

پیشگیری و درمان بیماری‌ها در مدارس

گروه مولفین:

دکتر محمد چینیان شمیرزاده	(مدیر کل سابق دفتر سلامت وزارت آموزش و پرورش و رئیس انجمن پزشکی ورزشی فدراسیون ورزش مدارس کشور)
دکتر سید مجتبی عقیلی	متخصص طب اورژانس عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران
دکتر مریم کیا	متخصص داخلی عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران
دکتر محمدصادق کلاتری	بورد تخصصی طب اورژانس و لیزر
دکتر رضا گلدوزیان	عضو هیات علمی دانشگاه فرهنگیان خراسان رضوی
دکتر کمال بصیری	دستیار تخصصی طب اورژانس دانشگاه علوم پزشکی تهران
سرکار خانم اصلانی	رئیس گروه آموزش دفتر سلامت وزارت آموزش و پرورش

ویراستار ادبی:

سرکار خانم شیرین خزانی مدرس دانشگاه پیام نور و علمی کاربردی

عنوان و نام پدیدآور	: پیشگیری و درمان بیماری‌ها در مدارس / گروه مؤلفین محمد چینیان... [و دیگران]؛ ویراستار ادبی شیرین خزائی.
مشخصات نشر	: تهران: راستی نو، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری	: ۱۵۲ ص.: مصور (رنگی)، جدول (بخشی رنگی)، نمودار (رنگی).
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۶۶۵۶-۰۹-۰
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: گروه مؤلفین محمد چینیان، سیدمجتبی عقیلی، مریم کیا، محمدصادق کلانتری... .
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: بهداشت مدرسه‌ها — ایران
موضوع	: مدرسه‌ها — ایران — سلامت پروری
موضوع	: بیماری‌های واگیر
شناسه افزودن	: چینیان شه میرزادی، محمد، ۱۳۳۰ -
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۴ ۱۳۴۰۹/الف ۳۴۰۹ LB
رده بندی دیویی	: ۳۷۰/۷۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۰۱۰۷۴



عنوان: پیشگیری و درمان بیماری‌ها در مدارس

گروه مؤلفین: دکتر محمد چینیان شه میرزادی؛ دکتر سید مجتبی عقیلی؛ دکتر مریم کیا؛ دکتر محمدصادق کلانتری؛ دکتر رضا گلدوریان؛ دکتر کمال

بصری؛ سرکار خانم اصلانی

ویراستار ادبی: خانم شیرین خزائی

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۵

تیراژ: ۵۰۰ جلد

لیتوگرافی:

چاپ: متین

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۶۵۶-۰۹-۰

قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

تلفن پخش: ۰۹۱۲۱۰۶۴۵۷۵

فهرست مطالب

۷	 دیباچه:
۹	 مقدمه
۱۱	 شرح وظایف مراقبین سلامت مدارس
۱۳	 فصل اول: آشنایی با مسائل و بیماریهای شایع کودکان و نوجوانان
۱۳	 تغذیه
۱۴	 چاقی:
۱۵	 سرماخوردگی:
۱۸	 آنفلوآنزا:
۲۰	 سینوزیت:
۲۴	 گوش زرد:
۲۸	 دندان درد:
۳۰	 اوریون:
۳۲	 سرخچه یا سرخک آتانی
۳۳	 آبله مرغان:
۳۶	 زرد زخم:
۳۸	 زگیل:
۴۰	 بیماری گال:
۴۳	 شپش (pediculosis)
۴۵	 عفونت های قارچی
۴۷	 یبوست:
۴۹	 تهوع و استفراغ:
۵۱	 اسهال:
۵۴	 مسمومیت غذایی:
۵۶	 آسم:
۵۸	 بیماریهای تیروئید
۶۱	 دیابت شیرین:
۶۵	 هیپاتیت:
۶۷	 کم خونی
۶۸	 قرمزی چشم ها
۷۴	 صرع:
۸۱	 سردرد
۸۴	 پرخاشگری:

۸۷	اضطراب:
۸۹	بیش فعالی:
۹۴	کودک آزاری و سوءاستفاده از کودکان:
۹۸	فصل دوم: برخورد با مسائل محیطی در کودکان و نوجوانان:
۹۸	مشکلات کار کردن غیر اصولی با رایانه برای سلامت:
۱۰۰	گاز گرفتگی توسط سگ:
۱۰۱	گاز گرفتگی گربه:
۱۰۱	گاز گرفتگی انسان از انسان:
۱۰۲	مارگزایی:
۱۰۴	گرمازدگی:
۱۰۵	سرمازدگی:
۱۰۷	غرق شدگی:
۱۰۸	گاز گرفتگی یا مسمومیت با اکسیدکربن:
۱۰۹	برخورد با سوختگی‌ها:
۱۱۲	برق گرفتگی:
۱۱۴	فصل سوم: آشنایی با کمکهای اولیه در برخی آسیب‌ها و اصول احیا قلبی-ریوی:
۱۱۴	کمکهای اولیه:
۱۱۹	احیای قلبی ریوی در بالغین و کودکان:
۱۲۸	آشنایی با دفیبرلاتور خارجی خودکار:
۱۳۰	فصل چهارم: دستورالعمل‌های ایمنی در مدارس:
۱۳۰	ایمنی در زلزله:
۱۳۳	وظایف دبیران در برخورد با زلزله:
۱۳۷	ضوابط و مقررات ایمنی در اردوهای دانش‌آموزی:
۱۳۸	دانستنی‌های لازم در مورد بهداشت محیط و ایمنی مدارس:
۱۴۳	لیست تجهیزات و داروهای ضروری در مدارس:
۱۴۴	ضمائم:
۱۴۴	برنامه واکسیناسیون و ایمن سازی کشور:
۱۴۵	محاسبه شاخص توده بدنی یا BMI:
۱۵۲	منابع:

دیباچه:

امروزه، مراقبت از سلامتی کودکان در کشورهای توسعه یافته و در حال توسعه امری بدیهی، قابل اعتنا و جدی به شمار می‌رود. سیاست دولتها در امور بهداشتی، بیشتر بر جامعه دانش‌آموزی متمرکز شده و سرمایه‌گذاری در این بخش به منزله سلامتی جامعه آتی تلقی می‌گردد. کشور ما که گذر از جامعه سنتی به جامعه مدرن را تجربه کرده است، تلاش دارد با درک و شناخت علمی از ویژگی‌های جسمانی و روانی کودکان و دانش‌آموزان، آنها را در مسیر سلامتی همه جانبه قرار داده و امکان فردایی روشن و امیدوار برای آنها فراهم نماید.

یقین دارم محتوی این کتاب می‌تواند در افزایش آگاهی‌های علمی مربیان بهداشت موثر بوده و آنها را توانمند سازد تا با شناسایی به هنگام بیماری‌های شایع و نارسایی‌های جسمانی کودکان، نوجوانان زمینه اقدام به موقع درمانی را برای آنان به وجود آورد.

ضمن تشکر از مولف محترم کتاب دلی تپامی کسانی که در مسیر ارتقای سطح سلامت آحاد جامعه به ویژه دانش‌آموزان ریم هم بر می‌دارند، آرزوی توفیقات روز افزون دارم.

مهرزاد حمیدی

معاون تربیت بدنی و سلامت

وزارت آموزش و پرورش

مقدمه

کودکان و نوجوانان بخش بزرگی از جمعیت پویا و آینده‌ساز کشورها را تشکیل می‌دهند، که مراقبت بهداشتی آنان اگرچه از نظر تعیین و درجه‌بندی این نیازها در جوامع مختلف یکسان نیست، اما اساساً برای همه دانش‌آموزان مدارس صرف نظر از اختلافات نژاد، آب و هوا و منطقه جغرافیایی، مسائل همسان و نقطه نظرهای مشترکی وجود دارد. طریقی که در اکثر کشورهای جهان مراقبت‌های بهداشتی دانش‌آموزان و آموزش آنها از اهم مسائل بهداشتی و مورد توجه اولیاء امور بوده است.

ضرورت وجود و فواید تشکیلات بهداشت مدارس ناشی از این واقعیت است که دانش‌آموزان که اکثریت عظیمی از جمعیت را تشکیل می‌دهند به دلیل کامل نشدن مهارت‌ها و شرایط سنی آسیب‌پذیر، در معرض ابتلا به بیماری‌های عفونی خطرناک، حوادث، سوانح و خشونت می‌باشند. بنابراین نیاز به توجه و تأمین بهداشت سلامت دارند که این امر در ارتقای سطح بهداشت جامعه و کشور عزیزمان نقش اساسی خواهد داشت.

تعداد زیادی از جمعیت در دوره‌های دبستان تا دبیرستان قرار می‌گیرند و از آنجا که دوران تحصیل همزمان با دوران سریع و حساس رشد و تکامل جسمی و روانی می‌باشد. لذا هرگونه انحراف از حالت طبیعی و سلامت در این دوران باید در اولین فرصت کشف و درمان گردد.

بنابراین سرمایه‌گذاری در امر سلامت و آموزش دانش‌آموزان امری زیربنایی تلقی می‌گردد.

از دیرباز مسئله آموزش و پرورش کودکان در میان همه جوامع و نژادها، موضوعی حائز اهمیت و قابل بحث بوده است. بعد از نهاد کوچک خانواده، مدرسه دومین نهادی است که کودک به منظور فراگرفتن و آموختن در سطح گسترده‌تر به آن قدم می‌گذارد. نقش معلم و دبیران این نهاد آموزشی، در پرورش و ارتقای سطح علمی و اجتماعی کودکان بر هیچ کس پوشیده نیست.

اما در کنار آموزش علمی کودکان، بهداشت جسمی و روانی هر کودک نیز امری ضروری است که مورد توجه قرار گرفتن آن از سوی مسئولین در سال‌های اخیر مؤید این مطلب است. این امر موجب شد تا نقش خاموش و تاحدی ناشناخته مربی بهداشت در کنار سایر کارکنان مدرسه پررنگ‌تر از پیش شود.

مربیان بهداشت برای توسعه آموزش و مهارت‌های سلامتی بهداشتی به عنوان حلقه‌ی مکمل، در تعامل با مدیر و سایر کارکنان مدرسه قرار دارند. مراقبین سلامت به عنوان مروجین عادات و رفتارها و مهارت‌های لازم برای زیستن در محیطی سالم و بهداشتی به هدایت کردن فرهنگ بهداشت از بدو ورود به آموزشگاه به فعالیت می‌پردازند. اینجا که تشخیص علائم یک بیماری، چه جسمی و چه روانی، در کودکان از طریق معاینه و مشاهده رفتار آنان در مدارس، از سوی مربی بهداشت صورت می‌گیرد لازم است به این ساله سمیه تر نگاه شود.

به هر حال وجود مربی به نام مربی بهداشت با توانایی‌های لازم جهت پیشگیری از بیماری‌های شایع در مدارس به ضروری و غیر قابل انکار است.

بدین منظور و با هدف کسب آگاهی مدیران، معلمان و بویژه مربیان بهداشت این کتاب تدوین گردد تا در اولین فرصت ممکن بیماری‌های شایع در مدارس کشف و اقدامات لازم صورت پذیرد. و امیدواریم با انتشار این کتاب توانسته باشیم در مسیر اعتدال سلامتی کودکان گامی کوچک اما تاثیرگذار برداشته باشیم.

مؤلف:

دکتر محمد ج. نیاز شه میرزادی

m.chiniar@yahoo.com