



28/06/2020

د. عبير قدسي 03

RB Medicine

الصحة العامة والمهنية | Health

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

نتابع معكم أصدقاءنا رحلتنا في مادة الصحة العامة والمهنية، وسنتناول في هذه المحاضرة معايير الصحة العامة في المدارس، باسم العليم نبداً...

الصحة المدرسية

هو ذلك الفرع من فروع الصحة العامة الذي يهتم بصحة طلاب المدارس.

وهو علم وفن الوقاية من المرض والارتقاء بصحة طلاب المدارس من خلال جهود منظمة للمجتمع.

كما يدرس **القانونيات** التي تحكم صحة الأطفال في **سن المدرسة** وعلاقتها بالبيئة المدرسية، ويعد من التدابير الرامية التي تسعى إلى الحفاظ على صحتهم وتدعيمها والوقاية من الأمراض الجسدية والنفسية، وتوفير السبل المثلى والممكنة لتطوير وتعزيز العمليات التعليمية والتربوية الجارية.

يكون التركيز هنا على الطلاب ب **عمر 6-12 سنة** أي في المرحلة الابتدائية.

أهمية الصحة المدرسية:

من تُعطى الصحة المدرسية أهمية خاصة، وذلك بسبب أن:

الطفل يمضي زمناً طويلاً من وقته في المدرسة، سواءً في الباحة أو في الصف مُعرّضاً للعديد من العوامل البيئية المختلفة.

أطفال المدرسة يشكلون شريحة **واسعة جداً** في المجتمع.

alkamal



22330705

- ✍ أطفال المدرسة يخضعون لمرحلة مهمة من النمو والتطور الجسدي والنفسي.
- ✍ طلاب المدرسة مجموعة من السهل رصدها والوصول لها لتقديم مختلف الخدمات الصحية.
- ✍ هناك فرصة كبيرة لأن تنتقل الممارسات الصحية من غرفة الصف إلى منازل الطلاب عن طريق عملية **تأثير وتأثر**.

الغاية من الخدمات الصحية المدرسية هي إعطاء الطالب فرصة في التعلم.

البرنامج الصحي المدرسي

✍ يتضمن البرنامج الصحي المدرسي كل مما يلي:

- ✍ التثقيف الصحي من خلال المنهاج.
- ✍ التربية البدنية.
- ✍ الخدمات الصحية.
- ✍ الخدمات التغذوية.
- ✍ تعزيز صحة المُدرسين.
- ✍ المشاورة والخدمات النفسية.
- ✍ تأمين البيئة المدرسية.
- ✍ اكتناف الأهل والمجتمع في تعزيز الصحة.



البرنامج الصحي المدرسي

أهداف البرامج الصحية المدرسية (هام * *)

- ❖ تأمين البيئة الصحيّة المريحة والأمنة التي تسمح بتطوير إمكانيات الطفل العقليّة والاجتماعيّة.
- ❖ تقديم الخدمات الصحيّة التي تهدف إلى تعزيز الصحة، وكشف المشاكل الصحيّة لمعالجتها.
- ❖ التركيز على التربية الصحيّة (التثقيف الصحي health Education) الذي يوفر للطلاب فرصة لتعلم السلوك الصحي القويم.

الأسس الرئيسيّة في البرامج الصحية المدرسية

- ❖ تتضمن الأسس الرئيسيّة في البرامج الصحية المدرسية:
 - ✎ البيئة الصحيّة.
 - ✎ حماية الصحة وتحسينها.
 - ✎ التربية الصحيّة.
- والآن سنتحدث عن كل واحدة منها بالتفصيل...

أولاً: البيئة الصحيّة

✎ يوجد عدة أمور يجب أخذها بعين الاعتبار لنحظى ببيئة مدرسية صحيّة، وهي:

حماية البيئة:

- ✎ الحفاظ على أبنية صحيّة.
- ✎ تصريف الفضلات والتخلص من القمامة.
- ✎ الحماية من الحشرات والقوارض.
- ✎ الحماية من الحرائق، الحوادث بمختلف أشكالها.
- ✎ إجراءات نوعية (المطبخ، مهجع النوم في حالة المدارس الداخلية... إلخ).

البيئة الفيزيائيّة النموذجيّة: (هام * *)

- ✎ الموقع (المكان).
- ✎ البناء المدرسي.
- ✎ القاعة الصفية.
- ✎ القاعات الإضافيّة (صالات رياضية).
- ✎ الأبواب والأدراج.
- ✎ المرافق الصحيّة.
- ✎ أثاث الصف.

7. الموقع (المكان):

- بعيد عن الشوارع الرئيسية المزدهمة بالسيارات ليكون بعيداً عن:
 - ↳ الضجيج.
 - ↳ الحوادث المحتملة.
 - ↳ تلوث الهواء بسبب عوادم السيارات.
- بعيد عن المنشآت الصناعية وفضلات المعامل وضجيجها.
- بعيد عن مصادر التلوث الأخرى.
- قريب من سكن الأطفال.
- قريب من الحدائق والأمكنة الهادئة.

2. البناء (المدرسي):

- يجب أن تتوفر قواعد معينة من أجل الترخيص:
 - ↳ بناء على النظام الحديث.
 - ↳ تتوفر فيه الشروط الصحية.
 - ↳ مداخل عريضة وآمنة.
 - ↳ عدد طوابق مناسب (ألا تتجاوز الثلاثة أو الأربعة طوابق).
 - ↳ محاط بسياج مناسب.
 - ↳ فيه باحات التسلية، الملاعب، والحدائق (5 م² لكل تلميذ).

3. القاعة (الصفية):

- اتجاه مناسب من حيث الشمس والإضاءة.
- مساحة مناسبة لكل طالب (1.25 م² لكل طالب).
- ارتفاع الصف (أكثر من 3 أمتار).
- حجم الهواء لكل تلميذ (4-6 م³).
- شروط سمعية (عزل صوتي، وغياب الضجيج).
- شروط حرارية (يفضل أن تكون التدفئة مركزية حيث تكون الحرارة حوالي 16-18 درجة وتوزع الحرارة مضبوطاً).

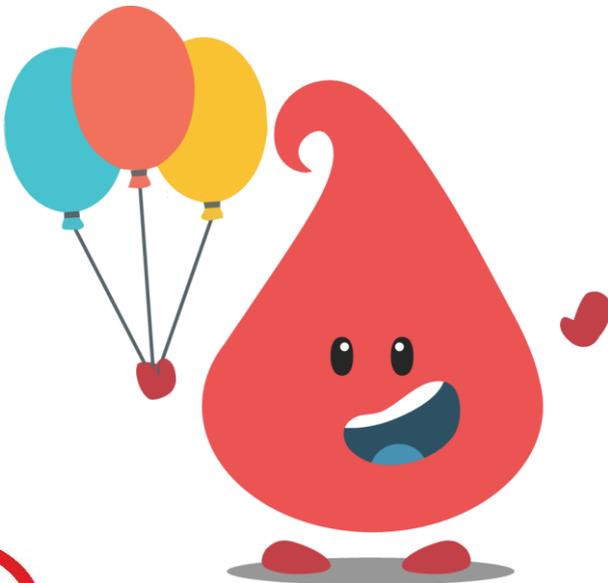
- شروط بصرية جيدة:
 - ✍ إضاءة طبيعية.
 - ✍ عدد النوافذ ومساحتها (أكثر من 5/1 من مساحة الصف).
 - ✍ إضاءة اصطناعية (بحدود 6-8 نيون).
 - ✍ إضاءة مناسبة فوق اللوح.
- وسائل التهوية (طبيعية وصناعية).
- لون الحائط والمواد المستخدمة بالدهان حيث يجب ألا تكون متفاعلة مع البيئة.

4. الأبواب والأدراج:

- عرض ممر باب قاعة الصف أكثر من متر¹.
- عرض الدرج = 1.25 م.
- ارتفاع الدرجة أقل أو يساوي 17 سم.
- سطح الدرجة أكثر أو يساوي 29 سم².
- ألا تكون الممرات مباشرة على الأدراج.
- ألا تكون الأدراج عالية.
- أن يكون سور الدرج عالٍ بما فيه الكفاية.
- ألا تكون الأرضيات قابلة للانزلاق.
- الصيانة الدائمة للأدراج.
- أن تكون الأدراج نظيفة.
- أن تكون الألوان مناسبة.
- ألا يكون عدد الدرجات كبير.

5. الباحة:

- أن تكون واسعة.
- أن تكون الأرضيات مناسبة لأعمار الطلاب لحمايتهم من الانزلاق والأذية في حال وقوعه.
- أن تكون الأسوار مرتفعة.
- أن يتم سقف جزء منها لحماية الطلاب من الأمطار وأشعة الشمس.
- أن تحوي مساحات خضراء على محيط الباحة.



¹ ويجب أن نحاول منع التدافع وإخراجهم بالدور.

² للسماح لأكثر من طالب بالخروج.

6. المرافق الصحية:

- أن يكون موقعها مناسب (في الباحة غالباً أو جانب بهو التسلية).
- أن تكون سهلة التنظيف (يتم تنظيفها مرتين يومياً) وتهويتها جيدة.
- مصدر آمن لمياه الشرب مع تنظيف دوري ومراقبة للخزانات.
- مزودة بالمياه الجارية.
- أعدادها مناسبة:
- ← مرحاض لكل 40 ولد.
- ← مبلولة لكل 20 ولد.
- ← مرحاض لكل 20 فتاة.

7. أثاث الصف:

- بعد أول مقعد عن اللوح 2-3 م.
- بعد آخر مقعد عن اللوح 8-9 م.
- ارتفاع اللوح مناسباً (حوالي 1 متر).
- لون اللوح أخضر داكن ومضاء بشكل جيد.
- المجالس ملائمة لجسم الطالب:
- ← العمق يساوي ثلثي طول الفخذ أو خمس طول الجسم.
- ← الارتفاع يساوي طول الساق.
- ← المقاعد منحنية قليلاً إلى الخلف.
- ← المسافة بين المسند والطاولة = طول الساعد ويجب أن تكون المسافة مناسبة للحركة والكتابة بأن واحد.

8. (البوفيه) مكان بيع (الأطعمة):

- أن يتم فحص الأشخاص العاملين في تحضير الطعام صحياً قبل توظيفهم منعاً من انتشار الأمراض السارية.
- تشديد المراقبة ووضع تعليمات حول كيفية تحضير الطعام.
- التفتيش بشكل دوري، ومراقبة مصادر الطعام (الخبز، اللحوم).
- مراقبة تاريخ صلاحية الأطعمة.



صور لبعض المظاهر المخالفة للشروط الصحيّة في المدارس

ثانياً: حماية الصحة وتحسينها

◀ تتم حماية الصحة وتحسينها عن طريق ما يلي: (هام * _*)

- ▲ الفحص الطبي وكشف الأمراض.
- ▲ مكافحة الأمراض السارية.
- ▲ مراقبة النمو.
- ▲ خدمات الصحية السنيّة.
- ▲ رعاية الطوارئ.
- ▲ رعاية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة⁴.
- ▲ التمنيع باللقاحات.
- ▲ الخدمات الصحية المقدمة للأساتذة.
- ▲ الإحالة³.
- ▲ الزيارات الصحية.
- ▲ تحسين صحة الطالب.
- ▲ البطاقة الصحية.

³ من المفروض وجود جهة طبية في المدرسة تقوم بإحالة الطلاب إلى المشافي المختصة.

⁴ سواء رعاية خاصة لذوي الاحتياجات الخاصة أو رعاية خاصة لطفل لديه إعاقة خفيفة.

اللقاحات المطبقة في سن المدرسة في سورية: (هام *_*)

- ✦ داعم شلل الأطفال.
- ✦ داعم ثنائي.
- ✦ MMR⁵.
- ✦ السحايا.
- ✦ ثنائي كهلي (دفتيريا وكزاز).

تُعطى اللقاحات بالعمر المناسب لها كما وأنها تختلف بحسب الوضع، كحدوث جائحة أو عند الحاجة لجرعة داعمة.

أهم الفحوص الطبية للكشف الطبي على تلميذ المدرسة: (هام *_*)

- ✦ القياسات البشرية الأنثروبومترية⁶ (تسقط على مخطط النمو).
- ✦ فحص القدرة البصرية.
- ✦ فحص السمع.
- ✦ فحص الفم والأسنان.
- ✦ فحص العقد البلغمية.
- ✦ فحص الجلد.
- ✦ فحوص مخبرية دموية جرثومية.

المشاكل الصحيّة الأكثر شيوعاً عند أطفال المدارس: (هام *_*)

- ✦ مشاكل الفم والبلعوم (التهاب اللوزات).
- ✦ الأمراض السارية (القمل والجرب).
- ✦ المشاكل الجلدية (الأكزيما).
- ✦ المشاكل التغذوية.
- ✦ مشاكل السمع.
- ✦ مشاكل نوعية في المدارس.
- ✦ الآفات الهيكلية (آلام الظهر والعمود الفقري).
- ✦ الأذيات والحوادث.
- ✦ مشاكل انفعالية.
- ✦ مشاكل الرؤية.
- ✦ الآفات السنية.

⁵ لقاح الحصبة، والنكاف، والحصبة الألمانية.

⁶ الطول والوزن والمحيط.

المشاكل النوعية التي يعاني منها الأطفال في المدارس:

- رهاب المدرسة.
- التغيب عن المدرسة.
- مشاكل التعلم.

الاهتمام بصحة الطلاب:

✦ التغذية:

- 👉 الوارد الكلي.
- 👉 الوجبة الطعامية.
- 👉 صحة الغذاء.
- 👉 التوعية التغذوية.

✦ اللياقة البدنية:

- 👉 الأثر الصحي.
- 👉 الانتباه للوضع الصحي.
- 👉 داخل وخارج المدرسة.

✦ تنظيم المدرسة:

- 👉 التوقيت.
- 👉 الترتيب.
- 👉 مراعاة العمر.

✦ الراحة واللهو:

- 👉 ضرورة.
- 👉 مراعاة الميول.
- 👉 أثرها الصحي.

✦ النوم:

- 👉 8-8.5 ساعة في اليوم.
- 👉 النوم النهاري.

التدابير المتبعة لوقاية الطلاب من الأمراض السارية:

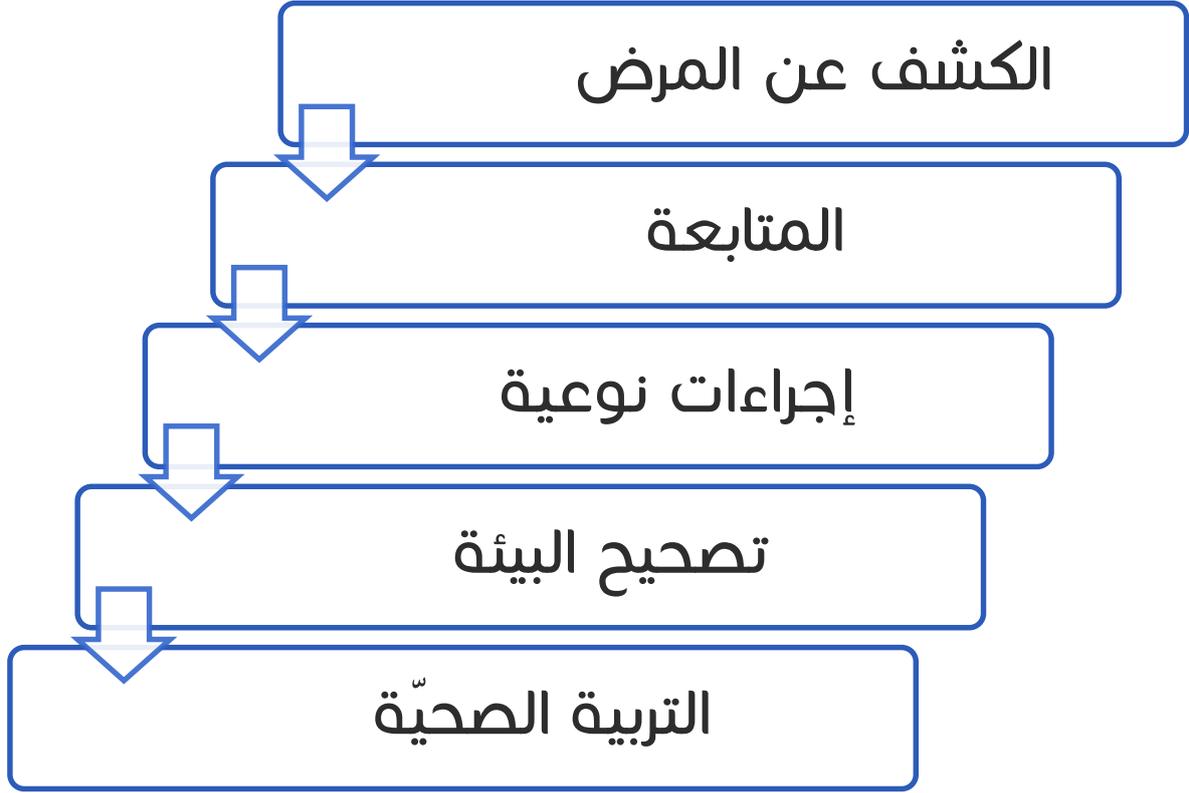
- ✦ التأكد من إعطاء اللقاحات⁷.
- ✦ توعية الطلاب حول سبل انتقال المرض.
- ✦ تأمين الشروط الصحية في المدرسة⁸.
- ✦ ملاحظة المعلمين اليومية للطلاب وإحالتهم عند اللزوم.
- ✦ تطبيق العزل⁹.

⁷ عن طريق البطاقة الصحية للطفل.

⁸ الهواء، الماء، الازدحام.

⁹ يتم تطبيق العزل على المريض خلال سرية المرض كأن يصاب بالتهاب كبد انتاني.

- ✦ فحص المخالطين وكشف الحالات بينهم.
- ✦ إبلاغ الصحة المدرسية عن أسماء المصابين.
- ✦ تجنب الأوبئة ومكافحتها من خلال الصحة البيئية.
- ✦ فحص العاملين في المدرسة (وخاصة العاملين في تقديم الأطعمة).
- ✦ تتم الوقاية من الأمراض والارتقاء بالصحة عن طريق:



الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة:

- ✦ يتم تصنيف الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وفق ثلاثة محاور، وهي:
 - 👉 صحياً.
 - 👉 اجتماعياً.
 - 👉 تعليمياً.

✦ تصنيف الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة:

- 👉 الأعمى، والأعمى جزئياً.
- 👉 الأصم، والأصم جزئياً.
- 👉 غير سوي تعليمياً.
- 👉 الحساس (مريض الربو - السكري).
- 👉 صرعي.
- 👉 صعب التكيف.
- 👉 معاق كلامياً.
- 👉 معاق جسمياً (عواقب شلل الأطفال).

ثالثاً: التربية الصحية



- * التربية الصحية في المنهاج.
- * برامج خاصة للتربية الصحية.
- * التربية الصحية للأساتذة.
- * التربية الصحية للأهالي.
- * توفر واستخدام لوحات التثقيف الصحي.
- * الزيارات الصحية.
- * مشاريع الطلاب.

ملاحظات:

- يجب أن يكون التثقيف الصحي بسن مبكرة، ومناسب لعمر المتلقي مع وجود سياسة صحية داعمة.
- المنهج الصحي المدرسي: يعمل على تنمية القدرات والمهارات الذاتية لدى التلاميذ لتحسين نوعية الحياة لديهم وتعزيز الحفاظ على الصحة العامة في المجتمع، من خلال تنفيذ نشاطات صحية عملية في البيئة المدرسية والمجتمع المحلي.



التربية الصحية في المناهج المدرسية.

المدرسة المعززة للصحة: (هام * *)

- ✦ تدعم الصحة والتعلم.
- ✦ يعمل بها الجميع للتأكد من أن المدرسة موقع صحي.
- ✦ تعمل نحو تأمين البيئة الصحية والتثقيف الصحي والخدمات الصحية إضافة إلى المشاريع المجتمعية وبرامج تعزيز الصحة.
- ✦ تنفذ سياسات وممارسات تحترم الفرد وتثني على إنجازاته.
- ✦ تعمل لتحسين صحة العاملين في المدرسة والأسر وأفراد المجتمع والتلاميذ.
- ✦ تعمل مع قادة المجتمع لمساعدتهم على كيفية مساهمة المجتمع في الصحة والتعليم.
- ✦ تُعتبر عمل متعدد القطاعات.

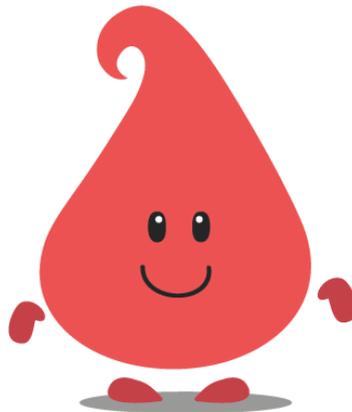
مسؤوليات طبيب المدرسة: (هام * *)

⚡ أن يقوم بدوره في:

- ✦ الفحص الطبي البدئي والدوري.
- ✦ معالجة المرضى من الأطفال.
- ✦ تقديم التربية الصحية.
- ✦ حضور مجلس الأولياء.
- ✦ كتابة التقارير الخاصة بالمدرسة.
- ✦ الإشراف على تطبيق اللقاح.
- ✦ مراقبة البيئة المدرسية.
- ✦ تقديم النصح حول البرنامج الصحي المدرسي.
- ✦ الاهتمام بالمصابين بإعاقة ما.

الصحة النفسية:

- من المهم مراقبة الحالة النفسية للأطفال في المدارس، وذلك عن طريق:
- توافر مرشدة اجتماعية في المدرسة.
- تشجيع الطلاب على المبادرة في حل المشاكل بين الطلاب.
- وضع مشرفات في الباحة لمراقبة حالات التنمر.



مسؤوليات معلم المدرسة:

- ✦ التعامل مع الطفل على أنه فرد من أسرة.
- ✦ يعرف دوره في مجال الخدمات الصحية.
- ✦ مراقبة الانحراف في صحة الطالب (وأدائه).
- ✦ أن يكون مثلاً للطلاب في مجال الممارسات والسلوك الصحي.
- ✦ يساعد الممرضة والطبيب ويعزز دورهم في تقديم الخدمات الصحية.
- ✦ يُدرّس التربية الصحية وقواعدها.
- ✦ يراقب بيئة المدرسة ويساهم في تحسينها.
- ✦ يتحاور مع الأهل والإدارة بخصوص مشاكل الطفل وتطوره.

ملاحظات:

- ✦ عند دخول الطالب إلى المدرسة يجب أن يكون معه بطاقة صحيّة توضّح وضعه الصحي ويذكر فيها إن كان يعاني من أي مشاكل، ثم تُسجل فيها نتائج الفحوص الدورية التي تجرى له خلال سنوات دراسته في المدرسة.
- ✦ من التصرفات الخاطئة عند الأهل إخفاء الوضع الصحي لأبنائهم كالصرع مثلاً، فعدم معرفة كادر المدرسة بوضعه تجعلهم غير قادرين على مساعدته بالشكل الأمثل إذا تعرّض لأي موقف، ومن وظائف طبيب الأسرة توعية الأهل حول هذا الموضوع.
- ✦ يجب توافر حقيبة إسعافات أولية في المدرسة، بالإضافة لوجود شخص على دراية بالإسعافات الأولية اللازمة في حال حدوث أي طارئ.
- ✦ يجب توافر مستوصف قريب من المدرسة في حال وقوع أي حادث.
- ✦ يجب التفتيش الدوري على النظافة الشخصية (القمل، الأظافر، الجرب).
- ✦ يجب توعية الطلاب في حال انتشار وباء معين عن كيفية التصرف الصحيح (عدم مشاركة الأطعمة والأشربة مع أحد، التنظيف الدوري لليدين، عزل المصابين عن باقي الطلاب).



أهم الأفكار الواردة في المحاضرة *_*

- * أهداف برنامج الصحة المدرسية:
 - ✓ تأمين البيئة الصحية، حماية الصحة وتحسينها، والتركيز على التربية الصحية.
- * فيما يخص البناء المدرسي والأبواب والأدراج:
 - ✓ تُبنى على النظام الحديث، محاطة بسيّاح، عدد الطوابق لا يزيد عن 3 أو 4، يجب توفر حدائق بمساحة 5 م² لكل تلميذ، عرض ممر باب الصف أكثر من متر، مساحة النوافذ أكثر من 5/1 من مساحة الصف، توفر إضاءة صناعية بحدود 6-8 نيون في الصف، ارتفاع الدرجات أقل أو يساوي 17 cm، وعرض الدرج 1.25 متر.
- * فيما يخص موقع المدرسة:
 - ✓ تُبنى بعيداً عن الشوارع الرئيسية، بعيداً عن المنشآت الصناعية، بعيدة عن الأسواق التجارية، قريبة من سكن الأطفال، وقريبة من الحدائق.
- * فيما يخص قاعة الصف:
 - ✓ يجب أن يتوفر مساحة 1.25 م² لكل طالب، حجم الهواء 4-6 م³ لكل طالب، الحرارة 16-18 درجة، ارتفاع اللوح 1 م.
- * فيما يخص أثاث الصف:
 - ✓ عمق سطح جلوس الطالب في المقعد يساوي ثلثي طول فخذ الطالب، ارتفاع اللوح 1 م، بُعد المقعد الأول عن اللوح 2-3 م، بُعد المقعد الأخير عن اللوح 8-9 م، لون اللوح أخضر داكن ومُضاء جيداً.
- * فيما يخص المرافق الصحية:
 - ✓ مرحاض لكل 40 ولد، مَبولة لكل 20 ولد، ومرحاض لكل 20 فتاة.
- * اللقاحات التي تُطبق في سن المدرسة في سورية:
 - ✓ داعم شلل الأطفال، داعم ثنائي، MMR، السحايا، وثنائي كهلي.
- * من الفحوص الطبية التي تُجرى دورياً للكشف الطبي على التلاميذ:
 - ✓ القياسات البشرية الأنثروبومترية، فحص القدرة البصرية، فحص السمع، فحص الفم والأسنان، فحص العقد البلغمية، فحص الجلد، وفحوص مخبرية دموية جرثومية.
- * تتم حماية الصحة وتحسينها عن طريق:
 - ✓ الفحص الطبي وكشف الأمراض، مراقبة النمو، البطاقة الصحية، والتمنيع باللقاحات...

✳️ المشاكل الصحية الأكثر شيوعاً عند أطفال المدارس:

✓ القمل، التهاب اللوزات، النخور السنية، الأكزيما...

✳️ مسؤوليات طبيب المدرسة:

✓ تقديم التربية الصحية، الفحص الطبي البدئي والدوري، مراقبة البيئة المدرسية، الإشراف

على تطبيق اللقاح، والاهتمام بذوي الإعاقة...

✳️ المدرسة المعززة للصحة:

✓ تدعم الصحة والتعليم، ذات موقع صحي، تنفذ سياسات تحترم الفرد، عمل متعدد القطاعات،

وتعمل مع قادة المجتمع.



بيئة فيزيائية نموذجية في قاعة صفية

إلى هنا نصل وإياكم إلى ختام محاضرتنا

لا تنسونا من صالح دعائكم *_ *_



RBCs