

بهداشت مدارس و ارتقاء سلامت

مطابق با سر فصل بهداشت مدارس و ارتقاء سلامت مصوب شورای عالی برنامه ریزی کشوری

مؤلف

دکتر فرخنده امین سکروی

عضو هیئت علمی دانشگاه تربیت مدرس

با همکاری

سازمان ابو انخیریان

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی قم

مناسبات اردستانی

کارشناس ارشد و قرا آموزش و ارتقای سلامت، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

سرشناسه	امین شکروی، فرخنده، ۱۳۳۸ -
عنوان و نام پدیدآور	بهداشت مدارس و ارتقاء سلامت / مولف فرخنده امین شکروی؛ با همکاری سمانه ابوالخیریان، مناسادات اردستانی.
مشخصات نشر	تهران: آثار سبحان، ۱۳۹۱.
مشخصات ظاهری	۱۳۸ ص: جدول.
شابک	9786006531243
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا
موضوع	شاگردان - بهداشت
موضوع	مدرسه‌ها - پیش‌بینی‌های ایمنی
موضوع	شاگردان - تغذیه
موضوع	شاگردان - بهداشت روانی
موضوع	بهداشت مدرسه‌ها
شناسه افزوده	ابوالخیریان، سمانه، همکار
شناسه افزوده	اردستانی، مناسادات، ۱۳۴۱ - همکار
رده بندی کنگره	۱۳۹۱ ب۶۱۸۳/۵-LB۲۴
رده بندی دیویی	۳۷۱/۵
شماره کتابشناسی ملی	۲۹۱۱۶۳۲

نام کتاب:

بهداشت مدارس و ارتقاء سلامت

مؤلف:

دکتر فرخنده امین شکروی

با همکاری:

سمانه ابوالخیریان، مناسادات اردستانی

ناشر:

انتشارات آثار سبحان

نوبت چاپ:

اول

سال چاپ:

پائیز ۱۳۹۱

تیراژ:

۵۰۰ نسخه

چاپ:

دانش

قیمت:

۸۴۰۰ تومان

مرکز پخش: انتشارات آثار سبحان

تهران: میدان انقلاب - خیابان انقلاب - نرسیده به خیابان ۱۲ فروردین - ساختمان ولی عصر (عج) - پلاک ۱۳۱۴ - طبقه دوم
تلفن: ۶۶۹۷۱۱۱۲ - ۶۶۹۷۱۰۴۰

فروشگاه

تهران: میدان انقلاب - خیابان انقلاب - روبروی دبیرخانه دانشگاه تهران - پاساژ کتابسرای اندیشه - کتابفروشی آثار سبحان
تلفن: ۶۶۴۱۸۱۹۲

www.asaresobhan.com
email: asaresobhan2000@yahoo.com

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۵۳۱-۲۴-۳

کلیه حقوق معنوی و مادی برای ناشر محفوظ می‌باشد و هرگونه تکثیر از این اثر پیکرد قانونی دارد

مدرسه خانه دوم کودک و محلی برای پرورش اجتماعی اوست. بخش عظیمی از زندگی کودک در اختیار مدرسه قرار می‌گیرد. با تغییر شکل زندگی و در نتیجه افزایش مشکلاتی همچون فقر، بی‌بندوباری، خشونت، بدرفتاری و بی‌توجهی و خانواده تک‌والدی نقش مدارس بااهمیت‌تر می‌شود. تحقیقات نشان می‌دهند که تعداد زیادی از کودکان در شرایط نامساعد بهداشتی زندگی می‌کنند و رفتارهای پرخطری را تجربه می‌نمایند. این عوامل بالقوه مانع نقش‌آفرینی آنها در جامعه می‌شود. در نتیجه نقش مدرسه در روند رشد و توسعه روانی و جسمی در آنها بسیار مهم است. همچنین براساس دیدگاه "تربیت در کودکی" آموزش را باید در سنین مدرسه و از مدرسه آغاز کرد.

توجه جهانی به این مسئله موجب پیدایش تفکر مدارس مروج سلامت گردید که در قالب یک برنامه فراگیر در حوزه سلامت، کودکان از سنین سازمان جهانی بهداشت، توصیه گردیده است و به صورت جدی در جهان و همچنین در کشور در حال انجام است و سرمایه‌گذاریهای کلانی در این زمینه گردیده است.

این کتاب براساس دو واحد درس بهداشت مدارس و ارتقاء سلامت مصوب شورای عالی برنامه‌ریزی تألیف گردیده است. لذا مورد استفاده تمامی دانش‌آموزانی که این درس را می‌گذرانند می‌باشد. همچنین توصیه می‌گردد کلیه برنامه‌ریزان و دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت که در مدارس مشغول کار هستند و یا به نحوی از انحاء با جمعیت دانش‌آموزی سروکار دارند و والدین عزیز که به تعلیم و تربیت فرزندان خود در سنین ۵-۱۸ سال مشغول می‌باشند، کتاب حاضر را که برطبق جدیدترین اطلاعات مربوط به مدارس سلامت تألیف و تدوین گردیده است مطالعه فرمایند تا از حقوق حقه فرزندان خود مطلع و انگیزه همکاری با فعالیتهای بهداشتی مدرسه را بدست آورند.

امید این تلاش خالصانه مورد قبول خدای متعال در جهت ادای دین خود نسبت به جامعه قرار گیرد. نظرات ارزشمند همکاران و خوانندگان گرامی را پذیرا می‌باشیم.

دکتر فرخنده امین شکروی

پاییز ۹۱

سلامت به عنوان یک ارزش فردی و اجتماعی برطبق اساسنامه سازمان جهانی بهداشت و از دیدگاه همه ملت‌ها و نزد همه مکاتب یکی از مهم‌ترین و ابتدایی‌ترین حقوق و نیازهای بشر تلقی شده است. لذا دستیابی به بالاترین سطح آن از جمله اهداف اجتماعی و ملی تمام دولت‌ها به شمار می‌رود. همه کشورها جهت نیل به اهداف بهداشتی مورد انتظار خود اقداماتی را در سطح ملی پیش‌بینی نموده و با ترسیم چشم‌اندازهای آینده، بررسی و شناسایی نیازهای بهداشتی خود، تعیین چالش‌های این حوزه و تدوین راهبردها و رویکردهای کلان و روش‌های اجرایی به طراحی برنامه‌های عملی اقدام می‌نمایند.

از سویی دیگر مدرسه پس از خانواده مهم‌ترین نقش را در سلامت کودک ایفا می‌کند. دانش‌آموز در مدرسه علاوه بر یادگیری مهارت خواندن و نوشتن، اطلاعات، نگرش‌ها و رفتارهای جدید را می‌آموزد. اهمیت بهداشت مدارس از آن جهت است که قریب یک سوم جمعیت کشور در زمان معین، در مکان مشخص با آمادگی کامل جهت یادگیری حضور می‌یابند که این امر دسترسی به گروه‌های هدف و دستیابی به اهداف بهداشتی را سهل‌تر می‌سازد. بنابراین می‌توان با آرایه صحیح خدمات بهداشتی در مدارس، آن را به جامعه گسترش داد. لذا محیط‌های آموزشی در کنار محیط‌های عمومی، آرایه خدمات سلامت و کار اصلی‌ترین موقعیت‌های مداخلات ارتقای سلامت را تشکیل می‌دهند. به عبارت دیگر می‌توان گفت که چارچوب آموزش و پرورش به منزله مرکز ثقل برنامه‌های توسعه از اهمیت بسزایی برخوردار است. به طوری که تمام برنامه‌های توسعه باید نسبت خود را با این جریان معین کنند.

در این میان از آنجایی که ایران یکی از جوان‌ترین جمعیت‌های جهان را دارا می‌باشد لذا در جامعه‌ای با این ساختار جمعیتی، بهداشت و آموزش دو موضوع مهم پیش روی برنامه‌ریزان و سیاستگذاران خواهد بود. چرا که برای دستیابی به اهداف توسعه تأمین بالاترین سطح سلامت جسمی و روانی و معنوی کودکان که سرمایه‌های اصلی کشور هستند به عنوان ضرورت و اولویت برنامه‌های توسعه مطرح است. این اثر بر طبق سرفصل دو واحد درس بهداشت مدارس و ارتقا سلامت تألیف گردیده است. لذا امید می‌رود مورد استفاده تمامی دست‌اندرکاران و دانشجویانی که درس بهداشت مدارس و ارتقا سلامت را می‌گذرانند قرار گیرد.

فهرست مطالب

۲۹	کجلی	۹	فصل اول: کلیات بهداشت مدارس
۲۹	بیماری‌های چند عاملی	۹	بهداشت مدارس
۲۹	منزیت	۹	دانش آموز
۳۰	ورم ملتحمه چشم	۹	مدرسه
۳۰	بیماری‌های اسهالی	۹	بهداشت مدارس
۳۰	بیماری‌های نوپدید	۱۰	تاریخچه بهداشت مدارس در جهان
۳۰	بیماری سارس	۱۱	سابقه بهداشت مدارس در ایران
۳۱	بیماری ابولا	۱۲	جایگاه بهداشت مدارس در ایران
۳۱	مراقبت بهداشتی دانش آموزان	۱۴	زمینه‌های اصلی در بهداشت مدارس
۳۳	مشکلات رفتاری در دانش آموزان	۱۴	برنامه‌های عمومی بهداشت مدارس در ایران
۳۴	ترس	۱۵	سیاست بهداشتی مدارس
۳۴	ترس از مدرسه	۱۶	خدمات بهداشتی
۳۴	دروغ‌گویی	۱۷	اولین سطح پیشگیری و اقدام
۳۵	دزدیهای کوچک	۱۷	دومین سطح پیشگیری و اقدام
۳۵	ناخن جویندن	۱۷	سومین سطح پیشگیری و اقدام
۳۶	کمرویی و انزواطلبی	۱۸	ارزیابی وضعیت سلامت کودکان و کارکنان مدارس
۳۶	پرخاشگری و خشونت	۲۱	فصل دوم: بیماری‌ها در مدارس
۳۶	تیک یا جهش عضلانی	۲۱	مقدمه
۳۷	شب‌ادراری	۲۱	دشواری‌ها و بیماری‌های شایع در دانش آموزان
۳۷	مشکل کنترل مدفوع	۲۱	بیماری‌های ویروسی
۳۷	لکنت زبان	۲۱	سرماخوردگی
۳۷	اشکال در تمرکز حواس	۲۲	آنفلوآنزا
۳۸	مشکلات تغذیه‌ای	۲۱	سرخک (Measles)
۳۸	مشکلات یادگیری در دانش آموزان	۲۳	سرخچه (Rubella)
۳۸	علل مشکلات یادگیری	۲۳	اوریون (Mumps)
۳۸	علتهای مربوط به دانش آموز	۲۳	آبله مرغان
۳۹	علل مربوط به خانه	۲۴	هپاتیت ویروسی
۳۹	علت مربوط به مدرسه	۲۴	تب خال
۳۹	علل مربوط به روش‌های ارزیابی	۲۴	بیماری‌های باکتریایی
۳۹	دانش آموزان با مشکل خواندن	۲۴	گل‌ودردها (فارتزیت‌ها)
۴۰	دانش آموزان با مشکل اساسی در نوشتن (دیسگرافی)	۲۵	تراخم
۴۰	دانش آموزان با نقص و یا مشکل در یادگیری مفاهیم ریاضی	۲۵	سل
۴۰	(دیس کالکولیا و یا دیس آریتیا)	۲۶	تب مالت (بروسلوز)
۴۰	دانش آموزان با مشکل در تکلم و گفتار	۲۶	مخملک
۴۰	تشخیص مشکلات یادگیری	۲۶	ویا
۴۰	نتیجه‌گیری	۲۶	حصه
۴۱	شناخت دانش آموز سالم از ناسالم	۲۷	زردخیم
۴۱	عوامل موثر بر سلامت دانش آموز	۲۷	بیماری‌های انگلی
۴۱	نمودهای سلامت جسمی و فیزیکی دانش آموز	۲۷	گال (جرب)
۴۱	نمودهای سلامتی روحی در دانش آموز	۲۷	سالمک
۴۱	نمودهای سلامتی هیجانی و اجتماعی در دانش آموز	۲۷	پدیکلوزیس (شیش)
۴۱	بروز حالت و تظاهرات هیجانی و اجتماعی در سنین نوجوانی و	۲۸	بیماری آسکاریوز
۴۱	بلوغ با معیارهای زیر ارزیابی می‌شود	۲۸	زیاردیوز (اسهال چرب)
۴۲	معاینات مختلف و ارزیابی سلامت کودکان	۲۸	کرمک یا اکسیور
۴۲	معاینه عمومی	۲۹	بیماری‌های قارچی

۴۵	ضرورت و اهمیت مهارت تفکر نقاد	۴۲	اندازه گیری قد و وزن دانش آموز
۴۶	اصول تفکر نقاد	۴۲	معاینات دهان و دندان
۴۶	برگه راهنمای تفکر نقاد	۴۳	معاینه ستون فقرات
۴۷	مهارت تصمیم گیری	۴۳	معاینه پوست، مو و ناخن
۴۷	انواع تصمیم گیری	۴۳	معاینه چشم
۴۸	اصول تصمیم گیری منطقی	۴۳	آزمایشات بینایی
۴۸	برگه راهنمای تصمیم گیری منطقی	۴۳	علامه اختلال بینایی
۴۹	مهارت قاطعیت	۴۴	موارد ارجاع
۴۹	رفتار قاطعانه چیست	۴۴	سنجش شنوایی
۷۰	زنجیره رفتارهای اجتماعی	۴۴	معاینه گوش
۷۰	انواع رفتارهای قاطعانه	۴۴	شناخت نیازهای بهداشتی دانش آموزان
۷۱	اجزای رفتار قاطعانه	۴۵	پیشگیری از بیماری های مسال و اگیردار در سنین مدرسه
۷۱	مهارت حل مسئله	۴۵	توصیه های لازم برای پیشگیری از بیماری های شایع در سنین مدرسه
۷۱	رویکرد صحیح به مسئله	۴۶	پیگیری دانش آموز بیمار
۷۲	تعریف دقیق از مشکلات	۴۶	اهمیت غربالگری
۷۲	پیدا کردن راه حل های متعدد	۴۶	فصل سوم: محیط مدرسه
۷۲	ارزیابی و انتخاب راه حل ها	۴۷	مقدمه
۷۲	اجرای راه حل ها	۴۷	بهداشت محیط زیست
۷۳	فصل پنجم: حوادث و سوانح	۴۷	محیط مدرسه
۷۳	مقدمه	۴۷	بهداشت محیط مدرسه
۷۳	حادثه	۴۸	ضرورت بهداشت محیط مدرسه
۷۴	ایجاد حوادث و سوانح	۴۹	تاثیرات محیط نامناسب مدرسه بر دانش آموزان
۷۴	علل و عوامل سوانح و حوادث	۴۹	آیین نامه بهداشت محیط مدارس
۷۴	دلایل اهمیت توجه بیشتر به حوادث در کودکان	۴۹	فصل چهارم: بهداشت روان در مدرسه و مهارت های
۷۵	وظایف در قبال پیشگیری از آسیب در کودکان و نوجوانان	۵۵	زندگی
۷۵	تقسیم بندی سوانح و حوادث	۵۵	بهداشت روان دانش آموزان
۷۵	حوادث ناشی از محیط مدرسه	۵۶	بهداشت روان اولیه
۷۵	اسکاتاتی که نیاز است در مدرسه وجود داشته باشد	۵۶	بهداشت روان ثانویه
۷۵	سیستم اطفای حریق	۵۶	بهداشت روان ثالثیه
۷۵	اتاق آرایه خدمات بهداشتی	۵۷	توصیه هایی برای ارتقای بهداشت روانی مدارس
۷۶	اتاق بهداشت	۵۷	مشکلات بهداشت روان دانش آموزان بر اساس جنسیت و پایه تحصیلی
۷۶	پیشگیری از حوادث مدرسه	۵۷	مهارت های زندگی
۷۸	حوادث ناشی از محیط خانه	۶۰	آموزش مهارت های زندگی
۷۸	حوادث خارج از محیط مدرسه و خانه	۶۱	مهارت خودآگاهی
۷۹	سازماندهی و برنامه ریزی برای پیشگیری از بروز سوانح و حوادث	۶۲	برگه راهنمای خود آگاهی
۷۹	محورهای اساسی پیشگیری از حوادث	۶۲	مشخص کنید در زندگی خود
۷۹	آموزش برای پیشگیری از سوانح و حوادث	۶۲	عزت نفس
۸۱	فصل ششم: تغذیه در مدرسه	۶۳	برگه راهنمای عزت نفس
۸۱	مقدمه	۶۴	مهارت مقابله با احساسات منفی
۸۱	اهمیت تغذیه در مدارس	۶۴	برخی از راه حل های سالم کاهش احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت
۸۱	غذا	۶۴	برگه راهنمای مقابله با احساسات
۸۲	تغذیه صحیح	۶۵	مهارت تفکر نقاد
۸۲	تغذیه در مدارس	۶۵	چند تعریف اساسی از تفکر نقاد
۸۴	پیامدهای مرتبط با مسایل تغذیه ای		
۸۴	برنامه هایی در ارتباط با امنیت غذایی در دانش آموزان		
۸۴	مشکلات تغذیه ای شایع در سنین مدرسه و دوران بلوغ		

۱۰۹	ارتقای سلامت مدارس در ایران	۸۴	محدودیت‌های موثر در تغییر رژیم غذایی
۱۰۹	دلایل منطقی برای ارتقای سلامت در مدارس	۸۵	تقسیم بندی مواد غذایی
۱۱۰	مزایای ارتقای سلامت مدارس	۸۵	پروتئین
۱۱۰	اصول کلیدی ارتقای سلامت در مدارس	۸۵	مواد قندی و نشاسته‌ای
۱۱۱	اجزای اصلی ارتقای سلامت مدارس	۸۵	لیبیداها
۱۱۱	آموزش بهداشت	۸۵	ویتامین‌ها
۱۱۲	بهداشت محیط	۸۶	مواد معدنی
۱۱۲	فراهم آوردن موثرترین خدمات بهداشتی ممکن برای مدارس	۸۶	میان وعده
۱۱۲	توسعه ارتقای سلامت در مدارس	۸۶	بوفه مدارس
۱۱۳	برنامه‌های یکپارچه بهداشت مدارس (CSHP)	۸۶	اقدام غذایی قابل عرضه در بوفه مدارس
۱۱۴	هدف برنامه یکپارچه بهداشت مدارس	۸۷	فواید وعده صبحگاهی
۱۱۵	آموزش بهداشت	۸۸	فصل هشتم: آموزش بهداشت در مدارس
۱۱۵	آموزش فعالیت‌های جسمانی (ورزش و تربیت بدنی)	۸۸	سلامت
۱۱۵	خدمات بهداشتی مدارس	۹۰	آموزش بهداشت در مدارس
۱۱۵	خدمات تغذیه‌ای مدارس	۹۲	اهداف آموزش بهداشت مدارس
۱۱۵	خدمات اجتماعی و مشاوره‌ای در مدارس	۹۲	آموزش بهداشت در مدرسه و مواد بهداشتی
۱۱۶	محیط بهداشتی مدارس	۹۳	تکنیک‌ها و روش‌های آموزش بهداشت مدارس
۱۱۶	خدمات رفاهی معلمان و کارکنان	۹۳	عناصر کلیدی آموزش بهداشت جامع مدارس
۱۱۶	جامعه	۹۴	اصول آموزش بهداشت مدارس
۱۱۶	یکپارچه‌سازی برنامه‌های بهداشتی مدارس در قالب یک سیستم	۹۶	مبانی آموزش بهداشت مدارس
۱۱۶	مدارس را قادر می‌سازد تا	۹۷	برنامه‌ریزی آموزش بهداشت در مدارس
۱۱۷	موارد اثربخش در ارتقای سلامت مدارس	۹۸	انواع برنامه‌ریزی آموزشی
۱۱۷	مدارس جامعه‌نگر	۹۸	در برنامه‌ریزی برای بهداشت مدارس موارد زیر باید در نظر گرفته شود
۱۱۷	مفهوم مدارس مروج سلامت	۹۸	برنامه‌ریزان باید
۱۱۸	توسعه مدارس مروج سلامت	۹۸	فعالیت‌ها باید
۱۱۹	مدارس مروج سلامت در ایران	۹۸	اهداف باید
۱۲۰	اجزای برنامه بهداشت مدارس مروج سلامت	۹۹	کارکنان باید
۱۲۰	رسالت مدارس مروج سلامت	۹۹	مطالب آموزشی باید
۱۲۰	هدف کلی	۹۹	روش‌های فعال فراگیری و آموزش بهداشت
۱۲۰	اهداف اختصاصی	۹۹	فرآیند برنامه‌ریزی آموزش بهداشت در مدارس
۱۲۱	پیام روش مدرسه مروج سلامت این است که	۱۰۰	تعیین اهداف کلی و موضوعات آموزشی
۱۲۱	مفهوم مدرسه مروج سلامت مزایای زیر را در بر می‌گیرد	۱۰۱	طرح‌ریزی موضوع‌های برنامه آموزش
۱۲۱	چگونه مدرسه مروج سلامت داشته باشیم	۱۰۲	اصول کلی انتخاب محتوا در برنامه ریزی بهداشت مدارس
۱۲۱	ارتقای آگاهی	۱۰۲	ارزشیابی آموزش بهداشت در مدارس
۱۲۲	برنامه‌ریزی	۱۰۳	زمان ارزشیابی
۱۲۲	اجرا	۱۰۳	ارزشیابی قبل از اجرای برنامه
۱۲۲	ارزیابی	۱۰۳	ارزشیابی ضمن برنامه
۱۲۲	معیارهای انتخاب مدارس مروج سلامت	۱۰۳	ارزشیابی پس از اجرای برنامه
۱۲۲	دانش‌آموزان مروج سلامت	۱۰۴	فصل هشتم: ارتقای سلامت در مدارس
۱۲۳	مدل آلبانیایی	۱۰۴	مقدمه
۱۲۴	مدل مدارس مروج سلامت دانمارک	۱۰۴	ارتقای سلامت
۱۲۵	مدل مدارس مروج سلامت انگلیس	۱۰۵	تعاریف ارتقای سلامت
۱۲۷	منابع	۱۰۷	ارتقای سلامت در مدارس