



اقدامات پیشگیرانه برای جلوگیری از انتشار بیماری کووید-۱۹ در بازگشایی مدارس

کودکان و نوجوانان امروز، شهروندان جهانی، عاملان قدرتمند تغییر و نسل آینده مراقبین، دانشمندان و پزشکان جهان ما هستند. در شرایط همه گیری بیماری کووید-۱۹ حمایت از کودکان و حفاظت از مراکز آموزشی به طور ویژه اهمیت دارد. هر بحران فرصتی است برای کمک به کودکان و نوجوانان برای یادگیری، تمرین مهربانی و شفقت و افزایش تاب آوری و در نهایت، ساختن جامعه ای امن تر و دلسوزتر، داشتن اطلاعات درست درباره بیماری کرونا به از بین بردن ترس و نگرانی های دانش آموزان نسبت به بیماری کمک میکند و آنها را برای مقابله با هرگونه پیامد ثانویه بیماری بر زندگیشان آماده میسازد. انجام اقدامات احتیاطی برای پیشگیری از امکان شیوع بیماری کرونا در محیط مدارس ضروری است. این راهنما برای جلب مشارکت مدیران مدارس، معلمان و کارکنان، والدین، مراقبین کودکان، اعضای جامعه و همینطور خود کودکان، در ارتقای وضعیت سلامت و ایمنی مدارس، مجموعه ای از پیام ها و ملاحظات کلیدی را ارائه می دهد. هدف، ارائه راهنمایی واضح و کاربردی برای باز نگه داشتن مدارس به شکلی ایمن، از طریق پیشگیری، تشخیص زودهنگام و کنترل بیماری کرونا در مدارس و سایر مراکز آموزشی است. با آموزش درست می توان دانش آموزان را تشویق کرد تا با دیگران در مورد چگونگی جلوگیری از پخش ویروس صحبت کنند و مدافعین پیشگیری و کنترل بیماری در خانه، مدرسه و جامعه خود باشند. برای باز نگه داشتن مدارس به شکل ایمن و با باز گشایی مدارس پس از تعطیلی، باید ملاحظات بسیاری را در نظر داشت که در صورت رعایت صحیح می تواند به ارتقای سلامت عمومی بیانجامد.

پیروی از اصول پایه می تواند به ایمن ماندن دانش آموزان، معلمان و کارکنان مدارس و توقف انتشار این بیماری کمک کند.

پیام ها و اقدامات کلیدی برای مدیران، معلمان و کارکنان مدارس

- ۱- دانش آموزان، معلمان و دیگر کارکنان در صورت داشتن بیماری، نباید به مدرسه بیایند.
- ۲- مدارس باید قوانین شستشوی مرتب دست ها با آب و صابون، استفاده از محلول الکل، ژل ضدعفونی کننده دست یا محلول کلر را اعمال کنند.
- ۳- بر شستشوی مرتب دست ها و رعایت بهداشت تاکید کرده و اقلام بهداشتی مورد نیاز مدرسه را تهیه کنند
- ۴- ایستگاه هایی برای شستشوی دست با آب و صابون آماده کنند و در صورت امکان، ژل و محلول ضدعفونی دست را در همه کلاس های درس، ورودی و خروجی ها و نزدیک آب خوری ها و سرویس های بهداشتی قرار دهند.
- ۵- سطوح مدرسه باید حداقل یک بار در روز ضدعفونی شوند.
- ۶- ساختمان مدرسه، کلاس ها و به خصوص آب خوری ها، سرویس های بهداشتی، سطوحی که توسط افراد زیادی لمس می شوند مانند نرده ها، لوازم ورزشی، دستگیره های در و پنجره، ابزار کمک آموزشی حداقل یک بار در روز تمیز و ضدعفونی شوند
- ۷- مدارس باید آب، وسایل بهداشتی و امکانات مدیریت زباله داشته باشند و دستورالعمل نظافت محیط و آلودگی زدایی را رعایت کنند.
- ۸- فعالیت بوفه ها و پایگاه تغذیه سالم مدارس ممنوع است.
- ۹- ساختمان مدرسه، کلاس ها و به خصوص آب خوری ها، سرویس های بهداشتی، سطوحی که توسط افراد زیادی لمس می شوند مانند نرده ها، لوازم ورزشی، دستگیره های در و پنجره، ابزار کمک آموزشی حداقل یک بار در روز تمیز و ضدعفونی شوند
- ۱۰- مدارس باید آب، وسایل بهداشتی و امکانات مدیریت زباله داشته باشند و دستورالعمل نظافت محیط و آلودگی زدایی را رعایت کنند.

- ۱۲- نیروهای خدماتی در هنگام نظافت باید از لباس حفاظتی، ماسک، چکمه و دستکش استفاده کنند.
- ۱۳- از اطلاعات پایه درباره بیماری شامل علائم بیماری، عوارض مربوطه، راه های انتقال و چگونگی جلوگیری از انتقال آن، آگاهی داشته باشند.
- ۱۴- مدارس باید اصول فاصله گیری اجتماعی، فاصله یک تا دو متر (حداقل یک متر) را ترویج کنند.
- ۱۵- ساعات شروع و پایان مدرسه را به گونه ای قرار دهند که از هم زمانی رفت و آمد دانش آموزان و ازدحام جلوگیری شود.
- ۱۶- دوره‌های ورزشی و مراسم‌هایی که باعث تجمع و ازدحام دانش آموزان می‌شد لغو شود.
- ۱۷- در صورت امکان، میزهای دانش آموزان را با رعایت فاصله ۱-۲ متر (حداقل یک متر) از یکدیگر چیده شود.
- ۱۸- با مشورت با مربی بهداشت مدارس و مسئولین مربوطه، چگونگی رسیدگی به دانش آموزان و کارکنانی که در مدرسه علائم بیماری از خود نشان می‌دهند را تعیین و برای اجرای آن برنامه ریزی شود.
- ۱۹- استراحت بین کلاس‌های دانش آموزان در حداقل زمان و در زمان‌های مختلف، بین کلاس‌ها انجام شود.
- ۲۰- مدیران باید والدین و سرپرست دانش آموزان را متقاعد کنند که چنانچه فردی در منزلشان به بیماری کرونا مبتلا هستند موضوع را به مدرسه اطلاع دهند و فرزند خود را به مدرسه نفرستند.
- ۲۱- از ظرفیت انجمن اولیا و مربیان برای ترویج و به اشتراک گذاری اطلاعات استفاده کنند.
- ۲۲- به پرسش‌ها و نگرانی‌های دانش آموزان توجه و به آنان پاسخ داده شود. می‌توان با تولید محتوای متناسب با سن دانش آموزان، در قالب‌های مختلفی مثل پوسترهای نصب شده بر روی تخته‌های اعلانات، دستشویی‌ها و دیگر مکان‌های پر رفت و آمد، سوالات دانش آموزان را پاسخ داد.
- ۲۳- مدیران باید آمار غیبت در مدرسه را با الگوی غیبت در شرایط عادی مدرسه مقایسه کنند و در صورت افزایش قابل توجه در روند غیبت دانش آموزان و کارکنان به دلیل بیماری‌های تنفسی، به مسئولین بهداشت منطقه اطلاع دهند.

پیام‌ها و اقدامات کلیدی برای والدین و سرپرست دانش آموزان

- ۱- والدین و سرپرستان دانش آموزان اطلاعات به روز و موثق درباره بیماری داشته باشند (علائم بیماری، عوارض مربوطه، راه‌های انتقال و چگونگی جلوگیری از انتقال آن آگاهی داشته باشند).
- ۲- علائم بیماری کرونا را در فرزند خود تشخیص دهند. در صورت مشاهده علائم بیماری، با مراکز بهداشت و ارائه دهندگان خدمات درمانی تماس بگیرید.
- ۳- اگر کودک شما بیمار است او را در منزل نگه دارید و به مدرسه نفرستید؛ غیبت فرزند و علائم بیماری را به مدرسه اطلاع دهید.
- ۴- اگر فرزندان سالم است او را به مدرسه نفرستید و به جای نفرستادن فرزندان به مدرسه، به آنها رعایت بهداشت دست‌ها و بهداشت تنفسی را آموزش دهید. (شستشوی مرتب دست‌ها، پوشاندن دهان و بینی هنگام سرفه و عطسه، دور انداختن دستمال در سطل زباله سرپوشیده، دست زدن به چشم‌ها، دهان و بینی)
- ۵- به فرزندان خود کمک کنید تا بر استرس خود غلبه کنند. به واکنش‌های کودکان به صورت حمایت‌گراانه پاسخ دهید و به آنان توضیح دهید که در شرایط غیرطبیعی این واکنش‌ها عادی و طبیعی است.
- ۶- درباره بیماری، اطلاعات متناسب با گروه سن فرزندان به او بدهید و در توضیح کارهایی که می‌توان برای حفاظت از خود و دیگران از ابتلا به بیماری انجام دهد توضیح دهید.
- ۷- در صورت امکان سرویس ایاب و ذهاب حذف و از خودروهای شخصی برای جابجایی دانش آموزان استفاده کنند.

پیام ها و اقدامات کلیدی برای دانش آموزان

• دانش آموزان باید اطلاعات پایه مربوط به بیماری را متناسب با سن خود، بدانند و بفهمند.

- ۱- دانش آموزان باید با رعایت بهداشت از خود و دیگران محافظت کنند.
- ۲- از دست دادن و رو بوسی با یکدیگر پرهیز کنند.
- ۳- شستشوی مرتب دست ها، عدم استفاده از وسایل شخصی به صورت مشترک، استفاده از ماسک
- ۴- دانش آموزان باید از لوازم التحریر شخصی استفاده کنند.
- ۵- دانش آموزان میان وعده خود را در منزل تهیه و جهت استفاده با بسته بندی مناسب به مدرسه بیاورند.
- ۶- اگر احساس بیماری می کند به والدین یا دیگر اعضای خانواده یا سرپرست خود درمیان بگذارد و در خانه بماند.
- ۷- فاصله گیری اجتماعی، فاصله یک تا دو متر (حداقل یک متر) را با دوستان خود رعایت کنند.
- ۸- وسایل ضد عفونی مانند ژل و الکل ضد عفونی همراه خود داشته باشند.

References:

1. Checklist to support schools re-opening and preparation for COVID-19 resurgences or similar public health crises.
2. Considerations for school-related public health measures in the context of COVID-19: annex to considerations in adjusting public health and social measures in the context of COVID-19, 14 September 2020 Geneva: World Health Organization; 2020 (<https://apps.who.int/iris/handle/10665/334294>, accessed 6 December 2020).
3. Considerations for school-related public health measures in the context of COVID-19

<https://www.who.int/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19-schools>

تهیه کننده :

دکتر فرشته سهرابی وفا، استادیار آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، دانشگاه علوم

پزشکی دزفول