

## أهمية دور المدرسة في الوقاية الصحية عند التلاميذ



الدكتورة اليس جرجس جعجع  
مديرة الجمعية الصحية اللبنانية  
للتثقيف الصحي

وتفعيل الوعي الوقائي عند التلميذ يجب علينا التطرق الى دور مدير المدرسة والمرشد الصحي والبيئة المدرسية المحيطة؛ فالمدبر يمثل رأس هرم الجسم التعليمي في المدرسة. وتقع على عاتقه مسؤوليات عدة، ولعل أبرز مهمة يعمل لأجلها هي الحرص على ضمان جودة عالية من التعليم في مدرسته.

ان الادارة المدرسية مؤتمنة على صحة التلاميذ. ومن ضمن واجباتها متابعة عمل المرشد الصحي. ومراقبة عامل التنظيف. والتأكد من نظافة الحمامات والصفوف والملاعب. واشراك المدرسة بأنشطة تثقيفية محلية ووطنية. كما عليها المبادرة بالقيام بأنشطة صحية خاصة لتلاميذها ومراقبة مبيعات الحانوت المدرسي والتواصل المستمر مع الأهل وتُرصّد الحالات المرضية في صفوف تلاميذها واتخاذ التدابير اللازمة لتفادي انتشار الأمراض في المدرسة.

وأخيراً وليس آخراً على الادارة المدرسية تأمين بيئة آمنة صحية تمكّن الطلاب من متابعة تحصيلهم العلمي بشكل سليم ليصبحوا أعضاء فاعلين في المجتمع ويحققوا طموحاتهم في الحياة.

### دور المرشد الصحي

أما المرشد الصحي فهو المسؤول الرئيسي في المدرسة عن الارشاد الصحي وعن برنامج الصحة المدرسية الذي تديره وحدة التربية الصحية والبيئية في وزارة التربية والتعليم العالي. دور المرشد الصحي مهم في تطبيق برنامج الصحة المدرسية والعمل على نجاحه واستمراره.

لدى المرشد الصحي مهام متعددة ويمكن تلخيصها بالنقاط التالية:

- الاشراف على تأمين بيئة مدرسية نظيفة وسليمة
- الاشراف على تأمين مياه للاستعمال في المدرسة والمياه الصالحة للشرب بشكل مستمر
- مراقبة نوعية مبيعات الحانوت المدرسي والعمل على ملاءمتها مع مواصفات الحانوت الصحي
- تنظيم حملات توعية
- تنفيذ أنشطة لا صفية extra scolaire
- متابعة الأندية المدرسية (الصحية البيئية)
- تحضير وتنفيذ ومتابعة الكشف الطبي
- تحضير وتنفيذ ومتابعة الحملة الوطنية للوقاية من أمراض الفم والأسنان
- الاشراف على مواد ومستلزمات الكشف الطبي
- الاطلاع ببعض مبادئ الاسعاف الأولية وتطبيقها عند الحاجة

ينفذ المرشد الصحي المهمات المذكورة بدعم كامل من المسؤول عن المدرسة وفق الأصول المرعية الاجراء. حيث أن المرشد الصحي هو جزء

« الناس يخلقون الصحة ويعيشونها ضمن اطار حياتهم اليومية. حيث يتعلمون ويعملون ويلعبون ويحبون.» (ميثاق أوتاوا). مفهومها «خلق الصحة والحفاظة عليها» يتطلبان اذا من الانسان الابتعاد في حياته اليومية عن كل الممارسات غير السليمة ونذكر منها، على سبيل المثال: التدخين، واحتساء الكحول، والاهمال في النظافة الشخصية واتباع انماط غذائية تسبب الأمراض.

نمط الحياة الصحي دلالة على وعي وقائي جيد. ولكن على الرغم من أهميته، لا يكفي وحده لضمانة عقل سليم وجسم سليم؛ فالبيئة الحاضنة للشخص، المباشرة منها وغير المباشرة تلعب أيضاً دوراً اساسياً يؤثر على صحته.

يشكل جيل الشباب منذ عام ٢٠٠٥، وبحسب احصاءات الأمم المتحدة، النسبة الأكبر بين السكان لأول مرة في تاريخ البشرية. اذ ان حوالي نصف سكان العالم، أي ما يزيد عن ٣ مليارات هم دون ال ٢٥ سنة ويعيش ٨٥٪ من الشباب في الدول النامية. يمكن أن نستنتج اذا أن التلاميذ في لبنان، يشكلون جزءاً كبيراً ومهما في المجتمع اللبناني، وبالتالي تمثل المدارس المكان المثالي للتثقيف الصحي وللترويج لعادات صحية سليمة، وتعتبر البيئة المباشرة الحاضنة لهم.

تتضمن الصحة المدرسية جوانب عديدة وكثيرة منها موضوع الكحول، والنمط الغذائي، والصحة الذهنية، والصحة التناسلية، والعنف والادمان وأخيراً وليس آخراً النظافة الشخصية.

«درهم وقاية خير من قنطار علاج» وتعتبر الوقاية الصحية مسألة جوهرية في حياة التلميذ المدرسية لما لها من انعكاس على صحته، وبالتالي على انتاجه الدراسي. إن الوعي الوقائي وخصوصاً في ما يتعلق بالأمراض المعدية والموسمية يخفف من إنتشار الأمراض في صفوف التلاميذ ويقفّص من فترة غيابهم عن دروسهم ويحسن جودة التعليم في لبنان.

عندما نتحدث عن أهمية دور المدرسة في تثبيت التثقيف الصحي



من الهيكلية العامة للمدرسة وبشارك المدير والهيئة التعليمية في تأمين صحة مدرسية سليمة.

لا شك أن مهام المرشد الصحي كثيرة ومتعددة، وأي تقصير من قبله له انعكاس وتأثير سلبي على تنفيذ مشروع الصحة المدرسية وبالتالي على جودة التعليم في لبنان.

ختاماً لا بد من تناول موضوع البيئة المدرسية المحيطة بالتلميذ والتي لها دور جوهري في المحافظة على صحته وسلامته، كما لها انعكاس على نفسيته وصحته الذهنية. ان البيئة النظيفة والصحية تخلق جواً من الراحة النفسية والصفاء الذهني مما يشجّع الطالب على المثابرة والاجتهاد. على المدارس أن تؤمن اذا حمامات مجهزة بماء جار نظيف، صابون، محارم نظيفة، وسلل للنفائات، أي نقص أو اهمال في أحد هذه العناصر يؤدي الى انتشار العدوى والأمراض الخطيرة وبرزها الانفلونزا، الاسهال والتهاب العين والجلد. على الملاعب والصفوف ان تكون أيضاً نظيفة وأن يتماشى البناء مع معايير السلامة العالمية لتفادي الحوادث والوقاية منها.

### اخبار

## ماذا تعرف عن التسمم الغذائي الناتج عن السلمونيليا؟

يوجد فيها شخص حامل للسلمونيليا وبدون أي أعراض جانبية وفي هذه الحالات تتوطن السلمونيليا في المرارة. أما فيما يختص بالتسمم الغذائي المؤدي إلى النزلات المعوية فبعد تناول الطعام الملوث تستغرق فترة حضانة المرض من ٦ ساعات إلى ٤٨ ساعة، ومن الممكن أن تمتد إلى ١٢ يوماً، ويبدأ المرض عادة بالغثيان والاستفراغ يتبعه آلام البطن والإسهال. وعادة تستمر هذه العوارض من ثلاثة إلى أربعة أيام، مصحوبة في بعض الأحيان بارتفاع في درجة الحرارة في ٥٠٪ من المرضى. وعادة ما تكون آلام البطن في المنطقة المحيطة بالسرة ومنها تنتقل إلى المنطقة السفلى اليمينية من البطن.

أما الإسهال فيكون من ثلاثة إلى أربعة مرات يومياً إلى إسهال شديد ودموي مصحوباً بمخاط صديدي إلى إسهال شديد شبيه بالكوليرا. كذلك من الممكن أن يحدث التهاب شديد في القولون ما يزيد من فترة المرض إلى عشرة أو خمسة عشر يوماً. وعادة يكون البراز دمويًا ومن الممكن أن تستمر هذه الحالة المرضية إلى شهرين أو ثلاثة شهور ولكن المتوسط هو ثلاثة أسابيع. إن ارتفاع درجة الحرارة يعني أن البكتيريا وصلت إلى مجرى الدم، وهذا تطور مهم ويجب عدم إهماله حيث أن السلمونيليا من الممكن أن تستوطن السحايا، أو الصمامات القلبية، أو العظام، أو المفاصل. أما إذا استمر تواجد السلمونيليا في البراز ولمدة تزيد عن السنة فيقال أن المريض أصبح حاملاً مزمنًا للسلمونيليا وتقدر هذه النسبة بـ ٢ - ٦ في كل ألف مريض. كما توجد بعض الأمراض المختلفة والتي يكون المرضى فيها أكثر عرضة لهذا الالتهاب البكتيري منها أمراض تكسر الدم، والأورام السرطانية، ومرض هبوط المناعة المكتسب، والتهابات القولون المناعية.

يعتبر التسمم الغذائي الناتج عن السلمونيليا أشهر أنواع التسمم، وفي بعض الدراسات يشكل ٥٠٪ من حالات التسمم الغذائي البكتيري. وتشكل السلمونيليا مجموعة كبيرة من البكتيريا تقدر بـ ٢٠٠٠٠ صنف ومن الممكن رؤية هذه البكتيريا وغيرها في مياه الصرف الصحي، ومياه الأنهار، ومياه البحار. وتنتقل هذه الأنواع من البكتيريا في الطبيعة عن طريق الحشرات والأغذية والبراز، ورغم من وجود هذه البكتيريا بكثرة في الطبيعة إلا أن حالات التسمم الغذائي محدودة وعادة يكون الأطفال دون السنة وال كبار بعد عمر ٦٠ سنة أكثر عرضة لهذا التسمم. ٥٠٪ من الحالات انتقل فيها التسمم البكتيري عن طريق الدواجن، والبيض، واللحوم، والحليب ومشتقاته. وتتوطن السلمونيليا في الحيوانات المنزلية مثل الدجاج والبط وتنتقل عمودياً إلى البيض. وكذلك تتوطن في الأبقار وبقية الحيوانات المنزلية ومن الممكن أن تتعايش السلمونيليا مع الحيوانات فلا يحدث مرض واضح عليها. أما بالنسبة للحوم المصنعة فقد توجد السلمونيليا في كثير منها والتي لم يتم حفظها بطريقة سليمة، أم تم تحضيرها بطريقة غير صحيحة أم التي أو تم استهلاكها بعد فترات طويلة.

تقسم العوارض الناتجة عن التسمم الغذائي الناتج عن السلمونيليا إلى خمسة رئيسية وهي: النزلات المعوية الحادة في ٧٥٪ من الحالات. ظهور البكتيريا في الدم وبدون عوارض أخرى في ١٠٪ من الحالات. حمى التيفوئيد وهي تختص بأنواع معينة من السلمونيليا. التهابات محدودة في العظام، والمفاصل، والسحايا وهناك ٥٪ من الحالات.