

# بهداشت مدارس *School Health*

واحد سلامت نوجوانان، جوانان و مدارس

تهیه کننده گان:

دکتر کامبیز نعمتی

خانم صغری علیزاده

بهار ۱۳۸۸

کشور ایران با جمعیت دانش آموزی میلیون نفر، یکی از جوانترین جوامع معاصر می باشد و لذا در جامعه ای با این ساختار جمعیتی، آموزش و بهداشت دو موضوع مهم پیش روی برنامه ریزان و سیاستگذاران خواهد بود. ازسویی کودکان، سرمایه های اصلی کشور هستند و پرورش آن ها از هدف های اصلی برنامه های توسعه اجتماعی، اقتصادی می باشد. برای دستیابی به اهداف توسعه باید تامین بالاترین سطح سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی کودکان به عنوان ضرورت و اولویت برنامه ای توسعه ای مورد توجه قرار گیرد. بعد از خانواده، مدرسه مهمترین نقش را در سلامت کودک دارد.

دانش آموز درمدرسه علاوه بر یادگیری مهارت خواندن و نوشتن دانش، نگرش و رفتارهای جدید را می آموزد. این رفتارها علاوه بر تاثیر بر سلامت فردی، نقش تعیین کننده در سلامت خانواده و جامعه دارد. برای توسعه سلامت دانش آموزان و کارکنان مدرسه، خانواده ها و افراد جامعه مدرسه جایگاه ویژه ای است. کودک ساعات زیادی را در مدرسه بسر می برد، در آنجا رشد می یابد و تکامل پیدا می کند. بنابراین آشنا ساختن کارکنان رده های مختلف بهداشتی با بهداشت مدارس امری ضروری است تا ضمن کسب توانایی لازم برای اجرای مطلوب برنامه های بهداشت مدارس، قادر باشند با انجام وظایف خود در جنبه آموزش معلمان و خانواده ها درباره موضوعات بهداشتی مدارس و دانش آموزان، رسالت خویش را در تحقق اهداف بهداشتی محقق سازند. این بخش به گونه ای تدوین شده است که فراگیر پس از مطالعه با برخی مفاهیم و اصول کلی بهداشت مدارس آشنا شده و قادر به ارائه آن ها به گروه هدف باشد.

### اهمیت بهداشت مدارس

مدرسه به عنوان یک ساختار اجتماعی، برای آموزش، محیطی را فراهم می نماید که کودک در آن سال های حساس زندگی خود را سپری می کند. هنگامی که کودک، دبستان را آغاز می کند شش سال از عمرش گذشته است و از محیط خانه به واحد اجتماعی مدرسه وارد و با محیط و با خطرات تهدید کننده سلامتی، تماس بیشتری پیدا می کند. کودک در مدرسه، فردی از افراد جامعه کوچک مدرسه است، به علاوه عضوی از اعضاء یک خانواده نیز می باشد که مجموع آن ها جامعه و اجتماع را تشکیل می دهد لذا با ارائه خدمات در مدارس خدمات بهداشتی به جامعه نیز گسترش می یابد. بهداشت مدارس در سیاست بهداشتی و راهبرد کلی سرمایه گذاری های بهداشتی درمانی کشور و مجموعه برنامه های توسعه و رفاه اجتماعی جایگاه و اهمیت ویژه دارد زیرا:

✘ مدرسه بعد از خانواده مهمترین نقش را در سلامت کودک دارد. دانش آموز در مدرسه علاوه بر یادگیری مهارت خواندن و نوشتن، اطلاعات، نگرش ها و رفتارهای جدید را می آموزد.

✘ بیش از ۱۸ میلیون دانش آموز در ۹۷۰۰ آموزشگاه سراسر کشور در کنار ۹۰۰۰۰۰ معلم به تحصیل اشتغال دارند، به علاوه نزدیک به دوسوم از مدارس به ویژه مدارس ابتدایی در نقاط روستایی کشور استقرار دارند. کثرت جمعیت دانش آموزان و وضعیت پراکندگی و استقرار مدارس بیانگر اهمیت بهداشت مدارس می باشد.

✘ علی رغم تلاش ها و موفقیت های سال های اخیر، هنوز تعدادی از مدارس کشور فاقد امکانات و تسهیلات بهداشتی می باشند و فضاهای آموزشی از استانداردهای لازم برخوردار نمی باشند همچنین هنوز بیماریهای واگیردار، بیماری های مختلف چشم، دهان و دندان، اختلالات شنوایی، قلبی و عروقی، بیماریهای انگلی کمبودهای تغذیه ای و بالاخره اختلالات رفتاری، سلامت دانش آموزان را تهدید می کند و موجب مشکلاتی در فراگیری وافت تحصیلی آن ها می شود و این درحالیست که شناخت به موقع و رفع مشکلات دانش آموزان اقدامی موثر و سنجیده در بهبود سلامت و پیشرفت آموزش آنها خواهد بود اگر در هر یک از مراحل اولیه زندگی نیازهای روانی، اجتماعی، فیزیولوژیک و یا آموزش دانش آموزان به موقع تامین نشود در دوره های بعدی زندگی جبران عوارض ایجاد شده امکان پذیر نیست و یا به دشواری جبران می شود برای رشد و توسعه یک نسل و بهبود و تکامل نسل بعد، راهکار اصولی آنست که برای بهداشت مدارس سرمایه گذاری شود.

✘ قریب یک سوم جمعیت کشور در زمان معین در مکان های مشخص با آمادگی کامل جهت یادگیری حضور می یابند که این امر علاوه بر سهولت دسترسی به گروه های هدف، دستیابی به اهداف بهداشتی را سهل تر می سازد.

✘ برخورداری دانش آموزان (در بعد فردی و اجتماعی) از امکانات بهداشتی و مراقبتی مناسب اثرات مطلوب بسیار دارد، از جمله نیروی درک و دریافتی آن ها را به حداکثر می رساند و با جلوگیری از افت ناموجه تحصیلی و در نتیجه از اتلاف سرمایه های وسیع می کاهد.

### تعریف بهداشت مدارس

طبق تعریف سازمان جهانی بهداشت، بهداشت مدارس عبارتست از مجموعه اقداماتی که به منظور تشخیص، تامین و ارتقاء سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی دانش آموزان و آندسته از کارکنانی که به نحوی در ارتباط با دانش آموزان قرار دارند به اجرا درمی آید. منظور از دانش آموز، کلیه افرادی است که در مقاطع و پایه های تحصیلی مختلف از پیش دبستانی تا پیش دانشگاهی در آموزشگاههای کشور به تحصیل اشتغال دارند.

### هدف کلی:

هدف کلی بهداشت مدارس عبارتست از تشخیص، تامین و ارتقاء سلامت جسمی، روانی و اجتماعی و معنوی دانش آموزان و کارکنان مدارس

### اهداف اختصاصی:

بهداشت مدارس ضمن فعالیت برای تحقق اهداف بهداشت عمومی، برای دستیابی به اهداف اختصاصی زیر تلاش می کند:

- ارتقاء سطح آگاهی، نگرش و رفتارهای بهداشتی دانش آموزان
- ارتقاء سطح آگاهی، نگرش و عملکرد بهداشتی کارکنان مدارس و والدین دانش آموزان
- ایجاد میل به سلامت در کودکان و نوجوانان دانش آموز
- آموزش، تمرین مهارت های سالم زیستن به نحوی که طبیعت ثانوی آن ها شود.
- بهبود وضعیت ایمنی و بهداشت محیط مدارس

### راهبردهای اساسی برای تحقق اهداف بهداشت مدارس

- طراحی نظام کارآمد و اثربخش بر مبنای نیازهای دانش آموزان، مدارس و جامعه
- ساماندهی هماهنگی بین بخشی در زمینه برنامه های بهداشت مدارس
- توسعه و بهبود کمی و کیفی ارائه خدمات بهداشتی، درمانی گروه های هدف بهداشت مدارس
- ساماندهی نظام اطلاعات بهداشت مدارس
- ساماندهی جلب مشارکت سازمانهای دولتی و غیردولتی و مردم در ارائه خدمات بهداشت مدارس
- بهبود کیفی آموزش بهداشت به دانش آموزان، والدین و کارکنان مدارس
- تامین دسترسی دانش آموزان و کارکنان مدارس به خدمات بهداشت مدارس
- افزایش توانمندی کارکنان در زمینه ارائه خدمات بهداشت مدارس
- ساماندهی تربیت، جذب، توزیع و تقویت نیروی انسانی و منابع مالی مورد نیاز بهداشت مدارس
- ساماندهی نظام پایش و ارزشیابی بهداشت مدارس

## اصول کلی خدمات بهداشت مدارس

برنامه ها و فعالیت های بهداشت مدارس را در چهار محور کلی آموزش بهداشت در مدرسه ، مراقبت بهداشتی درمانی دانش آموزان ، تدارک و نظارت برایمندی و بهداشت محیط مدرسه ، نظارت بر تغذیه دانش آموزان در مدرسه مطرح و مورد مطالعه قرارداد عنوان کلی برنامه های بهداشت مدارس به شرح زیر می باشد .

### الف - آموزش بهداشت مدارس

- آموزش بهداشت به دانش آموزان ، کارکنان مدارس و والدین دانش آموزان از طریق برنامه های درون مدرسه
- آموزش بهداشت به دانش آموزان ، کارکنان مدارس و والدین دانش آموزان از طریق برنامه های خارج از مدرسه

### ب - مراقبت بهداشتی و درمانی دانش آموزان

برای هرگونه اقدام جهت ارائه خدمات بهداشتی و درمانی به دانش آموز باید تعاریف عملی روشنی از دانش آموز نیازمند به مراقبت های بهداشتی و درمانی داشته باشیم و برای انجام این امر نیازمند شاخص های سلامت دانش آموز و معیارهای مداخله هستیم بنابراین ارائه خدمات بهداشتی درمانی در قالب فعالیت های زیر قابل اجرا می باشد :

- ارزیابی سلامت دانش آموز هنگام ورود به پایه اول ابتدایی و تشکیل و ثبت شناسنامه بهداشتی اوبه منظور مداخله به هنگام رفع مشکل
- انجام معاینات دوره ای بر اساس دستورالعمل اجرای شناسنامه سلامت دانش آموز به منظور مراقبت بهداشتی
- معاینات متناوب بهداشتی با هدف بیماریابی ، ارجاع و درمان
- مراقبت از دانش آموزان نیازمند مراقبت های ویژه مثل مبتلایان به بیماریهای مزمن
- مراقبتهای فوری در صورت نیاز به کمک های اولیه مثل حوادث ، زخم ها و بیماریهای ناگهانی
- ثبت و گزارش و پیگیری موارد ارجاع شده و مرجوعی از مراکز بهداشتی درمانی

### ج - تدارک ، نظارت برایمندی و بهداشت محیط مدرسه

برای تامین ، نگهداری و استفاده از محیط فیزیکی مناسب خدمات زیرمورد تاکید می باشد .

- رعایت استانداردهای لازم برای محیط فیزیکی و تاسیسات و تجهیزات بهداشتی مدرسه
- اعمال مدیریت و نظارت بر نگهداری مناسب از امکانات بهداشتی محیط مدرسه
- اعمال مدیریت و نظارت بر استفاده مناسب از امکانات بهداشتی موجود

### د - نظارت بر تغذیه دانش آموزان

بهبود تغذیه کودکان در سنین مدرسه مستلزم مجموعه فعالیت های هماهنگ و برنامه ریزی شده است بهداشت مدارس در پناه آموزش های صحیح به دانش آموزان ، والدین و کارکنان مدارس می تواند دو اقدام اساسی زیر را در بهبود تغذیه سنین مدرسه انجام دهد .

- اول نظارت بر نحوه عرضه و توزیع مواد غذایی به دانش آموزان در داخل و اطراف مدرسه
- دوم عرضه مواد غذایی مغذی و سالم برای ایجاد عادات غذایی مناسب در دانش آموزان

### آموزش بهداشت در مدارس

سازمان جهانی بهداشت مفهوم کلی سلامت را بدین شرح تعریف می کند: سلامت عبارت است از رفاه کامل جسمی روانی، اجتماعی و معنوی و نه فقط فقدان علیلی یا بیماری است و آموزش را اینگونه تعریف می کنند: آموزش یک اصطلاح کلی است که به تمام عوامل و تجربیات و فرایندهایی که بر نحوه کسب اطلاع و طرز فکر و پرورش مهارت ها و تغییر رفتار افراد نفوذ دارند مربوط است.

در سال ۱۹۲۶ میلادی آموزش بهداشت به وسیله دکتر وود چنین تعریف شده است. آموزش بهداشت مجموعه تجربیاتی است که به نحو مطلوبی بردانش، طرز تلقی و رفتار افراد جامعه موثر بوده و موجب سلامت فردی، اجتماعی و نژادی می شود. آموزش بهداشت در مفهوم و معنای کلی خود روش تعلیمی است که از طریق آن می توان در ایجاد و بهبود عادات و رفتار مطلوب بهداشت فرد، خانواده یا جامعه نقش موثر، مفید و فزاینده ای داشت.

### اهداف آموزش بهداشت مدارس

کولبی (Kolbi) نقش مدارس را در کسب آموزش بهداشت چنین تشریح می کند: بهداشت و آموزش، اهداف مرتبط و وابسته بهم هستند و مدارس یکی از راههای همگانی و مطلوب هستند که دستیابی به این دو هدف را فراهم می آورند مدارس از تسهیلات، کارکنان و نظام کارآمد برای حفظ و تقویت بهداشت جوامع برخوردار هستند.

### اهداف آموزش بهداشت مدارس عبارتند از:

- ✓ افزایش شناخت درباره فلسفه علم و بهداشت فردی و اجتماعی
  - ✓ بهبود نگرش نسبت به اتخاذ رفتارهای موثر بر سلامت آن ها
  - ✓ تقویت مهارت ها و تمایلات افراد در ایجاد رفتارهای موثر در بهداشت
  - ✓ گسترش مهارت های افراد در حفظ و گسترش بهداشت خانواده و جامعه ای که در آن زندگی می کنند.
- بطور خلاصه، افراد جوان با توجه به شرایط اقتصادی و اجتماعی جامعه خود درکی صحیح از بهداشت داشته باشند. آنها باید تلاش کنند تا به نحو احسن بر بهداشت جامعه خود تاثیر بگذارند و از امکانات موجود استفاده کرده در جهت ارتقاء بهداشت مدارس خود فعالانه تلاش نمایند.

- مدرسه بهترین مکان برای اجرای برنامه های آموزش بهداشت، مدرسه مناسب ترین مکان برای نیل به اهداف آموزش بهداشت می باشد و دانشمندان دلایل زیر را در اثبات این مهم ارائه می دهند:
- ✓ منابع انسانی و تجهیزات و امکانات آموزشی به حد کافی وجود دارد.
- ✓ حضور موظف دانش آموزان بر اجرای بهتر برنامه تاثیر دارد.

- ✓ کثرت دانش آموزان
- ✓ انتقال پیام ها و آموخته ها به اعضاء خانواده و جامعه

### نتایج آموزش بهداشت در مدارس

آموزش بهداشت مدارس در توانمندسازی دانش آموزان برای فراگیری دانش و مهارت ها به منظور ترویج بهداشت ضروری است. وبا در نظر داشتن اهمیت آموزش بهداشت که در سطرهای پیشین آمد. دستاورد فعالیت های آموزش بهداشت عبارت خواهد بود از:

- ✓ برخورداری دانش آموزان از سلامتی بهتر به دلیل کسب علم و تجربیات بهداشت
- ✓ موفقیت در فعالیت های اقتصادی، اجتماعی و مشارکت در بهره وری و توسعه اقتصادی ملی به لحاظ انجام موثرتر وظایف، افزایش ویا ازدست ندادن روزهای کاربخاطر بهره مندی از سلامتی مطلوبتر، استفاده کمتر از خدمات پزشکی و در نتیجه کاهش هزینه ها و افزایش تولید
- ✓ کیفیت زندگی بهتر خانواده و اجتماع بدلیل انتقال اطلاعات بهداشتی و مهارت های آموخته شده توسط دانش آموز به آنها
- ✓ حضور فعال دانش آموز در جامعه متاثر از بهبود آگاهی های علوم بهداشتی

### استانداردهای آموزش بهداشت

برای دستیابی به اهداف بهداشتی مدارس و بهبود سلامت دانش آموزان (کودکان و نوجوانان) تعیین استانداردهای ملی آموزش بهداشت بسیار ضروری است. استانداردهای آموزش بهداشت راهکارهای مناسبی برای افزایش آمادگی، پیشرفت یادگیری، بازآموزی و ارزیابی عملکردهای دانش آموزان و معلمان را فراهم می سازد هرچند وجود استانداردها به عنوان زیربنای توسعه آموزش و سلامت دانش آموزان تلقی می شود، ولی تاکنون استانداردهای ملی آموزش بهداشت تعیین نشده است. کلیات استانداردهای ملی آموزش بهداشت در مدارس آمریکا که براساس پایه های تحصیلی معین شده است به شرح زیر می باشد.

- ۱) دانش آموزان قادر به درک مفاهیم مربوط به ارتقاء سلامت و پیشگیری از بیماریها خواهند بود.
- ۲) دانش آموزان برای دستیابی به اطلاعات با ارزش بهداشتی و محصولات و خدمات ارتقاء دهنده بهداشت توانایی خود را نشان خواهند داد.
- ۳) دانش آموزان برای عمل به رفتارهای بهبود سلامت و کاهش دهنده خطرات سلامتی توانایی خود را نشان خواهند داد.
- ۴) دانش آموزان قادر خواهند بود که عوامل اثرگذار بر بهداشت مثل فرهنگ، رسانه ها و فناوری ها را تجزیه و تحلیل کنند.
- ۵) دانش آموزان توانایی خود در راستای استفاده از مهارت های ارتباطی بین فردی برای بهبود و توسعه بهداشت را نشان خواهند داد.

۶) دانش آموزان توانایی خود را جهت حمایت از بهداشت فردی، خانواده و اجتماع نشان خواهند داد. یادآور می‌گردد به علت تنوع پدیده‌ها و وسعت فرایندها و حالات و مشکلات و نیازهای مختلف در جوامع و دگرگونی‌های فراوان بیان یک طرح واحد و الگوی یک جامعه برای آموزش بهداشت مدارس کاری مشکل است و انتظار می‌رود هر کشوری عناوین و فعالیت‌های یادگیری را مناسب با نیازهای خود انتخاب نماید.

### سازماندهی و روش‌های آموزش بهداشت مدارس

ارتقاء بهداشت تاثیرگذار در مدارس، بدون آموزش مناسب افراد درگیر، دشوار خواهد بود. در سطح ملی، ما نیازمند برنامه‌هایی جهت ارتقاء آگاهی گیرندگان خدمت، ارائه‌کنندگان، سیاستگذاران و برنامه‌ریزان هستیم. باید مشخص کنیم به منظور ارتقاء بهداشت مدارس چه کسانی، چه نوع آموزش نیاز دارند و دوره‌های آموزشی برای مرییان و معلمان چگونه سازماندهی شود. برنامه آموزش بهداشت مدارس را به صورت‌های مختلف می‌توان اجرا نمود، روشهای متداول عبارتند از:

- ۱) آموزش بهداشت با بهره‌گیری از فرصت‌ها و موفقیت‌های پیش‌آمده، توضیح درباره بیماری خاص یا حادثه زمانی که یکی از دانش‌آموزان مبتلا شده باشد.
- ۲) گنجاندن مطالب بهداشتی، در کتب درسی یا در کتاب‌های دروس پایه‌های مختلف، مثلاً می‌توان بوسیله نسبت‌ها، میزان‌ها، درصد و سایر مسایل ریاضی بهداشت را به دانش‌آموزان بیاموزند.
- ۳) استفاده از کتابهای منبع، آموزش بهداشت برای دانش‌آموزان و معلمان که مطالب این کتاب‌ها راهنمای مناسبی برای ارائه اطلاعات و مجموعه فعالیت‌های مرتبط با بهداشت مدارس برای گروه هدف می‌باشند.
- ۴) آموزش دسته‌جمعی در کلاس
- ۵) آموزش از طریق برگزاری بحث‌ها، کنفرانس‌ها و سمینارها
- ۶) استفاده از وسایل کمک آموزشی مثل پمفلت، عکس، پوستر، فیلم و ...
- ۷) آموزش‌های فردی و مشاوره برای حل مشکلات دانش‌آموزان
- ۸) استفاده از روش آموزش همسالان، که آموزش توسط دانش‌آموزان با استفاده از روشهای مختلف مثل اجرای نمایش، ایفای نقش و... انجام می‌شود.
- ۹) آموزش‌های عملی، اجرا برای آموختن
- ۱۰) تشکیل نمایشگاه‌های گوناگون
- ۱۱) گردش علمی

## تغذیه در مدارس

تغذیه مناسب یکی از اساسی ترین پایه های سلامتی می باشد . تغذیه مناسب به عنوان یکی از محورهای مهم بهداشتی مدرسه مورد توجه بوده است . ارائه رژیم غذایی مناسب به کودکان ، نگهداری و توزیع مطلوب همچنین کنترل محل نگهداری و توزیع مواد غذایی در مدرسه بسیار مهم است . در برخی مدارس محل هایی برای فروش و عرضه مواد غذایی به دانش آموزان ایجاد شده است که برای کنترل نوع مواد غذایی عرضه شده و بهداشتی بودن آن فرصت بسیار مناسبی است . هر چند فروشندگان دوره گرد در اطراف مدرسه نیز از نکات اساسی در بهداشت تغذیه دانش آموزان می باشد .

در راستای بهبود تغذیه دانش آموزان مدرسه می تواند اقدامات زیر را انجام دهد .

۱) آموزش بهداشت تغذیه: مدرسه بر حسب سن و جنس دانش آموزان می تواند درباره تقسیم بندی مواد غذایی ، نقش مواد مغذی در بدن ، نقش تغذیه و رشد و یادگیری ، نحوه تهیه ، نگهداری ، طبخ و مصرف مواد غذایی ، مشکلات تغذیه ای دانش آموزان و بهداشت مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی آگاهی های ارزنده ای ارائه کنند .

۲) تشویق دانش آموزان به خوردن غذا در زمان های مناسب ( وعده و میان وعده ها )

۳) کنترل مواد غذایی که دانش آموزان با خود به مدرسه می آورند و مداخله و مذاکره با والدین برای بهبود آنها

۴) نظارت بر مواد غذایی که در مدرسه توزیع می شود ، همچنین همکاری با مراکز بهداشتی درمانی منطقه برای کنترل عرضه مواد غذایی اطراف مدرسه

۵) نظارت و هدایت افرادی که با مواد غذایی سروکار دارند برای معاینات پزشکی - بهداشتی .

۶) تشویق و ترغیب دانش آموزان برای خرید از محل های مجاز و بهداشتی عرضه کننده مواد غذایی .

۷) آموزش و نظارت بر رعایت بهداشت فردی کودکان به ویژه قبل و بعد از صرف غذا .

۸) معاینات و آزمون ها برای تشخیص برخی اختلالات تغذیه ای دانش آموزان و ارجاع آنها برای درمان

۹) همکاری و ترغیب دانش آموزان و خانواده آنها به کاشت و مصرف میوه و سبزی های دارای برگ سبزه در باغچه های خانه و مزارع .

۱۰) مشارکت در اجرای برنامه های کشوری یا منطقه ای تغذیه دانش آموزان مثل آهن یاری دختران دانش آموز

۱۱) انتقال پیام های مربوط به تغذیه صحیح و غذای سالم به خانواده ها و جامعه از طریق دانش آموزان و کارکنان مدرسه

۱۲) آموزش و سازماندهی دانش آموزان برای انجام کارهای سازمان یافته جهت بهبود تغذیه دانش آموزان و خانواده ها

بدیهی است باید زمان احداث ساختمان مدرسه محل مناسبی برای بوفه یا ناهارخوری در نظر بگیرند و تمام اقدامات لازم برای بهداشتی کردن آن از کارگرو مصالح ، ساخت و ساز و تجهیز وسایل مورد نیاز صورت بگیرد . همچنین لازم است در زمان های مقتضی نسبت به تعمیر و بهبود شرایط بوفه و ناهارخوری اقدام شود .

## ایمنی و بهداشت محیط مدارس

کنترل محیط ، به سازی آن و ایجاد شرایط مناسب در محیط مهمترین عاملی است که سلامت دانش آموزان را تضمین می کند . ایجاد محیط بهداشتی مناسب و آموزش استفاده صحیح و نگهداری از فضاها و تسهیلات در اختیار دواصل اساسی در حفظ و بهبود محیط بهداشتی مدارس هستند. تعیین معیارهای ساخت و ساز و مدیریت بهره برداری و بهسازی میتواند مشکلات موجود را مرتفع سازد .

بسیاری از مدارس به علت قدیمی بودن و یا استیجاری بودن اغلب با ساختمان های غیربهداشتی مشکلات فراوانی را بوجود می آورند که نداشتن معیارهای مشخص برای امکانات و تسهیلات بهداشتی و فضاها و تجهیزات براین مشکلات می افزود . از سال ۱۳۷۷ با تشکیل کمیته های هماهنگی بهداشت محیط و مواد غذایی مدرسه که با مشارکت ادارات و بخش های ذیربط از وزارت بهداشت و آموزش و پرورش که در دفتر بهداشت مدارس شکل گرفت تحولی ، در روند رویکرد بهداشت محیط رخ داد .

آیین نامه بهداشت محیط مدرسه مشتمل بر ۳۳ ماده و ۱۱ تبصره پس از تدوین مورد بازبینی قرار گرفت و پس از بررسی نهایی توسط کارشناسان بهداشت محیط و بهداشت مدارس کشور برای امضاء وزرای وقت دو وزارتخانه ارائه گردید که به علت تعهدات مالی برای اجراء آیین نامه مسکوت ماندهرچندان آیین نامه برای اجرا ابلاغ نشده است ولی به لحاظ پشتوانه علمی و تجربی آیین نامه و تلاش گروههای مختلف تخصصی به عنوان معیارهای بهداشت محیط به برخی از مواد آن اشاره می کنیم :

### برخی معیارهای بهداشت محیط مدارس

#### ماده ۱ :

محلی که برای احداث مدرسه در نظر گرفته می شود : باید ضمن نزدیک بودن به مسیر وسایط نقلیه عمومی ( از کلوخه ها ، خطوط راه آهن ، بزرگراه ها ، بیمارستان ها ، خطوط برق فشارقوی ، فرودگاه گورستان ، کشتارگاه دامداری ، مرغداری ، باغ خانه ، محل انباشتن زباله و کود ، مراکز پرسروصدا و پررفت و آمد و مراکزی که به نحوی ممکن است ایجاد مزاحمت ، دود ، گردوغبار و سروصدا نماید ) دور باشد . مدرسه باید حداقل ۵۰۰ متر با مراکز و محل های مذکور و مزاحم فاصله داشته باشد .

### ماده ۳:

لازم است نقشه ساختمانی مدارس از نظر معیارهای بهداشتی براساس استانداردهای موجود در آیین نامه طراحی فضاها مربوط به سازمان نوسازی مدارس و واحد بهداشت محیط و حرفه ای در مقاطع مختلف در نظر گرفته شود.

### ماده ۴ تا ۷:

معیارهای دیوار کلاس ها، کف کلاس ها، سقف کلاس ها و محل نصب تابلو را مشخص می کند.

### ماده ۸:

برای هردانش آموز در کلاس حداقل باید  $1/3$  متر مربع سطح در نظر گرفته شود بطور کلی فضای لازم برای هردانش آموز باید حداقل  $3/90$  مترمکعب باشد و حداقل ارتفاع اطاق ها از سه متر کمتر نباشد. حداکثر ابعاد قابل قبول برای هر کلاس درس ۸ متر طول و ۷ متر عرض می باشد.

### مواد ۹ تا ۱۵:

حاوی معیارهای مربوط به ضوابط ارگونومی، پله ها، پنجره ها و بالکن می باشد.

### ماده ۱۶:

در مدارس شبانه روزی، مساحت اطاق خواب باید مطابق استانداردهای طراحی فضاها و بهداشت محیط و حرفه ای برای هر اطاق خواب حدود ۳۰ متر مربع با ۴ تخت دوطبقه به ظرفیت ۸ نفر باشد و به ازاء هر نفر اضافی  $3/75$  متر مربع در نظر گرفته شود.

### ماده ۱۹:

نحوه دفع فاضلاب ها بایستی براساس استانداردهای موجود از نظر بهداشتی طراحی و اجرا شود.

### تبصره ۱:

تعداد توالت ها در هر مدرسه به ازاء هر ۴۵ نفر حداقل یک چشمه توالت و به ازاء هر ۶۰ نفر یک دستشویی منظور شود. بطور خلاصه با توجه به مشکلات، شرایط، وضعیت بهداشت محیط مدارس، مدرسه می تواند اقدامات زیر را جهت بهبود بهداشت محیط و ایمنی مدارس انجام دهد:

- ۱) شیوه نگهداری از ساختمان و تاسیسات بهداشتی را به دانش آموزان بیاموزد.
- ۲) دانش آموزان را به حفظ و نگهداری و استفاده بهینه از امکانات، ترغیب کند.
- ۳) شیوه استفاده صحیح از امکانات را بطور عملی بیاموزد.
- ۴) حتی الامکان برای بهسازی و تعمیرات از مشارکت دانش آموزان و والدین آنها بهره ببرد.
- ۵) برنامه ریزی برای استفاده از امکانات با مشارکت دانش آموزان
- ۶) سازماندهی و استفاده از توان دانش آموزان در کنترل بهداشت محیط مدرسه
- ۷) اقدام به موقع برای تعمیر و مرمت امکانات نیازمند

۸) زیباسازی دیوارها و ساختمان مدرسه از جمله رنگ آمیزی یا کاشتن درخت و گل در حیات مدرسه

۹) بازدید و ثبت وضعیت قسمت های مختلف ساختمان

۱۰) بالابردن سطح آگاهی های دانش آموزان در زمینه بهداشت محیط مدرسه

## خدمات بهداشتی درمانی لازم در مدارس

یکی از وظایف اساسی مدارس ، برنامه ریزی و انجام فعالیت هایی برای مراقبت بهداشتی دانش آموزان است . در این راستا به منظور تعیین وضعیت سلامت دانش آموز اقداماتی صورت گرفته و از سلامت آنها محافظت می گردد .

### اهم فعالیت ها :

۱) ارزیابی سلامت دانش آموزان و تشکیل پرونده بهداشتی برای دانش آموز : سنجش سلامت کودکان پیش از آغاز تحصیل با انجام معاینه صورت می گیرد . اخیراً شناسنامه سلامت دانش آموز به عنوان سند ملی به تایید وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی و وزارت آموزش و پرورش رسیده است . براساس مفاد شناسنامه مذکور کلیه دانش آموزان پایه اول ابتدایی ، دانش آموزان پایه اول راهنمایی و دانش آموزان پایه های اول متوسطه در هر سال تحصیلی نیاز به انجام غربالگری و مراقبت های مقدماتی خواهند داشت که برای کشف تعدادی از اختلالات عمده و مهم سلامت که آموزش و تحرک بدنی ایشان نیز تأثیری گذارد انجام می گیرد . شناسنامه سلامت دانش آموز برای گروه سنی ۶ تا ۱۸ سال در مقاطع تحصیلی ابتدایی ، راهنمایی و متوسطه تهیه و تنظیم شده است شامل موارد زیر می باشد :

- مشخصات عمومی و سوابق پزشکی

- ارزیابی مقدماتی دوره ابتدایی ، راهنمایی و متوسطه

- وضعیت ایمن سازی

- نمودارهای توده بدنی (BMI) و قد به سن دختران و پسران

- آزمون های ورزشی مرتبط با سلامتی و سوالات مربوط به آزمون های مذکور

- معاینات عمومی پزشکی

- نتایج معاینات پزشک عمومی و متخصص برای پایه های تحصیلی ( اول ابتدایی )

- نتایج معاینات پزشک عمومی و متخصص برای پایه های تحصیلی اول راهنمایی و اول متوسطه

- پیگیری ارجاعات و توصیه ها

۲) پیشگیری و کنترل بیماری ها ، انجام واکسیناسیون : شناخت موارد بیماری و اجازه بازگشت و حضور مجدد در کلاس درس در زمان مناسب برای دانش آموزانی که به بیماریهای واگیردار مبتلا می شوند . یکی از اقدامات اساسی برای پیشگیری از ابتلاء نوجوانان به دو بیماری دیفتری و کزاز انجام واکسیناسیون توام برای دانش آموزان اول دبیرستان (۱۶-۱۴ سال ) می باشد .

۳) انجام معاینات بهداشتی متناوب : با هدف بیماریابی نسبت به تشخیص دانش آموزانی که مبتلا به عوارض پنهان و یا بیماریهای مزمن هستند .

۴) مراقبت از کودکان نیازمند مراقبت‌های ویژه

۵) ارائه کمک‌های اولیه به دانش‌آموزان آسیب‌دیده: اقدامات فوری برای رساندن کمک‌های اولیه به مصدوم یا مصدوم به پزشک

### نقش و اهمیت مشارکت دانش‌آموزان، اولیاء آن‌ها و کارکنان مدارس در خدمات بهداشت مدارس

سیاست‌های بهداشتی در مدرسه باید علاوه بر پیشگیری از بیماری، بهداشت محیط و ایمنی، بهداشت روانی و عاطفی را نیز منعکس کند.

- اولین هدف ارائه خدمات بهداشتی پیشگیری از بیماری و رنج ناشی از آن‌ها است.

- دومین هدف، کشف هرچه سریع‌تر مشکلات و اقدام در برطرف کردن آنها است.

- سومین هدف رسیدگی به مشکلات طولانی مدت است که باید طوری کنترل و مهار شود که وخیم‌تر نشوند.

کارکنان بهداشتی به تنهایی نمی‌توانند این اهداف را تامین نمایند و دستیابی به این اهداف فقط با همکاری مدرسه و جامعه برآورده می‌شود.

خدمات بهداشتی نوعی مشارکت است که کارکنان بهداشتی، اعضای مدرسه و جامعه را درگیر می‌کند و بر پایه پیشگیری از بیماریها درسه سطح زیر عمل می‌کند:

۱) مانع از وقوع بیماریها می‌شود (محیط، تغذیه، ایمن سازی، ایمنی، توسعه مهارت‌های زندگی)

۲) مشکلات را شناسایی کرده و سریعاً وارد عمل می‌شود (کنترل سلامتی و اقدامات مورد نیاز آن، شناسایی

کودکان با مشکلات احساسی و ذهنی و کمک به آن‌ها اقدام عملی سریع در موارد بیماری‌های کمکی اولیه)

۳) مدیریت مسایل بهداشتی که با سادگی رفع نمی‌شوند: کارکنان بهداشتی باید فعالیت‌های خود را با دقت

برنامه ریزی کنند زیرا. آنها می‌توانند دانش و مهارت‌های خود را به معلمان و والدین بچه‌ها در مدرسه منتقل

سازند و ایشان پس از آن قادر خواهند بود در ارائه خدمات آنها را یاری دهند. تمام افراد مدرسه خصوصاً

کودکان سهم بزرگی در تامین خدمات بهداشتی دارند و بچه‌ها اغلب بهترین افراد قابل دسترسی برای کمک به

دیگران هستند. بنابراین سازماندهی و ایجاد تشکل‌های ارتقاء دهنده بهداشت مدارس و سلامت دانش‌آموزان

و جامعه با مشارکت دانش‌آموزان، کارکنان مدارس و خانواده‌ها تلاشی سنجیده در راستای ارتقاء توسعه

جامعه خواهد بود.

منبع: کتاب جامع بهداشت عمومی - فصل ۱۱- بهداشت مدارس - تألیف دکتر علی رمضانخانی

تهیه کننده گان: دکتر کامبیز نعمتی - صغری عزیزاده