



# درس خواندن پایه پای بیماری!

دانش آموزان  
نیازمند به  
مراقبت‌های ویژه  
را بشناسید

## اهداف آموزشی

امید است خوانندگان محترم پس از مطالعه:

- دانش آموز نیازمند مراقبت ویژه را تعریف کنند.
- ضرورت توجه به دانش آموزان نیازمند مراقبت ویژه را توضیح دهند.
- اصول مراقبت‌های ویژه از دانش آموزان مبتلا به آسم، دیابت، صرع و هموفیلی را شرح دهند.

## سمیه شهرابی

مربی مرکز آموزش بهورزی  
دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان



## لیلا حدادی

کارشناس مسؤول آموزش بهورزی  
دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان



همچنین باید والدین آن‌ها را نسبت به رعایت آرامش درون خانه و برخورد ملاطفت آمیز، شناخت محرکات احتمالی و راه‌های پیشگیری از بروز تحریکات مؤثر در ایجاد حملات پی در پی آگاه کرد.

### نکات مورد توجه در مدرسه

- در آغاز سال تحصیلی دانش آموزان مبتلا به آسم شناسایی و مورد مشاوره قرار گیرند.
- دانش آموزان داروهای ضروری بویژه برای زمان حمله آسم را همیشه همراه خود داشته باشند.
- از ایجاد استرس و اضطراب روحی بویژه در زمان برگزاری آزمون‌ها، جدا خودداری شود.
- در بوفه مدارس، مواد خوراکی با بوی تند یا مزه تند عرضه نشود.
- معلم ورزش از شرایط بیماری دانش آموزان مبتلا به آسم اطلاعات کافی داشته باشد تا در فعالیت‌های ورزشی از آن‌ها مراقبت کند.
- میز و نیمکت این دانش آموزان با فاصله مناسب از پنجره قرار گیرد.
- چنانچه مدرسه از فضای سبز و درختکاری برخوردار است به دانش آموزان دارای آسم توصیه می‌شود از نزدیک شدن به آن‌ها در فصل گرده افشانی خودداری کنند و با بستن در و پنجره می‌توان از ورود گرده‌ها به کلاس جلوگیری کرد.
- آموزگاران و دبیران محترم کلاس‌هایی که دارای دانش آموز مبتلا به آسم هستند از به‌کار بردن عطر

با توجه به این که دانش آموزان مبتلا به بیماری‌های مزمن، در زمینه مسایل جسمی و عاطفی، تفاوت‌هایی با دانش آموزان سالم دارند، لذا تلاش برای تأمین و حفظ سلامت و بهداشت این قبیل دانش آموزان می‌بایست اولویت کاری مراقبان بهداشت مدارس باشد چرا که پیامدهای اضطراب و نگرانی در آنان به مراتب بیش از افراد سالم است.

### دانش آموز نیازمند مراقبت ویژه

دانش آموزی است که پزشک یکی از اختلالات دیابت، صرع، آسم، آلرژی، بیماری‌های قلبی عروقی، بیماری‌های ژنتیک و مادرزادی (هموفیلی، تالاسمی و ...) را برای وی تایید کرده باشد.

### ضرورت توجه به دانش آموزان نیازمند مراقبت ویژه

- نگرانی از آینده و این که هر دم ممکن است در معرض مخاطرات اضافی قرار گیرند یا محدودیت‌ها یا ضرورت‌های مختلف مثل بستری شدن در بیمارستان، مصرف داروها یا آنچه که در جریان حملات بیماری بروز می‌کند آرامش خاطر این دانش آموزان را متزلزل کرده و پیوسته آن‌ها را در اضطراب نگاه می‌دارد.
  - نیاز مبرم به رعایت رژیم‌های غذایی سخت برای برخی از این دانش آموزان یا آنچه که در جریان حملات بیماری به طور مثال برای دانش آموزان مبتلا به صرع یا دیابت بروز می‌کند، می‌تواند موجبات آزدگی و ناامنی روانی آن‌ها را فراهم کند.
- در این مقاله قصد داریم به اصول مراقبت‌های ویژه از دانش آموزان مبتلا به آسم، صرع، دیابت و هموفیلی بپردازیم.

### مراقبت از دانش آموزان مبتلا به آسم

مراقبت از دانش آموزان مبتلا به آسم در محدوده مدرسه و در ارتباط با کارشناس بهداشت مدارس بیشتر باید به آموزش بهداشت در زمینه کاهش اضطراب و هیجانات ناشی از بیماری و حملات عود کننده آن محدود شود.



کافی والدین را از قطع درمان خودسرانه برحذر داشت و برعکس گاهی حملات در جریان درمان نیز ممکن است همچنان تکرار شود و به نحو مطلوب کنترل نشده باشد که غالباً مربوط به استفاده نامرتب، ناصحیح یا ناکافی دارو خواهد بود.

کارشناس بهداشتی مدرسه باید دانش آموز و والدین وی را نسبت به تنظیم برنامه استراحت و کار بیمار آگاه کرده و آن‌ها را به استراحت بموقع، تغذیه مناسب و پیشگیری از اضطراب توصیه کند.

### مراقبت از دانش آموز مبتلا به دیابت

برای مراقبت از دانش آموز مبتلا به دیابت، آگاه کردن بیمار از ماهیت بیماریش، آنچه روزانه باید در جهت درمان خود انجام دهد یعنی تزریق انسولین، اندازه گیری قند خون با گلوکومتر، توجه صحیح و جدی در زمینه مسایل بهداشتی و رعایت نظافت پوست بدن ضروری به نظر می‌رسد. لازم است دانش آموز و والدین وی نسبت به کنترل هر چه بیشتر قند خون و رعایت رژیم غذایی توصیه شده، مراقبت داشته باشند و از عوارضی نظیر عوارض چشمی، عصبی، کلیوی و قلبی که ممکن است در دراز مدت بیمار را در مخاطره قرار دهد آگاهی داشته باشند.

و خوشبو کننده تند و محرک خودداری کنند و از مایک های وایت برد یا مواد شیمیایی با بوی تند در کلاس استفاده نکنند.

### مراقبت های پیوسته و دراز مدت برای دانش آموزان

#### مبتلا به صرع

هدف از این مراقبت‌ها، متوقف کردن یا به حداقل رساندن بروز حملات و کاستن عوارض طبی روانی و ناتوانی اجتماعی است. برای این منظور باید بیمار مبتلا و خانواده وی را نسبت به طبیعت بیماری و روش‌های درمانی و طول مدت آن، علل احتمالی یا مساعد کننده بروز حملات و مراقبت‌های لازم در طول زندگی وی آگاه کرد. همچنین باید آن‌ها را متوجه ساخت که استفاده از برنامه منظم درمانی چقدر اهمیت دارد. در این زمینه باید اثرات اجرای جدی برنامه درمانی را در کم و کیف زندگی فرد مبتلا به حملات صرعی توضیح داد. چون بیان این مطلب و جلب توجه بیمار و خانواده وی به مسایل مذکور همکاری آن‌ها را نسبت به رعایت برنامه‌های درمان و مراقبتی کودک مبتلا افزایش خواهد داد.

گاهی ممکن است به مدت طولانی و با رعایت برنامه درمانی، حملات ظاهراً متوقف شود که باید با توضیحات





## تلاش برای تأمین و حفظ سلامت و بهداشت این دانش آموزان مبتلابه بیماری های مزمن، باید اولویت کاری مراقبان بهداشت مدارس باشد.



« عدم شرکت در ورزش های همراه با ضربه مانند دو میدانی »  
« توصیه به آموزگار مربوطه در خصوص همکاری با بیمار »

- انجام مراقبت های اولیه در صورت بروز خونریزی و تماس با والدین بیمار
- توصیه و ترغیب والدین به انجام مشاوره ژنتیک در مرکز بهداشتی درمانی ویژه مشاوره ژنتیک شهرستان محل سکونت

### نتیجه گیری

پیگیری دانش آموزانی که ابتلای آن ها به عوارض پنهان یا بیماری های مزمن تأیید شده است از جمله وظایف بهروزان و مراقبان سلامت است. این مراقبت ها شامل شناخت نوع بیماری، نوع داروی تجویز شده، نحوه مصرف، عوارض آنی و احتمالی حاصل از این بیماری ها، آموزش و توصیه های بهداشتی است. نقش مراقبان بهداشت در ایجاد و گسترش مراقبت های اولیه دانش آموزان از طریق شناخت و اقدام به حل نسبی مشکلات بهداشتی آن ها با همکاری والدین، دانش آموزان و مربیان مدارس موجب بهبود وضع سلامت و افزایش راندمان تحصیلی و کاهش غیبت ناشی از بیماری خواهد شد.

### برخی نکات قابل آموزش برای والدین با دانش آموز

#### مبتلا به دیابت

- تأکید بر مراجعه به پزشک در فواصل منظم و مطابق با دستور پزشک
- رعایت برنامه ای منظم و عادت دادن بیمار به استراحت و خواب کافی، تمرینات فیزیکی و ورزش مستمر و منظم، پرهیز از صرف غذاهای چرب، رعایت بهداشت دهان و دندان و درمان مشکلات دندان ها و لثه ها، دوری از استرس ها، توجه منظم به مصرف انسولین همراه داشتن کارت شناسایی و مشخصات بیماری و درمانی خود در همه اوقات
- آگاه کردن معلم و مبصر کلاس یا دیگر دوستان و همکلاسان بیمار از بیماری دیابت
- همراه داشتن تعدادی انسولین، در گردش های دسته جمعی یا برنامه های تفریحی یا مسافرت ها

### مراقبت های لازم از دانش آموزان مبتلا به هموفیلی

- با توجه به این که برجسته ترین و مهم ترین علامت هموفیلی خونریزی های ناشی از وارد آمدن ضربه یا آسیب است، تمام مراقبت ها باید بر اساس جلوگیری از خونریزی باشد؛ لذا باید در این زمینه والدین و دانش آموز را آموزش داد. رعایت نکات ذیل ضروری است:
- ملاحظات تغذیه ای ندارد.
  - از مصرف آسپرین خودداری شود.
  - پیگیری و مراقبت از انجام دستورات ویژه بالینی در طول حضور بیمار در مدرسه:

#### منابع

- راهنمای بالینی و برنامه اجرایی تیم سلامت برای ارائه خدمات رده سنی ۵ تا ۱۸ سال / دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس اداره سلامت نوجوانان و مدارس وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
- دستورالعمل تکمیل پرونده سلامت مدرسه
- کتاب بهداشت مدارس تالیف اسماعیل دل پیشه

به این موضوع امتیاز دهید (۱۰۰). کد موضوع ۱۰۸۲۲ پیامک ۳۰۰۰۷۲۷۳۱۰۰۱. نحوه امتیازدهی: امتیاز - شماره مقاله. مثال: اگر امتیاز شما ۸۰ باشد (۱۰۸۲۲ - ۸۰)