

## جلسه مجازی با موضوع "فعالیت های مربیان بهداشت در مهرماه"

در بزرگترین گروه مجازی مربیان بهداشت مدارس سراسر کشور

### فعالیت های سالانه واحد بهداشت

- ۱- بررسی پرونده سلامت دانش آموزان مدرسه.
- ۲- تجهیز اتاق بهداشت و تجهیز جعبه کمک های اولیه جزو کارهای اولیه هر مربی می باشد.
- ۳- از همه مهمتر شناسایی دانش آموزانی که بیماریهای خاص دارند و ثبت اسامی و مشخصات آنان در فرم مخصوص و در اختیار قرار دادن این فرم به مدیر مدرسه که در نبود مربی در جریان بیماری دانش آموزان باشند.
- ۴- بررسی موی سر دانش آموزان : از اول سال به صورت فصلی یعنی پاییز زمستان بهار و پیگیری ارجاعات آن به صورت هفتگی
- ۵- وارد کردن مشخصات دانش آموزان در دفتر معاینات مقدماتی.
- ۶- انجام معاینات مقدماتی دانش آموزان، بینایی و شنوایی و ...
- ۷- اجرای برنامه سراسری سلامت دهان و دندان.
- ۸- انتخاب سفیران سلامت و اجرای مراسم افتتاحیه .
- ۹- آموزش بیماریهای فصلی و نصب مطالب در مورد بیماری ها در برد مدرسه.
- ۱۰- بررسی بوفه مدرسه به طور مرتب.
- ۱۱- آموزش بلوغ به دانش آموزان پایه پنجم و ششم و اولیای آنها.
- ۱۲- بررسی bmi دانش آموزان و پر کردن شناسنامه سلامت آنها.
- ۱۳- پر کردن فرم های آماری سالانه.
- ۱۴- ارسال گزارش مصور به اداره به صورتی که بخشنامه شده.
- ۱۵- پیگیری بخشنامه ها و ارسال جواب به موقع.

۱۶\_ همکاری مربی در طرح مروج و وارنیش فلوراید در مدارس .

۱۷\_ همکاری در طرح سنجش چهارم و هفتم و دهم با مرکز بهداشت .

۱۸\_ دعوت از پزشکان و کارشناسان مرکز بهداشت جهت آموزش مسائل بهداشتی به دانش آموزان و والدین و همکاران .

۱۹\_ بررسی وضعیت بهداشت محیط و کپسول ها و .....در ابتدای سال .

منصوره, [۲۰:۰۲۰۸,۰۹,۱۸]

In reply to منصوره]

من به صورت تیتروار مطالب مهم رو نوشتم که بهشون پردازیم .

منصوره, [۲۰:۰۳۰۸,۰۹,۱۸]

In reply to HB♀]

سلام خوش اومدید ما یک سال کاری برای انجام معاینات و ...وقت داریم ولی یک سری فعالیتها مثل بعضی معاینات مانند پدیکلوز باید در زمان خودش حتما انجام بشه تا از شیوعش پیشگیری کنیم .

[Ahnadi , [۲۰:۰۴۰۸,۰۹,۱۸]

In reply to منصوره]

سلام کمیته سلامت چی؟

پناه, [۲۰:۰۷۰۸,۰۹,۱۸]

In reply to Ahnadi ]]

کمیته سلامت هم متشکل از:

مدیر

معاون پرورشی

مشاور (در صورت حضور در مدرسه)

نماینده اولیا و مربیان

نماینده معلمان

نماینده سفیران سلامت

و مربی بهداشت

در مهر ماه تشکیل میشه

هفته دوم یا سوم

منصوره، [۲۰:۰۷۰۸,۰۹,۱۸]

قابل تاکیده که دانش آموزان پایه اول باید با برگه سنجشی که مهر تایید پزشک و مرکز بهداشت خورده باید پیگیری بشن تا از واکسیناسیون آنان مطمئن بشیم

سوگل، [۲۰:۱۲۰۸,۰۹,۱۸]

بیخشید این بررسی پرونده سلامت فقط برای دانش آموزان اول باید باشه؟؟؟

منصوره، [۲۰:۱۳۰۸,۰۹,۱۸]

خیر همه پایه ها دارن ولی برای پایه اول باید دقیق تر بررسی بشه چون ناقص میارن

مجلسی، [۲۰:۱۴۰۸,۰۹,۱۸]

همه کلاس اولیها باید برگه سنجش رو داشته باشن و مهر تکمیل واکسیناسیون تو برگه سنجش باشه

سوگل, [۲۰:۱۴۰۸,۰۹,۱۸]

منصوره جون ولی من هر سال که بررسی میکنم متاسفانه میبینید بیماریهاشون درج نشده تو پرونده سلامتتون بعدها خود دانش آموز میگه که فلان بیماریو داره

منصوره, [۲۰:۱۵۰۸,۰۹,۱۸]

خوب یک برگه خودت آماده میکنی نمونه اش رو داریم میفرستی خونه بپرن تا از بیماری بچه مطلع بشی .

[۲۰:۱۳۰۸,۰۹,۱۸]roshana, [

دانش آموزانی که از خارج اومدن ولی پرونده سلامت ندارن رو باید چیکار کنیم

منصوره, [۲۰:۱۳۰۸,۰۹,۱۸]

اونا هم برگه سلامت میگیرن اتباع هم سنجش میشن .

[۲۰:۱۴۰۸,۰۹,۱۸]So.sa. no ☆, [☆

اگه پایه اول یا دوم باشن و هنوز سنجش نشدن میتونین معرفیشون کنین به پایگاه سنجش معمولا مجددا در مهرماه فعال میشه.

[۲۰:۱۵۰۸,۰۹,۱۸]yal da j oon, [

[سوگل In reply to]

بعضی اولیا دوست ندارن بیماری ها تو پرونده سلامت بچشون ثبت بشه

منصوره, [۲۰:۱۵۰۸,۰۹,۱۸]

شما موظفی بدونی که بعد ها مشکلی پیش اومد مسئول نباشی

In reply to yal da j oon]]

باید در جلسات آموزش خانواده والدین رو مطمئن کنین که اطلاعات فرزندانشان محفوظ میمونه و اینکه حتما باید به عنوان مربی از بیماری فرزندشان مطلع باشین. میتونین در اولین جلسه اولیا و مربیان اینو از والدین بخواین

ترنج, [۲۰:۱۷۰۸,۰۹,۱۸]

In reply to yal da j oon]]

باید به اولیا اطمینان بدین که بیماری فرزندشون بین خودتون وکادر مدرسه ومعلم کلاس مطرح میشه وکسی خارج از این محدوده

اطلاعات بیماری فرزندشون رو نمیفهمه ...

سوگل, [۲۰:۱۷۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to منصوره]

دقیقا باید بفهمیم انه خدای نکرده یه وقت حالش بد شد بفهمیم علتشو

[@, [۲۰:۱۹۰۸,۰۹,۱۸A@,

[In reply to منصوره]

در صورتی که تو فرم ثبت نام قسمت بیماری خاصی ندارد راتیک زده باشن اما بعدا بفهمیم بیماری داشت ایا مسئولیتی بعهده ما هست؟

پناه, [۲۰:۲۱۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to A@]]

سوال خوبیه

نه ما مسئول نیستیم چون اولیا خودشون نخواستن مدرسه باخبر بشه

اما معمولا مربی بهداشت و معلم هر کلاس از حالات دانش آموزان متوجه میشن که آیا بیماری خاصی داره یا نه

[☆, ☆ So.sa. no ۰۸,۰۹,۱۸:۲۰۲۴]

[In reply to پناه]

به نظر من هرچند که در فرم سنجش به دلیل عدم اعتماد خانواده ها چیزی در مورد بیماری کودک ثبت نشده باشه ولی ما در مدرسه با یادآوری مجدد به خانواده ها بعد از اطمینان دادن به اونا میتونیم اطلاعات رو به دست بیاریم من نمونه فرمی برای خودم طراحی کردم که اطلاعات پزشکی بهداشتی و مشاوره ای رو از والدین میخواد و معمولا اول سال به والدین میدم تا تکمیل کنن. اگه پیدا کردم حتما توی سایت قرار میدم

[منصوره, ۰۸,۰۹,۱۸:۲۰۲۰]

تجهیز اتاق بهداشت که میدونم خیلی ها ندارن اتاق ولی اون دسته ای که دارن برای اونا میگیریم و رد میشیم .  
میز و صندلی و تخت و وسایل بهداشتی و متر و ترازو و تابلوی بینایی سنجی و آبسلانگ و ذره بین که نیاز کار مریه .

[HBŞ, ۰۸,۰۹,۱۸:۲۰۲۰]

اتاق بهداشت باید چ تجهیزاتی داشته باشه و اینک اگ مدرسه اتاق بهداشت نداشت چیکار کنیم □□□

[منصوره, ۰۸,۰۹,۱۸:۲۰۲۰]

کار خاصی نمیشه کرد شما یک میز و صندلی هرکجا باشه میتونی کارت رو انجام بدی

[ترنج, ۰۸,۰۹,۱۸:۲۰۲۲]

[In reply to منصوره]

جعبه کمکهای اولیه ... که اگه سیار هم داشته باشن خیلی خوبه ..

زمان بروز حادثه ...

منصوره, [۲۰:۲۳ ۰۸,۰۹,۱۸]

بخشید بله جعبه لازمه دو تا خوبه یکی دیواری و یکی هم همراه که درگزینه بعد بهش میپردازیم

مجلسی, [۲۰:۲۳ ۰۸,۰۹,۱۸]

In reply to HB۶]]

تو کلاس معاینات رو با هماهنگی معلم انجام بدین

سوگل, [۲۰:۲۴ ۰۸,۰۹,۱۸]

معاینات حتما باید در حضور معلم انجام بشه ???

Yalda joon

نخیر نیازی نیست اگه اتاق مجزا داشتن بهتره بترین اتاق خودتون

منصوره, [۲۰:۲۵ ۰۸,۰۹,۱۸]

خیر معاینات شپش در حضور کسی نباید باشه در نمازخانه یا جایی که کسی نباشه چون ممکنه بچه موهاشو کوتاه کرده باشه و  
....و سبب ناراحای بشه

سوگل, [۲۰:۲۶ ۰۸,۰۹,۱۸]

In reply to yal da j oon]]

بخشید اونوقت تو کلاس که میریم چکار باید کنیم ??

مجلسی، [۲۰:۲۸۰۸,۰۹,۱۸] [In reply to سوگل]

قد و وزن و بینایی

و آموزش در صورت نداشتن اتاق بهداشت میتونین معاینات را تو کلاس انجام بدین

سوگل، [۲۰:۳۰۰۸,۰۹,۱۸]

من هر سال تو کلاس انجام میدم و از روی لیست صدا میکنم و معاینه میکنم اصلا هم شلوغ نمیشه باید مدیریت کرد خب

مجلسی، [۲۰:۲۵۰۸,۰۹,۱۸]

سوال سوم:

شناسایی دانش آموزان دارای بیماری خاص

منصوره، [۲۰:۲۶۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to مجلسی]

به سوال سه میپردازیم دوستان این نکته خیلی مهمه دانش آموزان با بیماریهای خاص رو مدیر و مربی و معلم باید بدونن و بشناسن پس پیگیری کنید تا مشکلی پیش نیاد

[ HBŞ, [۲۰:۲۶۰۸,۰۹,۱۸]

چطور شناسایشون کنیم؟ از طریق معلم؟

[☆, [۲۰:۲۶۰۸,۰۹,۱۸] So.sa. no ☆]

من همون نمونه فرمی که گفتم اول سال به والدین میدم و معمولا واقعیت رو مینویسن



منصوره, [۲۰:۲۶۰۸,۰۹,۱۸]

خود والدین معمولاً می‌گن بچمون آسم داره دیابت داره و .... یا از طریق فرمی که گفتیم عکسشو آخر جلسه میفرستم. در سایت هم نمونه فرمشو داریم. خانم حقیقی عزیز طراحی کردن .

منصوره, [۲۰:۳۱۰۸,۰۹,۱۸]

دوستان تشخیص بیماریهای خاص و کنترل اون تو مدرسه خیلی مهمه یادتون باشه دو تا لیست تهیه کنید یکی خودتون و یکی هم مدیر باید داشته باشید که در صورت نیاز به والدین سریع اطلاع بدید با ریز جزئیات باید ثبت کنید .

مجلسی, [۲۰:۳۳۰۸,۰۹,۱۸]

سوال چهارم:

بررسی موی سر دانش آموزان

[☆, ☆ So.sa. no ۲۰:۳۴۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to مجلسی]

موی سر بچه ها در اصل اول هر فصل باید بررسی بشه مگه اینکه مورد خاصی در کلاس دیده بشه که مجبور باشیم مجدداً زودتر از موعد کل اون کلاس رو بررسی کنیم

منصوره, [۲۰:۳۴۰۸,۰۹,۱۸]

اگه کسی سال اوله شاید در تشخیص دچار مشکل بشه بهترین کار اینه پیش یک مربی با تجربه چند روز بره تا یاد بگیره

منصوره, [۲۰:۳۶۰۸,۰۹,۱۸]

ممنون طبق گفته دوستم ما پاییز و زمستان و بهار باید سه بار حتما معاینه کنیم ولی اگه جایی تعداد شیوع زیاد بود ماهی یکبارم میتونن کنترل کنن و موارد ابتلا هر هفته یکبار پیگیری میشن تا درمان کامل

منصوره, [۲۰:۳۷۰۸,۰۹,۱۸]

دیگه سلیقه اینجا قابل قبول نیست قاعده معاینه اول هر فصله و بقیه اش کار زیاد و خستگی برا خودتونه .یادتون باشه پیگیری تا درمان ادامه داره .

[☆, ☆ So.sa. no ۲۰:۳۷۰۸,۰۹,۱۸]

اگر تازه شروع مشکل باشه به شکل تخم شپش یا رشک وجود داره و معمولا ۷ روز طول میکشه تا تبدیل به شپش بشه. در معاینه بیشترین محل در پشت گوش هس که حتما باید معاینه بشه

مجلسی, [۲۰:۳۷۰۸,۰۹,۱۸]

شوره سر و رشک رو چطوری تشخیص بدیم؟؟؟؟؟ سوالاتی بود که تو پی وی زیاد ازم پرسیدن

منصوره, [۲۰:۳۷۰۸,۰۹,۱۸]

شوره با معاینه ریزش داره ولی رشک جداشدنی نیست و رشک حالا کیسه اشکی داره و نیم سانت اول مو چسبیده .

[Ayalda joon, ۲۰:۳۸۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to مجلسی]

شوره سر نازکتر هست و با تکان دادن میریزه ولی شپش چسبنده هست به راحتی کنده نمیشه

[☆, ☆ So.sa. no ۲۰:۴۰۰۸,۰۹,۱۸]

شوره حالت نازک داره و با کمی تکون دادن مو ریزش میکنه. ولی رشک تقریبا بیضی شکل هست و انتهای ان نازکتر از وسط اون هست. و با دست از مو جدا نمیشه. شوره در تمام سر هس و حتی پوست سر حالت پوسته داره ولی رشک حدود نیم سانتیمتری موها و در کناره مو چسبیده.

[Ahmadi, ۲۰:۳۹ ۰۸,۰۹,۱۸]

برای ارجا باید حتما با والدین تماس بگیریم یا مثل بقیه معاینات برگه ارجا بدیم ؟

[Ayalda joon, ۲۰:۴۰ ۰۸,۰۹,۱۸]

In reply to Ahmadi]]

اگه مورد کم بود تماس بگیرین ولی در موارد زیادتر نامه بدید که سریع بیان مدرسه

ترنج, [۲۰:۴۰ ۰۸,۰۹,۱۸]

In reply to Ahmadi]]

همان روز تماس بگیرین ...

بعضی مواقع اولیاء موهارو تمیز میکنن ..

منصوره, [۲۰:۴۱ ۰۸,۰۹,۱۸]

نه برای ارجاع زنگ بزنی با ارامش مادر رو مطلع کنی و تاکید بر پیگیری و درمان داشته باشی و یک جا محرمانه ثبت کنی تا درمان و پایان همراه تعداد پدیکلوز رو به اداره اعلام کنی و پایان هر فصل نیز امار به اداره بدی

[☆, ☆ So.sa. no ۲۰:۴۳ ۰۸,۰۹,۱۸]

معمولا با دادن برگه ارجاع عکس العمل تند نشون میدن و ممکنه باهاتون بحث کنن. سعی کنین بهشون تلفن کنین و با ارامش ضمن اینکه توضیح میدید این مشکلز هست که چندین ساله که در مدارس وجود داره و ربطی به فرهنگ و تمیزی و ... نداره ازشون بخواین باهاتون همکاری کنن

[HB♀, ۲۰:۴۲ ۰۸,۰۹,۱۸]

چند وقت بعد از درمان پیگیری کنیم؟

منصوره, [۲۰:۴۲۰۸,۰۹,۱۸]

تا زمانی که درمان شده و بعدشم جهت اطمینان یک هفته بعد و بقیه فصل ها که معاینه میکنید چون ممکنه منبع داشته باشن و مجدد بعد دو هفته بگیرن

[Ahmadi, [۲۰:۴۳۰۸,۰۹,۱۸]

برای درمان نباید مدرسه بیان؟ یا میتونن بیان؟

[☆, [☆ So.sa. no [۲۰:۴۳۰۸,۰۹,۱۸]

In reply to Ahmadi]]

نه مشکلی نداره میتونن بیان

منصوره, [۲۰:۴۴۰۸,۰۹,۱۸]

In reply to Ahmadi]]

اگه مورد پدیکلوز شدت داره باید برای درمان اقدام کنن سریع و با هماهنگی مدیر و والدین میتونه یکی دو روز جهت شروع درمان نیاد بهتره .

[HB♀, [۲۰:۴۵۰۸,۰۹,۱۸]

راه درمانشو ماباید بگیریم یا بگیرن برن دکتر؟؟

منصوره, [۲۰:۴۵۰۸,۰۹,۱۸]

In reply to HB♀]]

شما فقط ارجاع و آموزش

مجلسی، [۲۰:۴۳۰۸,۰۹,۱۸]

سوال پنجم:

وارد کردن مشخصات دانش آموزان در دفتر معاینات

منصوره، [۲۰:۴۵۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to مجلسی]

تمام جزئیات دانش آموز یعنی اسم و فامیل و تاریخ تولد در دفتر معاینات ثبت میشه و همچنین اونایی که بیماری خاص دارن در گوشه اسمشون تیک بزنی و نوع بیماری رو بنویسید

[☆], [☆ So.sa. no ۲۰:۴۷۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to منصوره]

و البته اگه داروی خاصی استفاده میکنن اون هم بدونیم بهتره. گاهی دانش آموز دارویی استفاده میکنه که ممکنه در مدرسه بخوره

منصوره، [۲۰:۴۹۰۸,۰۹,۱۸]

بله مثل دیابت که باید تزریق انسولین داشته باشه .

مجلسی، [۲۰:۵۰۰۸,۰۹,۱۸]

سوال ششم:

انجام معاینات مقدماتی

منصوره، [۲۰:۵۱۰۸,۰۹,۱۸]

معاینات مقدماتی بطور مفصل در سایت هست با توضیح کامل که همون پدیکلوز و قد و وزن و بینایی و شنوایی هست که ماه به ماه انجام بدید و در دفتر ثبت کنید کافیه در همین سایت بهداشتی ها سرچ کنید: معاینات

منصوره, [۲۰:۵۲ ۰۸,۰۹,۱۸]

تنها معاینه پدیکلوز و قد و وزن هست که تکرار داره قد و وزن دوبار انجام میشه یکبار آبان و یکبارم اردیبهشت

مجلسی, [۲۰:۵۳ ۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to منصوره]

اگر وقت شد و تعداد کم بود میرسیم دوبار انجام بدیم در غیر اینصورت یکبار کافیه

منصوره, [۲۰:۵۳ ۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to مجلسی]

بهترین زمان آبان ماهه چون این کار زمان بر هست و یکی دوماه پیگیری و ارجاع طول میکشه

[majid, [۲۰:۵۴ ۰۸,۰۹,۱۸]

معاینات برای هر ماه. در طول سال فرصت یکبار بیشتر همیشه انجام داد

[☆, [۲۰:۵۴ ۰۸,۰۹,۱۸ So.sa. no ☆]

[In reply to منصوره]

البته به غیر از معاینه پدیکلوز که بهتره همون هفته اول مهرماه انجام بشه.

منصوره, [۲۰:۵۵ ۰۸,۰۹,۱۸]

چون درکنار معاینات باید مراسمات و ...هم انجام داد وقت کم میارید

[۲۰:۵۲۰۸,۰۹,۱۸HBΨ, [

[In reply to منصوره]

چ پایه هایی باید انجام بشه؟

مجلسی, [۲۰:۵۲۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to HBΨ]

همه پایه ها

سوگل, [۲۰:۵۴۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to مجلسی]

پس فرق نمیکنه که اول از کدوم معاینات شروع کنیم؟

مجلسی, [۲۰:۵۵۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to سوگل]

بینایی و پدیکلوز باید زود انجام بشه

[majid, [۲۰:۵۵۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to سوگل]

بهتره از شپش شروع کنید. به ترتیب هر کدوم را رسیدید

[majid, [۲۰:۵۷۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to مجلسی]

بینایی و دندان را بعد از پدیکلوزیس انجام بدید.

[ ۲۰:۵۷۰۸,۰۹,۱۸yalda joon, [

، پدیکلوز، بینایی، معاینه دندان ، قدو وزن

[ ۲۰:۵۷۰۸,۰۹,۱۸yalda joon, [

به ترتیب اولویت باشه

[ ۲۰:۵۵۰۸,۰۹,۱۸Ahmadi, [

In reply to ☆So.sa. no ☆]]

مگه بررسی پرونده ها اولویت نداره؟

پناه, [ ۲۰:۵۷۰۸,۰۹,۱۸]

In reply to Ahmadi]]

پرونده ها رو که همون هفته اول بررسی می کنیم

[☆, [ ۲۰:۵۷۰۸,۰۹,۱۸So.sa. no ☆, [

In reply to Ahmadi]]

بله اونم مهمه ولی خیلی از دانش آموزان از همون ورود به مدرسه شپش رو با خودشون میارن. به نظر من معاینه پدیکلوزیس واقعا مهمه. و البته بررسی پرونده های دانش آموزان کلاس اول و بقیه رو در هفته های بعد انجام بدید. متاسفانه مهرماه ماهی بسیار شلوغ برای ما هس

[ ۲۰:۵۸۰۸,۰۹,۱۸amir, [

معاینه شنوایی چطوری؟



منصوره, [۲۰:۵۸۰۸,۰۹,۱۸]

با دستگاه اگه داشتن اداره معاینه انجام بدید تست نجوا هم هست که خیلی تو مدرسه راحت نیست

[۲۰:۵۹۰۸,۰۹,۱۸HBψ, [

In reply to منصوره]

تست نجوا چطور؟

[۲۰:۵۹۰۸,۰۹,۱۸yalda joon, [

In reply to HBψ]

من به شخصه تست نجوا رو زیاد قبول ندارم.

منصوره, [۲۱:۰۰۰۸,۰۹,۱۸]

خیلی روشی دقیقی نیست چون صدا زیاده ولی دستگاه ادیومتر خیلی خوب و کاربردی

[۲۱:۰۰۰۸,۰۹,۱۸fatemeh, [

توسط پزشک متخصص باید معاینه بشود چون ما تخصص نداریم

[۲۱:۰۰۰۸,۰۹,۱۸Ahnadi, [

پس تو دفتر ثبت معاینات ، برای شنوایی چیزی وارد نکنیم مگر معلمی متوجه شده باشه ک دانش اموزی مشکل داره

درسته؟؟؟

منصوره, [۲۱:۰۱۰۸,۰۹,۱۸]

بله اگه چیزی گفتن ارجاع بدید و جوابشو ثبت کنید

[☆, ☆ So.sa. no ۰۸,۰۹,۱۸:۰۱]۲۱

گاهی اوقات معلمان هم میتونن کمک کنن و از روی مشکلاتی که در کلاس شناسایی میکنن این مشکل هم متوجه میشن. البته گاهی هم با بیش فعالی اشتباه گرفته میشه. چون معمولا از روی املای کودک اولین حدسی که میزنن اینه که ممکنه گوشش مشکل داشته باشه

Yalda Joon

[In reply to Ahnadi]

من از معلما میپرسم، وتو پرونده بچه ها اگه از سالهای قبل مشکل داشتن پیگیری میکنم و هم چنین سال اولیا

[مجلسی, ۰۸,۰۹,۱۸:۰۵]۲۱

سوال هفتم :

اجرای برنامه سراسری سلامت دهان و دندان

[منصوره, ۰۸,۰۹,۱۸:۰۶]۲۱

[In reply to مجلسی]

طرح وارنیش فلوراید که هر سال دوبار انجام میشه و طرحی هست که به اجبار ماباید همکاری کنیم طبق تفاهم نامه دو وزارت  
خونه

[منصوره, ۰۸,۰۹,۱۸:۰۷]۲۱

این طرح مرکز بهداشته و ما باید همکاری کنیم معمولا ابان و اردیبهشت میان مدارس انجام میدن

[ HBŞ, ۰۹, ۰۸, ۰۹ :۲۱ ]

نحوه وارنیش چجوریه

منصوره, [ HBŞ, ۰۹, ۰۸ :۲۱ ]

دوستان تنها همکاری شما توزیع رضایت نامه و جمع اوری و همکاری با بچه های مرکز بهداشتته همین

منصوره, [ HBŞ, ۰۹, ۰۸ :۲۱ ]

In repl y to HBŞ]]

ژلی که روی دندان زده میشه

مجلسی, [ HBŞ, ۰۹, ۰۸ :۲۱ ]

سوال هشتم :

انتخاب سفیران سلامت و اجرای مراسم افتتاحیه

منصوره, [ HBŞ, ۰۹, ۰۸ :۲۱ ]

سفیران همون بهداشتیاران هستن و در ابان ماه افتتاحیه انجام میشه یک مراسم میگیرید و سفیران رو معرفی میکنید و کارت و کاور و .... که دارن رو بهشون میدید

So.Sa.No

افتتاحیه این برنامه معمولا تا ۱۵ ابان ماه باید انجام بشه. ولی بهتره از همون ابتدای سال سفیران و انتخاب کنیم تا در برنامه ها و فعالیتها کمک کنن

مجلسی، [۲۱:۱۲۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to منصوره]

ده درصد کل دانش آموزان مدرسه میشن سفیر

منصوره، [۲۱:۱۳۰۸,۰۹,۱۸]

فرقی نداره چه دانش آموزی سفیر میشه هرکسی که علاقه داره میتونه و تقسیم کار کنید و بهشون آموزش بهداشتی بدید طبق کتاب سفیران که درسایت داریم یا از اداره تهیه کنید .

مجلسی، [۲۱:۲۲۰۸,۰۹,۱۸]

سوال نهم :

آموزش بیماریهای فصلی

[HB& , [۲۱:۲۲۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to مجلسی]

آموزش ب دانش آموزان یا والدین؟؟

[maj i d, [۲۱:۲۲۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to HB&]]

هر دو

منصوره، [۲۱:۲۵۰۸,۰۹,۱۸]

دوستان یک سری بیماریها مثل سرماخوردگی و وبا و ....رو باید طبق فصول و شرایط آموزش بدیم ولی بعضی بیماریها مثل انفلانزا که پارسال شیوعش زیاد شد و بخشنامه شد به مدارس باید با دقت بیشتری مانور بدیم و آموزش

منصوره, [۲۱:۲۶۰۸,۰۹,۱۸]

آموزش ما از طریق تراکت و تابلو کارگشا نیست بلکه باید با انیمیشن تصویری و گفتمان و دعوت از پزشک و نمایش و .....انجام بشه

[۲۱:۲۷۰۸,۰۹,۱۸naji d, [

In reply to HB&]]

اولویت دانش آموز هست ولی برای والدین هم باید برنامه داشته باشیم

[۲۱:۲۷۰۸,۰۹,۱۸Hkh, [

والدین و همکاران مدرسه کلا خودشون رو علامه می دونن . اصلا گوش نمی دن

منصوره, [۲۱:۲۸۰۸,۰۹,۱۸]

گوش ندن شما کار خودتو انجام بده دوست عزیز

[۲۱:۲۸۰۸,۰۹,۱۸naji d, [

In reply to H.kh]]

بصورت پفلت و تراکت درست کنید برای همکاران

[۲۱:۲۸۰۸,۰۹,۱۸HB&, [

In reply to naj i d]]

هزینه اش با کیه؟؟

منصوره, [۲۱:۲۹۰۸,۰۹,۱۸]

با مدیر

[۲۱:۲۹۰۸,۰۹,۱۸na] j i d, [

جاهایی که همیشه آموزش داد در حد یکی دو نکته کاربردی صحبت کنید

So.Sa.No

یکی از مهمترین آموزشهایی که در مورد بیماریهایی مثل سرماخوردگی و اتفولانزا به دانش آموزان داده میشه اینه که این بیماریها ویروسی هستن و اصلا نیاز به مصرف دارو و آنتی بیوتیک نداره و با استراحت و رژیم غذایی مناسب و... درمان میشه و به این طریق آموزش عدم استفاده بی رویه از دارو هم بدیم

منصوره, [۲۱:۳۰۰۸,۰۹,۱۸]

و البته شستشوی مداوم دست ها بهترین آموزشه ♥ت

[۲۱:۳۱۰۸,۰۹,۱۸na] j i d, [

[منصوره] n r e p l y t o

بهترین راهکار همینه بزرگوار. به بچه ها تاکید کنید روزانه چندین بار دستهاشون را با آب و صابون بشویند

مجلسی, [۲۱:۳۲۰۸,۰۹,۱۸]

سوال دهم :

بررسی بوفه مدارس بطور مرتب

[ ۲۱:۳۳ ۰۸,۰۹,۱۸HB], [

[In reply to مجلسی]

اگ بعداز چندین بار تذکر بازهم خوراکی غیرمجاز دیدیم چکارکنیم ? ?

پناه:

شما در این مورد حتما باید با مدیر و اداره هماهنگ باشید

اول به مسئول بوفه تذکر شفاهی میدید و همینطور به مدیر اعلام میکنید که تذکر شفاهی داده شد.

برای بار دوم تذکر کتبی با امضای مدیر به مسئول بوفه میدید و یه نسخه از تذکر رو حتما خودتون داشته باشید

در صورت تکرار به اداره گزارش بدید

منصوره, [ ۲۱:۳۳ ۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to مجلسی]

دوستان بوفه جزو لاینفک مدرسه هست و سالهاست ما نتونستیم جلوی فروش خوراکی های غیرمجاز رو بگیریم ولی بازم

تلاشمون بی نتیجه نبوده و ساندویچ و پفک و چیپس رو از بوفه حذف کردیم

منصوره, [ ۲۱:۳۵ ۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to H.kh]

هیچی با ارامش برایش میگی که مناسب رشد و سن تو نیست سعی کن کمتر بخوری

[ ۲۱:۳۹ ۰۸,۰۹,۱۸H.kh, [

تذکر کتبی کجا وبا چه امضایی باید باشه؟

[۲۱:۴۰۰۸,۰۹,۱۸najid, [

In reply to H.kh]]

شما به گزارشی از بازدید بوفه بویسید و توضیح بدید که چه مواردی بوده و چه چیزهایی لازم به پیگیری هست

[۲۱:۴۰۰۸,۰۹,۱۸Hkh, [

کجا توی دفتر یا به صورت نامه

[۲۱:۴۱۰۸,۰۹,۱۸najid, [

In reply to H.kh]]

به صورت یه نامه خودتون داشته باشید

مجلسی, [۲۱:۳۷۰۸,۰۹,۱۸]

سوال یازدهم:

آموزش بلوغ به مابه های پنجم و ششم و اولیای آنها

So.Sa.No

آموزش بلوغ و بهداشت ان و رژیم غذایی دوران بلوغ بهتره برای پایه های چهارم و پنجم داده بشه

سوگل, [۲۱:۴۵۰۸,۰۹,۱۸]

این کار تو مدارس پسرانه توسط معلم بهداشت خانم کار درستییه ??

منصوره, [۲۱:۴۵۰۸,۰۹,۱۸]



خیر این کار در مدارس پسرانه با دعوت از کارشناس مرکز بهداشت انجام میشه

[HB&، ۲۱:۴۳ ۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to مجلسی]

آموزش در چ حدی باشه ک بچه ها کنجاو هم نشن ? ? ? ?

منصوره, [HB&، ۲۱:۴۴ ۰۸,۰۹,۱۸]

[In reply to HB&]]

دوستان ما نمونه پاور و تراکت در مورد بلوغ داریم و ادارات هر استان هم دارن باتوجه به اونا آموزش بدید

مجلسی, [HB&، ۲۱:۵۰ ۰۸,۰۹,۱۸]

سوال دوازدهم :

بررسی bmi و پر کردن شناسنامه سلامت انها

منصوره, [HB&، ۲۱:۵۱ ۰۸,۰۹,۱۸]

من به طور نمونه یک دونه انجام دادم میفرستم ببینید

منصوره, [HB&، ۲۱:۵۱ ۰۸,۰۹,۱۸]

چاقی بیماری مزمنی است که به علت نامتعادل بودن میزان دریافت انرژی از راه غذا و میزان مصرف یا سوخت انرژی در نتیجه فعالیت بدنی بوجود می آید درواقع چاقی یک اختلال پیچیده تنظیم اشتها و سوخت و ساز مواد غذایی در تبدیل به انرژی است که توسط عوامل زیست شناختی خاصی کنترل می گردد.چاقی با ذخیره بیش از حد انرژی بصورت چربی در بدن ظاهر می شود .

معیار تشخیص چاقی بر چه مبنایی است؟

برای تشخیص چاقی از اندازه گیری بی ام آی ( body mass index : BM) استفاده می شود که بر مبنای آن وزن تقسیم بر قد به توان دو است (  $m^2$  / (قد) ) kg وزن = ( BM )

یا به زبان ساده تر:

وزن به کیلوگرم تقسیم بر مجذور قد = BM

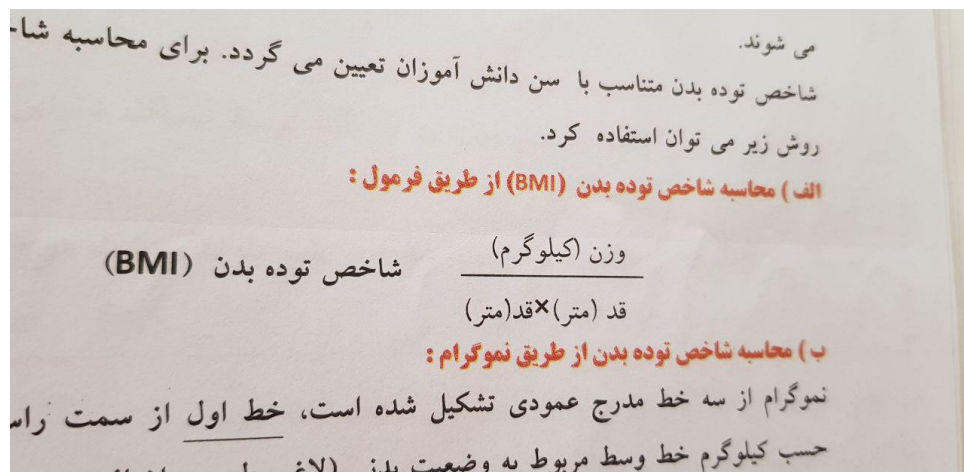
مثال: پسری با قد و وزن زیر:

۲۲ کیلو، ۱،۱۲ متر

$$BM = 22 / 1.12 \times 1.12 = 17.53$$

سپید جامگان مدارس همیشه به محاسبه BM برای معاینات دانش آموزان نیاز دارند و دقت در انجام این کار باعث می شود از مشکلات تغذیه ای دانش آموزان آگاه شده و برای جلوگیری از عوارض آن اقدام به موقع انجام شود.

در زیر جدول مجذور قد برای تسهیل کار محاسبات BM خدمت شما ارائه می گردد:



این فرمول محاسبه

منصوره، [۲۱:۵۴۰۸,۰۹,۱۸]

که وزن رو تقسیم بر صریب قد به متر میکنید و عدد بدست آمده میشه توده بدنی

منصوره، [۲۱:۵۴۰۸,۰۹,۱۸]

با محاسبه سن و توده بدنی صدک رو بدست میاریم طبق عکسای زیر:

جدول ثبت نمایه توده بدنی

زیر -۳Z-score	بین -۲Z-score و -۳Z-score	بین -۱Z-score و -۲Z-score	بین +۱Z-score و +۲Z-score	بین +۲Z-score و +۳Z-score	بالای +۳Z-score
لاغری شدید	لاغر	طبیعی	خطر اضافه وزن	اضافه وزن	چاق

زیر -۳Z-score	بین -۲Z-score و -۳Z-score	بین +۲Z-score و +۳Z-score	بالای +۳Z-score
کوتاه قدی شدید	کوتاه قدی	طبیعی	خیلی بلند قد

محورهای چند گانه فعالیت های دفتر عبارتند از:

**برنامه های دفتر سلامت و تندرستی**

- بهداشت و سلامت
- ایمنی
- محیط زیست

طرح و برنامه های دفتر سلامت و تندرستی بر اساس مستندات قانونی و اسناد بالادستی:

می شوند.

شاخص توده بدن متناسب با سن دانش آموزان تعیین می گردد. برای محاسبه روش زیر می توان استفاده کرد.

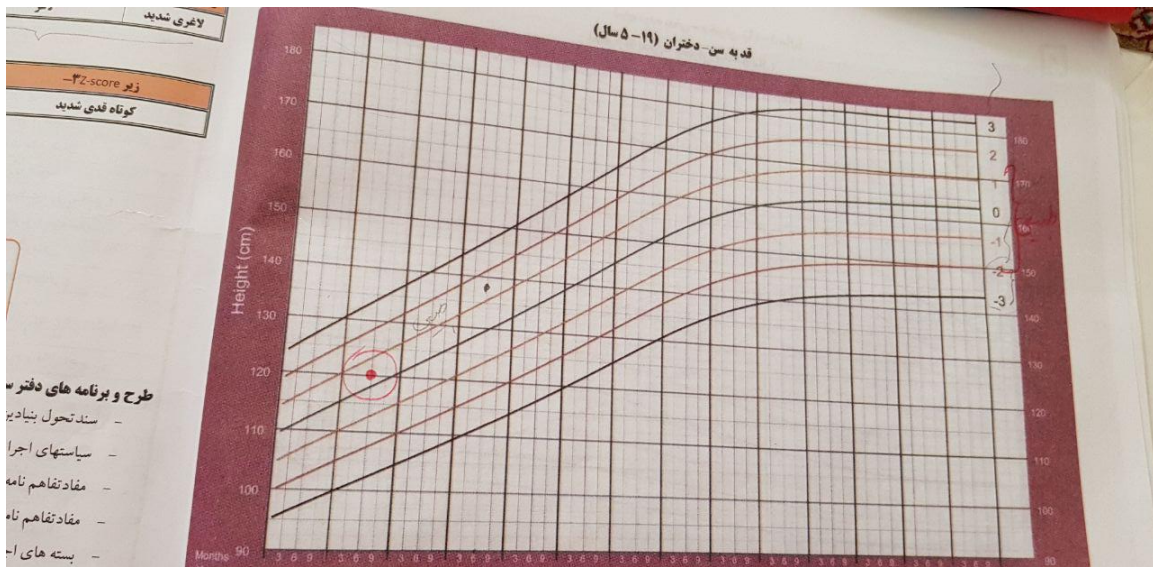
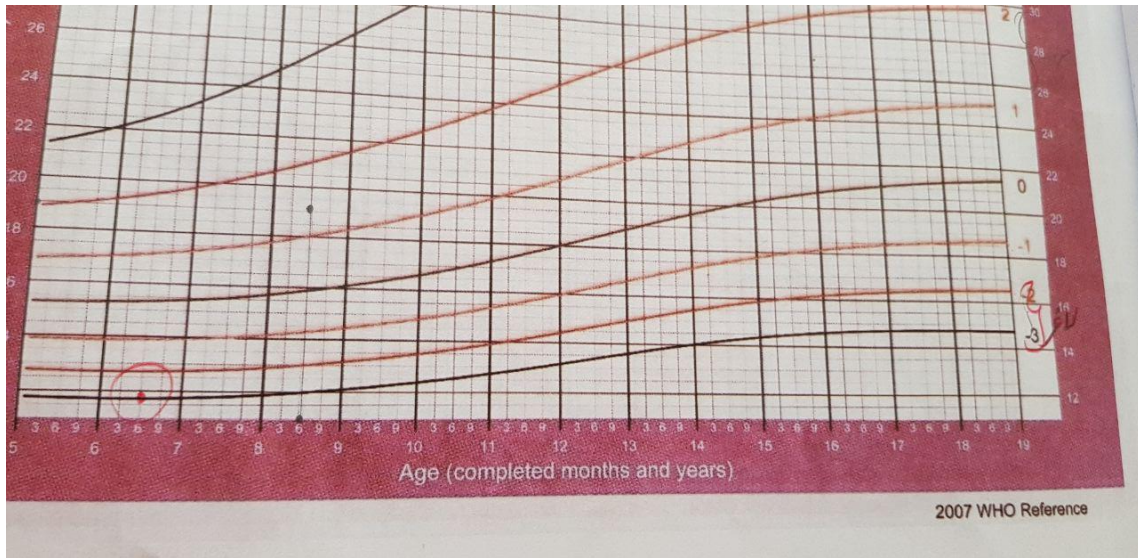
**الف) محاسبه شاخص توده بدن (BMI) از طریق فرمول:**

$$\text{BMI} = \frac{\text{وزن (کیلوگرم)}}{\text{قد (متر)} \times \text{قد (متر)}}$$

وزن (کیلوگرم) ۱۶  
قد (متر) ۱٫۲  
محاسبه شاخص توده بدن از طریق فرمول:  $\frac{16}{1.2 \times 1.2} = 11.1$

**ب) محاسبه شاخص توده بدن از طریق نمودار:**

نمودار از سه خط مدرج عمودی تشکیل شده است، خط اول از سمت راست



منصوره, [۲۱:۵۵۰۸,۰۹,۱۸]

با مداد قرمز نشون دادم اگه دقت کنید جای سوالی نمونه و واضحه

[۲۱:۵۵۰۸,۰۹,۱۸ Sara, ]

ببخشید صدک یعنی چی. من سال اولمه معنیشو تمیفهمم و نمودارشو

[21:56.08.09.18naji d, [

In reply to Sara]]

منظور محدودیهایی هست که به صورت مورب مشخص شده

[21:56.08.09.18Sara, [

این نمودارها ب صورت آماده وجود داره تو مدرسه؟

منصوره, [21:56.08.09.18]

In reply to Sara]]

اول دفتر داریم ولی تو سایت هست برای کپی کردن

سوگل, [21:56.08.09.18]

[In reply to منصوره]

زد اسکور چیه؟؟ 🙄

منصوره, [21:58.08.09.18]

[In reply to سوگل]

زد اسکور محدوده رشد هر بچه هست که اعداد و ارقام خاصی داره که وقتی روی نمودار بردی نوشته شده و میفهمی

بچه در کدوم محدوده رشد هست

[21:59.08.09.18Ahmadi, [



In reply to Sara]]

عدد bmi و سن رو روی نمودار پیدا میکنی بهم وصل میکنی

یه نقطه پیدا میکنی ک از روی اعداد سمت راست میفهمی توی کدوم بازه هست. زد اسکور همون اعداد سمت راست

نموداره

مجلسی, [۲۲:۰۱۰۸,۰۹,۱۸]

سوال سیزده :

پر کردن فرمهای آماری سالانه

منصوره, [۲۲:۰۱۰۸,۰۹,۱۸]

دوستان داخل دفتر فرم های اماری وجود داره که باید ماهانه و سالانه پر بشه

میفرستم عکساشو ببینید

منصوره, [۲۲:۰۲۰۸,۰۹,۱۸]

این فرم برا سوانحه که باید پر بشه برای اخر سال

فرم زیر ثبت فعالیت آموزشی مدرسه هست که به مرور طبق آموزشهاتون نوشته میشه:

تاریخ آموزش	موضوع آموزش	تعداد شرکت کننده	مدت زمان آموزش به دقیقه	سبب اطلاع رسانی	آموزش چهره به چهره / مشاوره	آموزش گروهی						رسانه های آموزشی استفاده شده (تعداد)		برگزاری مسابقه	برگزاری نمایشگاه	ورزش	بهداشتی
						جلسه / کلاس	کارگاه	مسابقات	پوستر	پمپت	فیلم / سی دی	روز نامه دیواری	کتاب / کتابچه				
۹۶/۶	آموزش بهداشت	✓			✓												✓
۹۶/۶	پرستار	✓			✓												
۹۶/۶	روزانه	✓			✓												
۹۶/۶	روزانه	✓			✓												
۹۶/۸	روزانه	✓			✓												
۹۶/۸	روزانه	✓			✓												
۹۶/۸	روزانه	✓			✓												
۹۶/۸	روزانه	✓			✓												
۹۶/۸	روزانه	✓			✓												
۹۶/۸	روزانه	✓			✓												
۹۶/۸	روزانه	✓			✓												
۹۶/۸	روزانه	✓			✓												

فرم زیر ثبت موارد غربالگریه که پایان سال انجام میشه:

فرم ثبت نتایج معاینات غربالگری سالانه دانش آموزان دوره ابتدایی																	
تعداد دانش آموزان معاینه شده	قد به سن	BMI (تعیانه توده بدنی)			دندان و دندان	ریه	مشکوک به اختلال روانشناسی	رفتهای پرخطر		فسار خون بالای صدک ۹۰	اختلال بینایی (اختلال دید)	اختلال شنوایی (کاهش شنوایی)	اختلال گفتاری، نوشتاری، ...	اختلال رفتاری (اوتیسم)	ارجاع و نتیجه		
		بزرگتر از +۳ z-score	بین +۲ z-score و -۲ z-score	بین -۲ z-score و -۳ z-score				بدون جواب	تایید بیماری						سالم	ارجاع شده	
۵۰	۱۱۰	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱
۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱	۱۲۱
۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵	۹۵





مجلسی، [۲۲:۱۴۰۸،۰۹،۱۸]

سوال چهاردهم :

ارسال گزارش مصور به اداره بصورتی که بخشنامه شده

منصوره، [۲۲:۱۵۰۸،۰۹،۱۸]

[In reply to مجلسی]

خوب گزارش هم بر اساس بخشنامه های که میاد از تون مصور میخوان که روی سی دی ریخته و ارسال میکنید

مجلسی، [۲۲:۱۷۰۸،۰۹،۱۸]

سوال پانزدهم :

پیگیری بخشنامه ها و ارسال جواب بموقع

منصوره، [۲۲:۱۸۰۸،۰۹،۱۸]

[In reply to مجلسی]

اینم طبق دستور العملی که میاد مناسبات رو پیگیری کنید و انجام بدید معمولا در ماه یکی دو مناسبت بخشنامه میشه که باید انجام بدید و گزارش بدید و یک سری بخشنامه ها امار میخاد که باید ارسالش کنید یا دستی یا اتوماسیون

پناه، [۲۲:۱۸۰۸،۰۹،۱۸]

[In reply to مجلسی]

در طول سال بخشنامه های متفاوتی برای شما میاد که بطور مشخص توضیح میده که چه چیزی از شما میخواد، طبق بخشنامه فعالیت ها رو انجام میدید و گزارش انجام فعالیت ها رو با امضای مدیر به اداره ارسال کنید

مجلسی، [۲۲:۱۹۰۸،۰۹،۱۸]

سوال شانزدهم :

همکاری مربی در طرح وارنیش فلوراید و مروج در مدارس

پناه، [۲۲:۲۱۰۸،۰۹،۱۸]

[In reply to مجلسی]

همکاری مربی در طرح وارنیش فلوراید فقط شامل گرفتن رضایتنامه ها و هماهنگی و ایجاد نظم برای زدن وارنیش توسط نیروهای مراکز بهداشتی همیشه

دوستان توجه کنند نیروهای مراکز بهداشتی برای انجام این کار حق الزحمه میگیرن پس یه وقت وظایف خودشون رو بعهدہ شما نذارن

سمانه، [۲۲:۲۳۰۸،۰۹،۱۸]

[In reply to سوگل]

کارشناس مرکز بهداشت و کارشناس سلامت آموزش و پرورش با توجه به یه تعداد معیارهایی که برای انتخاب مدارس مروج هست باهم تصمیم میگیرن که چه مدرسی میتونن مروج باشن و به مدارس اعلام میکنن. ولی متاسفانه چون خیلی از مدارس ما از نظر فضا استاندارد نیستن گاهی این معیارها نادیده گرفته میشه

