

بسته آموزشی

**آشنایی با بیماری آنفلوآنزا با منشاء خوکی
و راههای پیشگیری برای دانش آموزان**

تهیه و تدوین :

دکتر رضا عزیززاده - وهاب اصل رحیمی - محمود پرستنده

مرکز بهداشت استان آذربایجان شرقی

شهریور ۸۸

بیماری آنفلوآنزای با منشا خوکی چیست؟

این بیماری یک بیماری دستگاه تنفسی فوقانی است که در اثر آلودگی به ویروس آنفلوآنزای (H1N1) ایجاد می شود.

علائم بیماری:

شایعترین یافته های بالینی این بیماری شامل: تب با شروع ناگهانی و لرز،

سرفه، گلودرد، کسالت، سردرد و درد عضلانی و مفصلی که می تواند با استفراغ و اسهال

همراه باشد. البته این علائم در گروه های خاصی نظیر شیرخواران و افراد سالمند و مبتلایان

به نقایص ایمنی ممکن است به صورت غیر معمول و گاهی شدید ظاهر نماید. عوارض

بیماری می تواند به صورت پنومونی (ذات الریه)، سینوزیت، التهاب گوش میانی

، عوارض قلبی مثل التهاب عضله قلب و پرده دور آن و حتی عوارض عصبی به صورت

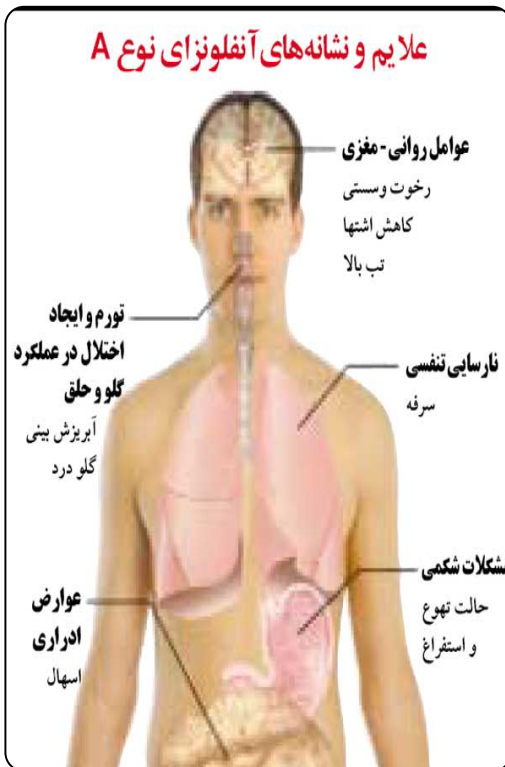
آنسفالیت حاد و تشنج بروز نماید.

راههای سرایت و انتقال بیماری

- بیشتر از طریق ذرات درشت تنفسی که از طریق عطسه و سرفه و تا فاصله ۶ فوت، پرتاب میشوند و از فاصله نزدیک، انتقال می یابند.



- تماس با سطوح آلوده نیز امکان پذیر می باشد.



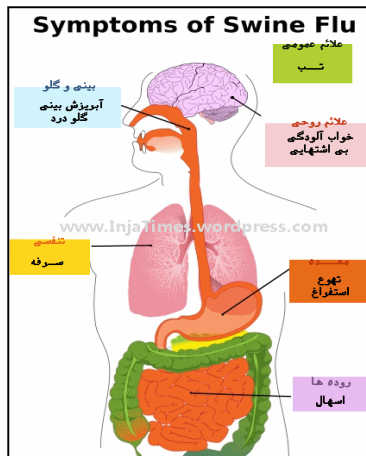
- انتقال از طریق مدفوع نیز هر چند به اثبات نرسیده است ولی به نظر محتمل می آید.

- بیماران مبتلا به بیماری جدید احتمالا از یک روز قبل از شروع

علائم و نشانه های بیماری تا زمان قطع تب برای اطرافیان خود

عفونت را میباشند . البته تا ۷ روز بعد از شروع علائم را دوران

سرایت در نظر میگیرند.



مواردی که مدارس باید در پیشگیری از بروز و شیوع آنفلوآنزا مورد توجه و پیگیری قرار دهند:



سالم سازی و مرمت عاجل فضا های فیزیکی مدارس مثل آبخوری ها لوله کشی صابون مایع ، بوفه های مدارس، خوابگاهها ، سرویس های بهداشتی،

❖ پیش بینی و تدارک صابون مایع و مواد ضد عفونی کننده

❖ نظافت و پاکسازی روزانه کلاس ها



❖ لزوم رعایت تهویه کامل کلاس در حین درس و جلوگیری از مسدود کردن طولانی مدت درب و پنجره های کلاس (لازم است درب و پنجره های کلاس در طول مدت برقراری کلاس آموزشی بطور متناوب هر ۱۵-۲۰ دقیقه برای ۱۰-۵ دقیقه باز و فضای آموزشی در معرض جریان طبیعی هوا قرار گیرد.

❖ توجیه و تاکید به دانش آموزان در عدم استفاده از وسایل شخصی یکدیگر و خودداری از دست دادن و روبوسی کردن و یا در آغوش گرفتن دیگران



❖ توجیه دانش آموزان بر همراه داشتن دستمال و استفاده صحیح از آن در هنگام سرفه و عطسه



❖ ساماندهی دانش آموزان در تیم های بهداشتیاران و تقویت سیستم خودکنترلی دانش آموزی مدارس



❖ اطلاع رسانی پیوسته به دانش آموزان در سر صف، آموزش از طرسق معلمین، پوستر و

❖ توجیه دانش آموزان در استفاده سالم از وسایل نقلیه عمومی علی الخصوص در ساعات پیک مسافر



❖ انجام غربالگری روزانه و قبل از ورود دانش آموزان به مدرسه و منع دانش آموزان با علائم سرماخوردگی

و یا مشکوک به ابتلای به آنفلوانزا (به شرح زیر) از حضور در کلاس و محیط آموزشگاه و ارجاع آنان به مراکز بهداشتی درمانی توسط مسئولین مدرسه

■ حداقل علائم مورد نظر جهت غربالگری سریع و جلوگیری از ورود به مدرسه عبارتند از :



۱. احساس گرما و تب بالا

۲. صورت برافروخته

۳. تعریق یا لرز

■ در هر مدرسه حتی الامکان اطاق جداگانه ای جهت استقرار دانش آموزان و کارکنان دارای علائم سرماخوردگی تا ارجاع به منزل و مرکز بهداشتی - درمانی پیش بینی گردد .

■ اطلاع عاجل موارد ابتلا و یا مشکوک به ادارات و استان جهت انعکاس به ستادهای استان و مراکز بهداشتی ذی ربط و اتخاذ تصمیم مناسب .

■ برگزاری کلاس های آموزشی مرتبط با آنفلوآنزای جدید ویژه دانش آموزان ، اولیاء و کارکنان مدارس



■ مراقبت روزانه دانش آموزان توسط آموزگاران و یادآوری نکات بهداشتی به آنها در کلاس درس و اطلاع موارد ابتلاء دانش آموزان در صورت مشاهده به دفتر مدرسه



■ نظارت دقیق به خوابگاهها در مورد مدارس شبانه روزی توسط

مدیران مدارس

مواردی که شما دانش آموزان عزیز باید مورد توجه قرار دهید :

۱. همکاری و مشارکت با مسئولین محترم مدرسه و معلمین ارجمندتان در سالم سازی فضاهای مختلف مدرسه و اجرای کامل کلیه دستور العمل های پیشگیری از آنفلوآنزا که مدرسه و دانش آموزان را در مقابل این بیماری محافظت می کند .
۲. توجه داشته باشید که ویروس آنفلوآنزا عمدتاً از طریق ریز قطره های دستگاه تنفس به وسیله سرفه و عطسه به طور مستقیم از فردی به فرد دیگر و به طور غیرمستقیم از طریق دست زدن به اشیاء آلوده (از قبیل دستمال، دستگیره درب، میز تحریر، میز غذاخوری و ...) و آنگاه تماس دست آلوده با بینی، دهان، یا چشم منتقل می شود ، لذا با رعایت بهداشت فردی از توسعه این بیماری در محیط زندگی و تحصیلی جلوگیری نماییم.
۳. شما دانش آموزان ، و ما معلمین و مسئولین این مدرسه در سال تحصیلی جاری ، با تمام محبتی که نسبت به دوستان و همکلاسی های خود داریم جهت حفظ سلامت خود و دوستان عزیزمان ، به هنگام احوال پرسسی ، از دست دادن ، بغل کردن و روبوسی همکلاسیها و سایر افراد خودداری می کنیم .
۴. شما دانش آموزان عزیز سعی کنید در تمام برنامه های بهداشتی ، آموزشی و اطلاع رسانی در مورد بیماری آنفلوآنزا با جدیت مشارکت نموده و اطلاعات کسب شده در این زمینه را به خانواده و تمام افراد جامعه انتقال دهید.

۵. هریک از شما باید به محض احساس علائم بیماری آنفلوآنزا (تب بالا، سرفه زیاد، بی حالی و کوفتگی عمومی بدن و گلودرد) در خود و یا همکلاسی های خود ضمن پوشاندن دهان و بینی خود جهت درمان به پزشک و مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کرده، موضوع را به مسئولین مدرسه (مدیر، معاون، معلم و مراقب بهداشت مدرسه) اطلاع داده و در صورت توصیه و صلاحدید پزشک و مسئولین مدرسه از آمدن به مدرسه خودداری کنید.

۶. در صورت ابتلا به بیماریهایی مثل آسم، برونشیت و مشکلات مزمن تنفسی، بیماری قند و... حتماً موضوع را به مسئولین مدرسه (مدیر، معاون، معلم و مراقب بهداشت مدرسه) اطلاع داده و توصیه ارائه شده را به طور جدی رعایت کنید.

۷. جهت پیشگیری از انتقال بیماری آنفلوآنزا؛ به هیچ عنوان وسایل شخصی خود (مانند دستمال، لیوان، بطری و قمقمه آب، مداد، خودکار، مداد تراش و مداد پاکن و خط کش و...) را در اختیار دیگران قرار نداده، از وسایل شخصی دیگران نیز استفاده نکنید.

۸. شستشوی کامل دست ها با آب و صابون بعد از توالی، بعد از دست زدن به وسایل آلوده در پیشگیری از انتقال بیماری از اهمیت زیادی برخوردار است لذا در هر یک از این موارد و نیز بعد از مراجعت از مدرسه دستهای خودتان را با آب و صابون بشوئید.

۹. همیشه به همراه خود دستمال مناسب (ترجیحاً دستمال کاغذی) برای پوشاندن دهان و بینی خود هنگام عطسه و یا سرفه به همراه داشته و پس از مصرف دستمال کاغذی بلافاصله آن را در سطل آشغال بیاندازید.

■ مطالب آموزشی مربوط به آنفلوآنزا ی ارائه شده در مدرسه را با اولیای خود در خانه در میان گذاشته و در مورد آن با آنها بحث و گفتگو کنید.

فهرست منابع :

- دستورالعمل های آموزشی و اجرایی پیشگیری از آنفلوآنزا – انتشارات مرکز مدیریت بیماریها
- دستورالعمل اجرایی پیشگیری و کنترل جهانگیری
- آنفلوآنزا با تاکید بر بیماری آنفلوآنزای نوع AH1N1 از انتشارات وزارتین بهداشت و آموزش و پرورش