

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

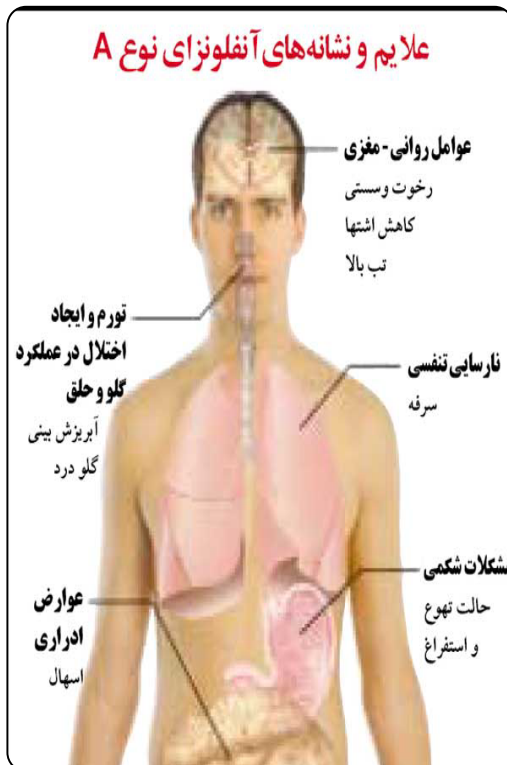
آنسفالیت حاد و تشنج بروز نماید.

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.



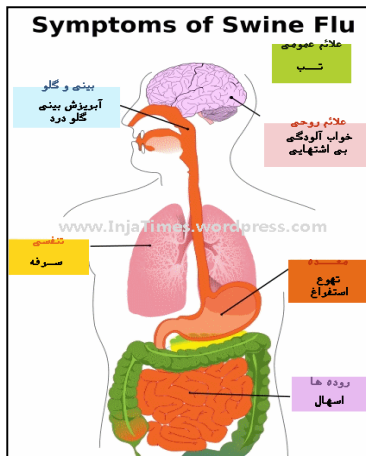
- انتقال از طریق مدفوع نیز هر چند به اثبات نرسیده است ولی به نظر محتمل می آید.

- 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 پرسی ، 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