Fairfax County PUBLIC SCHOOLS
ENGAGE • INSPIRE • THRIVE

نشرة صحية لأولياء أمور الطلاب

يتخلف الطالب عن الركب حينما تضيع عليه عدة أيام نتيجة الغياب عن المدرسة ويعاني من أجل اللحاق بأقرانه من باقي الطلاب. سواء كانت الأيام التي تغيب فيها الطالب بسبب المرض، أو التهرب من الذهاب المدرسة، أو لأي سبب أخر فأن النتيجة النهائية ستكون واحدة للطالب: ألا وهي ضياع وقت التعلم. قد يُصاب الأطفال والمراهقين في بعض الأحيان بالمرض ويحتاجون الى بقاءهم في المنزل لكننا بحاجة للتنسيق معكم لتقليل عدد أيام الدوام المدرسي التي تضيع على الطالب.

تزايد عدد الأيام الضائعة على الطالب بسرعة!

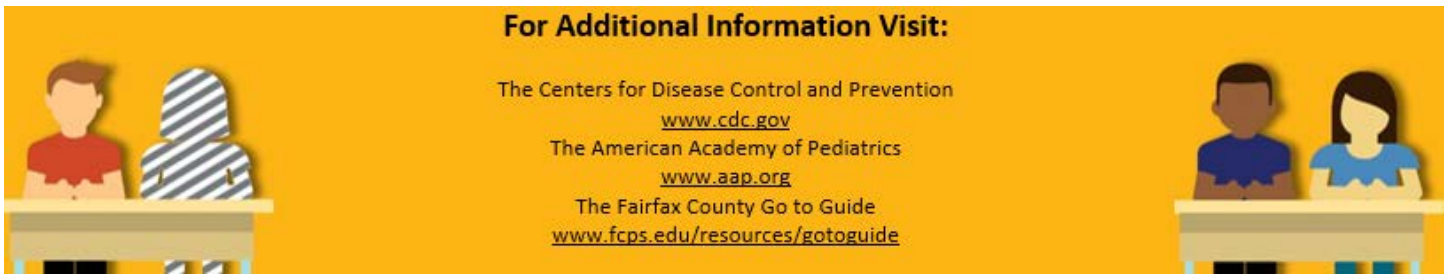
- يمكن أن يؤدي ضياع بضعة أيام من الغياب في الشهر الى زيادة ضياع عدة أسابيع من الدراسة في السنة.
- تساهم غيابات الطالب سواء كانت بعذر أو بدون عذر في زيادة صعوبة لحاق الطالب بباقي زملائه في مادتي الرياضيات والقراءة على وجه الخصوص.
- تعتبر مرحلة الروضة والمرحلة الأولى من المراحل المهمة للطفل. أن ضياع أيام من الدراسة في هذه السنوات المبكرة يصعّب التعلّم أكثر على الطالب في السنوات اللاحقة وغالباً ما يعاني من مشاكل في القراءة في نهاية المرحلة الثالثة.

العمل مع الطالب ومع المدرسة

- يجب على والد/والدة الطالب التحلي بالقوة عند التعامل مع الطفل وعدم السماح له بالبقاء في المنزل حينما لا يستدعي الأمر ذلك. وهذا يساعد الطالب على النجاح.
- إذا كان الطفل يعاني من مرض مزمن فعليك أبلاغ ممرضة الصحة العامة في المدرسة والكادر المدرسي بذلك ليتمكنوا من تقديم المساعدة في حال تزايد المرض على الطفل. يجب تدوين الملاحظات الصحية بخصوص المرض المزمن للطفل على أستمارة المعلومات الصحية في المدرسة وعلى أستمارة معلومات الرعاية في حالة الطوارئ. كما عليكم تنبيه ممرضة الصحة العامة في المدرسة الى أي تغييرات تطرأ على الأحتياجات الصحية للطفل والتي يمكن أن تؤثر على يومه الدراسي.
- **يجب أن يكون التواصل مفتوح مع ممرضة الصحة العامة في المدرسة، وأفراد الكادر المدرسي والمعلمين. كلما كانت المدرسة على علم بوضع الطالب الصحي كلما كان كل شخص مستعد بشكل أفضل للتعاون سوية من أجله.**

أفكار مفيدة:

- حاول تحديد مواعيد زيارة الطفل للطبيب أو طبيب الأسنان في وقت متأخر من فترة ما بعد الظهر حتى لا يفقد الطفل الكثير من وقت المدرسة قدر المستطاع.
- تأكد من حصول الطالب على واجباته المدرسية إذا كان يتوجب عليه عدم الذهاب الى المدرسة مع متابعة أنهائه وتسليمه لتلك الواجبات.
- عليك الأتصال بالمدرسة حالما تدرك بأن الطالب سيتغيب عن المدرسة وابلاغ الكادر المدرسي عن سبب غيابه، وأعراض المرض التي ظهرت عليه، والفترة التي سيتغيب فيها الطالب عن المدرسة.
- تهيأ للحصول على مذكرة من الطبيب في حال طلبها من قبل موظفي المدرسة.
- في حال كنت بحاجة الى الحصول على نصيحة طبية بعد أنتهاء ساعات الدوام الرسمي، فأن معظم عيادات الأطباء تتوفر فيها خدمات الرد على مدار 24 ساعة لتقديم المساعدة لك.
- إذا تعرض الطفل لحالة طارئة، عليك الأتصال بالرقم 911.



متى يجب أرسال الطفل الى المدرسة؟

تشمل المقترحات أدناه الأطفال بعمر ماقبل الروضة الى 18 سنة.
قد تكون التوصيات مختلفة بشأن الأطفال الرضع والأطفال لغاية عمر سنتين.

إذا كان والد/والدة الطفل مصاب بالمرض، الأرهاق، دخل الى المستشفى	**نعم** - لا زال الطفل بحاجة الى الذهاب الى المدرسة حتى لو كنت مصاباً بالمرض. المرض لا يعفي الطفل من عدم الذهاب للمدرسة. جميعنا نصاب بالمرض في بعض الأحيان فيجب عليك التخطيط مسبقاً لما ستقوم به في هذه الأيام. يجب الأتفاق مع أحد الجيران، أو الأقارب، أو الزوج/الزوجة لأصطحاب الطفل من والى المدرسة.
الأمراض المزمنة (الربو، داء السكري، فقر الدم المنجلي، الصرع، الخ). الأمراض المزمنة هي أمراض تطول فترة الإصابة بها لمدة 3 أشهر على الأقل أو أكثر. وهي أمراض يمكن السيطرة عليها عادة لكن قد لا يتم الشفاء منها.	**نعم** – يجب على الطفل الذهاب الى المدرسة. ستقوم ممرضة الصحة العامة في المدرسة بتدريب أفراد الكادر المدرسي على مساعدة الطفل المصاب بمرض مزمن وعلى تلبية الأحتياجات المصاحبة لذلك المرض.
لا يرغب الطفل بالذهاب الى المدرسة البكاء المتكرر، الشعور بالخوف، الغضب، عدم الرغبة في الأختلاط مع الأخرين، تغير في السلوك، ألم في المعدة، الشعور بالغثيان (يمكن أن تكون هذه الأعراض علامات للإصابة بأمراض الأكتئاب، القلق، إضطرابات نفسية لاحقة للإصابة بصدمة، أو الخوف)	**نعم**– يجب أن يواصل الطفل ذهابه الى المدرسة، لكن عليك تحديد سبب هذه التغييرات. تحدّث الى موظفي المدرسة وتباحث الأمر مع الجهة المسؤولة عن توفير الرعاية الصحية. قد يكون الطفل يتعرض الى الترهيب والأستقواء عليه أو يعاني من صدمة نفسية، أو متخلفاً في أداء واجباته المدرسية، أو غير منسجم مع الأخرين. قد تستدعي هذه الحالات وغيرها أيلاءها القدر الكاف من الأنتباه من طرفك أو من طرف الموظفين في المدرسة.
أعراض الإصابة بنزلات البرد أنسداد الأنف/رشح الأنف، العطاس، السعال الخفيف	**نعم** - أرسل الطفل الى المدرسة إذا كان في أستطاعته المشاركة في الأنشطة المدرسية.
إلتهاب باطن العين (اَلْتِهابُ المُلْتَحِمَةِ المُعْدِي الحادّ) حيث يتحول لون بياض العين الى اللون الزهري، وقد يصاحبه أو لا يصاحبه أفراز كثيف أصفر/أخضر اللون.	**كلا – إذا كانت هناك أفرازات من العين، يجب معاينة طفلك من قبل مختص بالرعاية الصحية قبل عودته الى المدرسة.**
قمل الرأس حكة شديدة في الرأس، قد يشعر الطفل بوجود شيء ما يتحرك	**نعم** – بأمكان الطفل الذهاب الى المدرسة إذا تمت معالجته بشكل أولي بأستخدام شامبو الشعر ومادة معتمدة من قبل إدارة الغذاء والدواء (FDA) لمعالجة القمل مع أستلام المدرسة لإستمارة التحقق من صحة معالجة القمل (وهي متوفرة في العيادة الصحية في المدرسة). http://www.fairfaxcounty.gov/hd/pcs/pcspdf/lice-brochure-english.pdf https://www.cdc.gov/parasites/lice/head/treatment.html
الأرهاق، التواء المفاصل والرضوض، والآلام	**نعم** – يجب أن يذهب الطفل الى المدرسة إذا لم تكن هناك إصابة معروفة ولديه القدرة على القيام بفعالية معينة (المشي، الكلام، الأكل). يجب أستشارة الجهة المقدمة للرعاية الصحية إذا كان الألم شديداً أو مستمر بدون توقف.
قضايا الحيض	**نعم** – لا تسبب قضايا الحيض (الدورة الشهرية) مشكلة في معظم الأوقات. أما إذا كانت شديدة وتتعارض مع حضور أبنتك الى المدرسة فيجب إستشارة مقدم الرعاية الصحية في هذه الحالة.
الحمى يشير وجود الحمى الى الإصابة بالمرض خاصة إذا بلغت درجة الحرارة 100.4 أو أعلى بالإضافة الى عدم أرتياح الطفل من الشعور بأعراض أخرى مثل تغير في السلوك، طفح جلدي، التهاب الحلق، التقيؤ، الخ.	**كلا** – إذا كانت درجة حرارة الطفل تبلغ 100.4 أو أعلى، ففي هذه الحالة يجب أبقاء الطفل في المنزل الى حين نزول درجة الحرارة الى دون 100.4 خلال 24 ساعة بدون أستخدام الأدوية الخافضة للحرارة. إذا لم تذهب الحمى خلال 2-3 أيام أو كانت 102.0 أو أعلى، فعليك إستشارة الجهة الموفرة للرعاية الصحية.
الأسهال قد يعني خروج البراز اللين أو السائل بشكل متكرر الى الإصابة بالمرض، لكنه قد يكون ناتجاً أيضاً عن تناول طعام أو أدوية معينة.	**كلا** – إذا كان الطفل ما زال مريضاً أو يتقيأ بالإضافة الى إصابته بالأسهال، فمن المستحسن أبقاؤه في المنزل لمدة 24 ساعة. أما إذا كان البراز مصحوب بدم أو كان الطفل يشعر بالآم في البطن، أو الحمى أو التقيؤ فعليك إستشارة الجهة المقدمة للرعاية الصحية.
التقيؤ في حال تقيؤ الطفل.	**كلا** – إذا ظهرت أعراض أخرى للمرض على الطفل، فيجب أبقاء الطفل في المنزل حتى توقف القيء لمدة 24 ساعة. في حال تواصل تقيؤ الطفل، فيجب الأتصال بالجهة المقدمة للرعاية الصحية. **نعم**- إذا سبب تقيؤ الطفل ناتجاً عن الدوار المرافق للحركة أثناء السفر، النشاط القوي، الحرارة الزائدة أو تناول الطعام بشكل سريع أو الحر.
السعال السعال الشديد، أو غير المتحكم به، السعال السريع، الحشرجة (الصفير) أثناء التنفس، أو الصعوبة في التنفس.	**كلا** – يجب أبقاء الطفل في المنزل والأتصال بالجهة المقدمة للرعاية الصحية. إذا كانت هذه الأعراض ناتجة عن الإصابة بالربو، فيجب تقديم العلاج للطفل حسب أرشادات الطبيب/الجهة المقدمة للرعاية الصحية. بأمكان الطفل العودة الى المدرسة حينما لا يحتاج الى إستخدام جهاز الإستنشاق أو الدواء بشكل متكرر كل 4 ساعات أو حسب الأرشادات.
طفح جلدي	**كلا** –يجب أبقاء الطفل في المنزل وعرضه على الجهة المقدمة للرعاية الصحية إذا أنتشر الطفح الجلدي بسرعة أو لم يتحسن أو كانت لديه جروح مفتوحة متقيحة. بأمكان الطفل العودة الى المدرسة إذا قرر الطبيب بأن مرض الطفل غير معدي. **نعم** -إذا كان سبب الطفح الجلدي معروف، يرجى في هذه الحالة أبلاغ ممرضة الصحة العامة في المدرسة، والمسعف الصحي في المدرسة والكادر المدرسي بذلك.
(ألتهاب اللوز) ألتهاب الحلق، الحمى، ألم في المعدة، تورم وأحمرار اللوز.	يجب تشخيص الإصابة بألتهاب اللوز من قبل الجهة المقدمة للرعاية الصحية. **كلا** - إذا تم تشخيص إصابة الطفل بألتهاب اللوز، فيجب أبقاء الطفل في المنزل خلال 24 ساعة الأولى من أعطاء الطفل للمضاد الحيوي.
الأمراض التي يمكن الوقاية منها بإستخدام اللقاحات **جديري الماء** -حُمى، صداع، ألم في المعدة أو ألتهاب الحلق، يليه ظهور طفح جلدي أحمر اللون مصحوب بحكة في المعدة أولاً ثم على الأطراف والوجه. **الحصبة والحصبة الألمانية – تورم الغدد، طفح جلدي يبدأ بالظهور أولاً خلف الأذنين بعدها على الوجه وباقي أنحاء الجسم، والتهاب المفاصل، وحمى خفيفة وسعال مع أحمرار العينين** **النكاف** – حُمى، صداع، الآم في العضلات، فقدان الشهية، تورم الغدد اللعابية وتكون حساسة عند اللمس **السعال الديكي** – نوبات سعال كثيرة وسريعة تعقبها "شهقات" عالية الصوت، وتقيؤ مع الشعور بالتعب الشديد	**كلا** – يجب أبقاء الطفل في المنزل الى حين معاينته من قبل الطبيب وتحديده بأن مرض الطفل غير معدي.

تستند هذه المعلومات الى أرشادات مقترحة صادرة عن مصادر موثوقة تشمل مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC)، الاكاديمية الامريكية لطب الأطفال، وجمعية الصحة العامة.
هذه المعلومات من إصدار دائرة الصحة العامة في مقاطعة Alameda.