگی های از جمله آماده سازی محیط انجام کار ، ماساژ ملاحظات قبل از انجام ماساژ ، انجام ماساژ و تعیین لزوم استفاده از روغن انجام دلاک و ورزش در صورت لزوم ، ملاحظات بعد از دلاک بوده که با شغل هایی از جمله طب سنتی و حجام در ارتباط است.</p>	
ویژگی های کارآموز ورودی :	
<p>حداقل میزان تحصیلات : دیپلم تجربی حداقل توانایی جسمی و ذهنی : از سلامت کامل روحی و جسمی برخوردار باشند. مهارت های پیش نیاز : گذراندن مبانی طب سنتی (بکارگیری اصول مقدماتی طب سنتی)</p>	
طول دوره آموزش :	
طول دوره آموزش:	۲۷۶ ساعت
- زمان آموزش نظری:	۶۳ ساعت
- زمان آموزش عملی:	۱۱۳ ساعت
- زمان کارورزی :	۱۰۰ ساعت
- زمان پروژه	
بودجه بندی ارزشیابی (به درصد)	
- کتبی:	۲۵%
- عملی:	۶۵%
- اخلاق حرفه ای:	۱۰%
صلاحیت های حرفه ای مربیان :	
<p>متخصصان طب سنتی و کارشناسان با تجربه با حداقل ۵ سال سابقه کار مرتبط طی نمودن دوره مهارتی مربوطه و یا قبولی آزمون صلاحیت حرفه ای استاندارد مربوطه سازمان</p>	



* تعریف دقیق استاندارد (اصطلاحی) :

دلاک کسی است که با دانستن عملکرد درست استخوانها ، اعصاب و عضلات باعث درمان برخی اختلالات حرکتی، کاهش یا بر طرف شدن درد، درمان یا کمک به درمان برخی بیماریهاوریلکسیشن یا اکتیویشن کردن بدن شود.

* اصطلاح انگلیسی استاندارد (و اصطلاحات مشابه جهانی) :

Masseur

* مهم ترین استانداردها و رشته های مرتبط با این استاندارد :

فیزیوتراپی ، کهنگیری ، ناف گیر ، رگ گیر و حجام

* جایگاه استاندارد شغلی از جهت آسیب شناسی و سطح سختی کار :

الف : جزو مشاغل عادی و کم آسیب طبق سند و مرجع

ب : جزو مشاغل نسبتاً سخت طبق سند و مرجع

ج : جزو مشاغل سخت و زیان آور طبق سند و مرجع

د : نیاز به استعلام از وزارت کار



استاندارد آموزش شغل

- شایستگی ها

ردیف	عناوین
۱	آماده سازی محیط انجام کار ماساژ
۲	ملاحظات قبل از انجام ماساژ
۳	انجام ماساژ و تعیین لزوم استفاده از روغن
۴	انجام دلک و ورزش در صورت لزوم
۵	ملاحظات بعد از دلک
۶	
۷	
۸	
۹	
۱۰	
۱۱	
۱۲	
۱۳	
۱۴	
۱۵	



	زمان آموزش			عنوان :
	جمع	عملی	نظری	
	۳۰	۲۰	۱۰	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			آماده سازی محیط انجام کار ماساژ
- تخت ماساژ / پاراوان / میز / صندلی / سطل آشغال / کپسول آتشنشانی				دانش :
			۳	-روش آماده سازی محیط و اتاق کار با نور و ترکیب رنگ و موسیقی مناسب و آرام بخش
			۲	-شناخت با ابزار و مواد
			۳	-روش آماده سازی و چیدمان وسایل مورد نیاز (ساکشن ، لیوان بادکش و ..)
			۲	-روش آماده سازی انواع مختلف روغن ها با رایحه های متفاوت و متناسب با انواع مزاجها
				مهارت :
		۸		- آماده سازی محیط و اتاق کار به طوری که نور و رنگ طوری تنظیم شود که آرام بخش و به دور از شلوغی و آلودگی صوتی همراه با موسیقی آرام و ملایم باشد.
		۴		- چیدن وسایل مورد نیاز(ساکشن ، لیوان بادکش و ...)
		۸		-تهیه و آماده سازی انواع روغن ها با رایحه های متفاوت که در ماساژ کاربرد دارند
		نگرش :		
	-دقت در نهایت تلاش برای ایجاد فضایی که بیماران در آن احساس آرامش کنند			
	ایمنی و بهداشت :			
	-			
	توجهات زیست محیطی :			
	-استفاده از وسایلی که مواد آن قابل بازیافت به محیط زیست باشند			
	-دفع صحیح ضایعات			



	زمان آموزش			عنوان : ملاحظات قبل از انجام ماساژ
	جمع	عملی	نظری	
	۲۹	۲۱	۸	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
- میز / صندلی / پرونده / خودکار				دانش :
			۳	- روش برقراری ارتباط با بیمار و جلب اعتماد اوجت انجام ماساژ
			۳	- روش گرفتن شرح حال
			۲	- روش ثبت اطلاعات بیمار در پرونده
				-
				مهارت :
		۶		- برقراری ارتباط با بیمار
		۴		- جلب اعتماد بیمار
		۷		- گرفتن شرح حال
		۴		- ثبت اطلاعات بیمار در پرونده و خواندن نسخه پزشک معالج
				نگرش :
				- دقت و نهایت تلاش برای برقراری ارتباط با بیمار
				-
				ایمنی و بهداشت :
			- رعایت فاصله استاندارد با بیمار	
			توجهات زیست محیطی :	
			- دفع صحیح ضایعات	
			-	



	زمان آموزش			عنوان : انجام ماساژ و تعیین لزوم استفاده از روغن
	جمع	عملی	نظری	
	۵۹	۳۴	۲۵	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
- انواع روغن های مورد نیاز / روکش یکبار مصرف / ملحفه / ترالی / اتو / لیوان بادکش یکبار مصرف و شیشه ای / ساکشن دستی و برقی / کیسه آب گرم / چوب لباسی / حوله / انگشتی			۶	دانش : -آناتومی استخوان ، عضلات و ... که در دلک مورد نیاز است
			۲	- کمکهای اولیه ای که در دلک مورد نیاز است
			۳	- انواع روغن هایی که مورد استفاده قرار میگیرند و تناسب آنها با مزاج بیمار
			۳	- انواع تکنیکهای روغن مالی در دلک
			۴	- نحوه ی پیدا کردن نقاط رفلکسی و قولنجی روش اجرای تکنیک های مختلف بر اساس شرایط بیمار (رفلکسی ، فشاری ، قولنجی و ...)
			۴	-روش شناسایی بیماریهایی که میتوانند مشکلات عضلانی و حرکتی ایجاد کنند
				مهارت : -استفاده از روغن (در صورت لزوم)
		۶		-تعیین تکنیک مورد نظر
		۶		-انجام تکنیک های مختلف بر اساس شرایط بیمار (رفلکسی ، فشاری ، قولنجی و ...)
		۸		-به کار گیری وسایل (انگشتی و ...) در هنگام کار بر روی نقاط رفلکسی - برطرف کردن قولنج نقاط قولنجی در صورت لزوم
	۸	۶		
	نگرش : - دقت در انجام تکنیک مورد نظر با بررسی شرایط بیمار(سن ، جنس ، وزن ، بیماری و ...) -دقت به موارد منع انجام برگی تکنیک ها در برخی بیماران			



	زمان آموزش			عنوان : انجام ماساژ و تعیین لزوم استفاده از روغن
	جمع	عملی	نظری	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
	ایمنی و بهداشت : استفاده از روپوش ماسک و دستکش در صورت لزوم			
	توجهات زیست محیطی : -عدم استفاده از موادی که باعث آلودگی محیط زیست میشود -دفع صحیح ضایعات			



	زمان آموزش			عنوان : انجام دلك و ورزش در صورت لزوم
	جمع	عملی	نظری	
	۳۳	۲۱	۱۲	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
				دانش :
			۴	- روش انجام انواع ورزشهایی بعد از دلك
			۴	- روش آموزش انجام حرکات ورزشی
			۲	- روش تعیین میزان مشارکت دلاک در نوع ورزش توصیه شده
			۲	- روش انتخاب نوع ورزش بر اساس مشکل بیمار
				مهارت :
		۴		- انتخاب نوع ورزش بعد از دلك بر اساس مشکل موجود در صورت لزوم
		۱۰		- اجرا و آموزش نحوه انجام حرکات ورزشی مورد نظر به بیمار
		۷		- مشارکت دلاک در انجام یکسری حرکات ورزشی
				نگرش :
			- دقت به اینکه در صورت لزوم حتما حرکات ورزشی را به بیمار آموزش داده و شرایط انجام دادن در همان محیط برای بیمار وجود داشته باشد	
			ایمنی و بهداشت :	
			- استفاده از وسایل حفاظتی به هنگام ارتباط تماسی و کلامی با بیمار	
			- استفاده از وسایل کمکی (انگشتی در رفلکس تراپی) جهت جلوگیری از ایجاد آسیبهایی عضلانی	
			توجهات زیست محیطی :	
			-	



	زمان آموزش			عنوان : ملاحظات بعد از دلک
	جمع	عملی	نظری	
	۲۵	۱۷	۸	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
- بروشور / پرونده				دانش :
			۲	- تغذیه و نوشیدنی بعد از ماساژ
			۲	- نکات کلیدی برای تصحیح پوزیشن برای جلوگیری از بازگشت مشکلات
			۳	- سایر اقدامات بعد از دلک از جمله استفاده از کیسه آب گرم ، ورزشهای متناوب ، دوش آب گرم و ...
			۱	- روش تعیین زمان جلسه بعدی
				مهارت :
		۵		- نوشتن تدابیر غذایی ، نوشیدنی ، بهداشتی، و ورزشی بر اساس شرایط بیمار
		۵		- دادن تمرینات ورزشی و تکرار آنها برای کمک به درمان
		۴		- آموزش صحیح پوزیشن های بدن برای جلوگیری از بازگشت مشکلات
		۱		- ثبت کار انجام شده در پرونده بیمار
		۲		- تعیین مراجعه بعدی بیمار (زمانبندی عملیات دلک)
				نگرش :
				- دقت به اینکه حتما تمرینات ورزشی و توصیه های تغذیه ای را بین جلسات درمانی به بیمار آموزش داده تا زودتر به درمان پاسخ دهد.
			ایمنی و بهداشت :	
			- رعایت فاصله اصولی در ارتباط با بیمار	
			توجهات زیست محیطی :	
			-	



- برگه استاندارد تجهیزات و ابزارومواد

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	تخت مخصوص با جای سر	-	۱ عدد	
۲	ملافه	پارچه ای	به تعداد کافی	
۳	روکش تخت یکبار مصرف	-	به تعداد کافی	
۴	انواع روغن ها	-	به مقدار کافی	
۵	اتو	-	۱ عدد	
۶	کیسه آب گرم	پلاستیکی	به تعداد کافی	
۷	بالش	-	به تعداد کافی	
۸	ساکشن دستی	پلاستیکی	۱ عدد	
۹	لیوان بادکش	پلاستیکی	به تعداد کافی	
۱۰	انگشتی	-	۱ عدد	

توجه :

- تجهیزات برای یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر در نظر گرفته شود .

- برگه استاندارد مواد

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
	ندارد			

توجه :

- مواد به ازاء یک نفر و یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر محاسبه شود .

- برگه استاندارد ابزار

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
	ندارد			

توجه :

- ابزار به ازاء هر سه نفر محاسبه شود .



- منابع و نرم افزار های آموزشی (اصلی مورد استفاده در تدوین و آموزش استاندارد)

ردیف	عنوان منبع یا نرم افزار	مؤلف	مترجم	سال نشر	محل نشر	ناشر یا تولید کننده
۱	جزوه ماساژ	دکتر رستگار پناه				
۲	مفرح القلوب	حکیم رازی				
۳	قانون	بوعلی	شرفکندی			
۴	خلاصه الحکمه	عقیلی خراسانی	استاد ناظم			

- سایر منابع و محتواهای آموزشی (پیشنهادی گروه تدوین استاندارد) علاوه بر منابع اصلی

ردیف	نام کتاب یا جزوه	سال نشر	مؤلف / مولفین	مترجم / مترجمین	محل نشر	ناشر	توضیحات
	ندارد						

فهرست سایت های قابل استفاده در آموزش استاندارد

ردیف	عنوان
۱	www.tim.ir انجمن تحقیقات طب سنتی
۲	www.tandorostan.org سایت مرجع طب سنتی تندرستان

فهرست معرفی نرم افزارهای سودمند و مرتبط

(علاوه بر نرم افزارهای اصلی)

ردیف	عنوان نرم افزار	تهیه کننده	آدرس	توضیحات
۱	کتابخانه جامع طب سنتی اسلامی	موسسه نور		