برنامه ارتقاء سطح سلامت دانش آموزان دختر دوره متوسطه اول ودوم از طریق آموزش تغذیه و آهن یاری

مقدمه

آهن از جمله ریزمغذی های است که کمبود آن در سطح وسیعی از جهان به خصوص در کشورهای در حال توسعه مشاهده می شود. این کمبود ، زندگی میلیون ها نفر به ویژه زنان، کودکان، نوجوانان، سالمندان را تحت تاثیر قرار می دهد. کم خونی فقر آهن در کودکان ۶ تا ۲۴ ماهه، زنان و دختران در سنین باروری بالاترین شیوع را دارد. ولی اغلب در کودکان بزرگتر و نوجوانان هم دیده می شود. دلایل فقر آهن گوناگون است که از آن جمله می توان به دریافت ناکافی، جذب ناکافی، افزایش نیاز به آهن (دوران نوجوانی، بارداری، شیردهی)، خون ریزی زیاد در دوران عادات ماهانه و بعضی از بیماری ها اشاره کرد.

در دوران بلوغ به دلیل افزایش سرعت رشد نیاز به بعضی از مواد مغذی افزایش می یابد. در دختران نوجوان علاوه بر افزایش نیاز، دفع آهن در دوران عادات ماهانه نیز باعث شیوع بیشتر کمبود در این گروه می شود. کمبود آهن در این دوران باعث کاهش توان ذهنی و قدرت یادگیری، افت تحصیلی وخستگی زودرس، ضعف و بی حالی ، افزایش ابتلا به بیماری ها و مقاومت بدن دربرابربیماری ها می شود. با توجه به اینکه دختران امروز مادران فردا هستند، اطمینان از دریافت کافی این ریزمغذی در این دوران علاوه بر بهبود تکامل توانایی های شناختی، ذخایر کافی آهن را برای دوران بارداری در آینده فراهم می کند. برنامه مکمل آهن یاری در دختران نوجوان با هدف ارتقاء سطح سلامت این گروه سنی گام موثری در پیشگیری از این کمبود، پرورش مادرانی توانمند و نسلی سالم را در بر خواهد داشت. به همین منظور برنامه ای با عنوان ارتقا سطح سلامت دانش آموزان دختر از طریق آموزش تغذیه و آهن یاری در مدارس دخترانه متوسطه اول و دوم حدودا هفته چهارم مهر ماه هر سال اجرا می گردد. این برنامه برنامه مشترکی بیم وزارت بهداشت و آموزش و پرورش می باشد . در ضمن اجرای این برنامه ، قرص آهن به صورت هفتگی به مدت ۱۶ هفته متوالی، ترجیحاً بعد از میان وعده به دانش آموزان داده می شود در شهرستان قزوین یک روز های دوش نبه هر هفته به عوان روز مبارزه با کم خونی نامگذاری شده است . چنانچه دانش آموز در زمان توزیع قرص غایب باشد، می تواند در روز یا روزهای بعد قرص را دریافت نماید. در طول اجرای برنامه خصوصا در سه ماهه سوم ب جلسات آموزشی و توجیهی برای دانش آموزان،مربیان و اولیاء دانش آموزان در خصوص اهمیت اجرای برنامه توسط مراقبین سلامت ، بهورزان و کارشناسان تغذیه مراکز خدمات جامع سلامت با همکاری اداره آموزش و پرورش برگزار می گردد . ابتدا قرص های آهن (که دارای ۶۰ میلی گرم آهن المنتال است) توسط مرکز بهداشت استان خریداری شده و به تعداد دانش آموزان در اختیار مرکز بهداشت شهرستان قرار می گیرد . سپس قرص ها با توجه به تعداد دانش آموزان هر مدرسه تحت پوشش برنامه تقسیم بندی شده و به نماینده محترم اداره اموزش و پرورش هر ناحیه تحویل داده می شود . در طول اجرای برنامه چک لیست نحوه اجرا توسط کارشناسان تغذیه یا بهورزان تکمیل شده و نواقص اجرای برنامه حداکثر صرف سه روز

کاری به اطلاع مرکز بهداشت شهرستان و سپس آموزش و پرورش ناحیه مربوطه جهت رفع نواقص خواهد رسید . برنامه مذکور تا انتهای بهمن ماه ادامه خواهد داشت /

در خصوص دستورالعمل ایران اکو و وزن گیری مادر باردار فقط قسمت های هایلایت شده خوانده شود.

کمیته ها

۱- تشکیل کمیته ستادی: در سطح وزارتخانه های آموزش و پرورش (دفترامورسلامت وتندرستی) و بهداشت و درمان (دفتر بهبود تغذیه جامعه، اداره سلامت جوانان و مدارس)

۲- تشکیل کمیته استانی: معاونت بهداشتی (کارشناس مسئول تغذیه، کارشناس مسئول سلامت جوانان و مدارس) و معاونت تربیت بدنی وسلامت (رئیس اداره سلامت و تندرستی اداره کل آموزش و پرورش)

۳- تشکیل کمیته شهرستانی (منطقه ای): ریاست مرکز بهداشت شهرستان، کارشناس تغذیه، کارشناس سلامت جوانان و مدارس، معاونت پرورشی ،کارشناس سلامت و پیشگیری ازآسیب های اجتماعی منطقه آموزش و پرورش

شرح وظایف کمیته ستادی

- برگزاری کارگاه های (سمینار) توجیهی - آموزشی و بازآموزی جهت اعضاءِ کمیته استانی بر حسب نیاز

- تشکیل دبیرخانه برنامه (وزارت بهداشت و آموزش و پرورش به تناوب)

- تشکیل کمیته ستادی هر سال حداقل یک بار در محل دبیرخانه

- تهیه و بازنگری دستورالعمل اجرایی برنامه و ارسال آن به کمیته های استانی

- تهیه و تدوین متون آموزشی مورد نیاز

- نظارت بر اجرای بهینه برنامه

- جمع آوری اطلاعات و داده ها

- نظارت و پایش و ارزشیابی

- تبادل گزارشات مربوطه فیمابین وزارتین

شرح وظایف کمیته استانی

- اعلام شهرستان مجری برنامه و تعداد دانش آموزان تحت پوشش به کمیته شهرستانی

- ارسال آمارهای مربوطه به دبیرخانه ستاد مرکزی

- تشکیل کمیته استانی حداقل هر ۶ ماه وارسال گزارش سالانه به دبیرخانه ستادمرکزی

- برگزاری کارگاه (سمینار) توجیهی - آموزشی جهت مسئولین کمیته شهرستانی

- تهیه و تامین قرص آهن و ارسال به شهرستان های مجری برنامه توسط دانشگاه های علوم پزشکی

- ارسال دستورالعمل اجرایی برنامه و شرح وظایف کمیته ها به شهرستان های مجری برنامه

- نظارت بر اجرای برنامه در شهرستان های مجری توسط اعضاءِ کمیته استانی و در صورت نیاز تشکیل جلسات توجیهی مجدد در طول اجرای برنامه

- جمع آوری اطلاعات آماری و داده های کمی و کیفی از شهرستان های مجری برنامه و تهیه گزارش و ارسال به دبیرخانه

- تهیه قرص فروس سولفات (دارای ۶۰ میلی گرم آهن المنتال) و برآورد تعداد قرص مورد نـــیاز با احتساب ۱۵٪ افت وریز (Pert) توسط مرکز بهداشت استان و ارسال به شهرستان های تحت پوشش طرح

- نظارت بر اجرای برنامه

شرح وظایف کمیته شهرستان

- تشکیل کمیته **شهرستانی حداقل هر٤ ماه یک بار**

- برگزاری کارگاه (سمینار) آموزشی - توجیهی برای مدیران، معاونین ومعلمان مدارس مجری برنامه

- دریافت متون آموزشی از کمیته استانی و ارسال و توزیع آن در مدارس تحت پوشش در شروع اجرای برنامه

تبصره: قبل از توزیع قرص آهن بین دانش آموزان ،آموزش کلیه دانش آموزان و نیز حداقل یکی از والدین الزامی است.

- دریافت قرص آهن مورد نیاز از کمیته استانی و ارسال قرص آهن به تعداد مورد نیاز به مدارس مجـری برنامـه بـه صورت ماهیانه

- نظارت بر حسن اجرای برنامه (حداقل یک بار در طول اجرای برنامه برای هر مدرسه)

- جمع آوری و ارسال اطلاعات آماری دانش آموزان تحت پوشش طرح به کمیته استانی

- شرکت در جلسات توجیهی که توسط اولیاءِ مدارس برای والدین دانش آموزان برگزار می شود و همچنین مشارکت در آموزش دادن به دانش آموزان در صورت اعلام نیاز مدارس تحت پوشش طرح

- نظارت بر حسن اجرای طرح در داخل مدارس و گزارش به کمیته استانی

تبصره ها:

تبصره ۱: مسئول آموزش دانش آموزان بهتراست ازبین کارشناسان مراکزبهداشتی درمانی، مراقبین سـلامت ورابطـین بهداشت انتخاب شوند.

تبصره ۲: پس از دریافت قرص توسط کمیته استان، کمیته شهرستان نیاز قرص هر مدرسه را بصورت ماهیانه بـه مـدیر مدرسه تحویل داده و رسید دریافت می نماید.

تبصره۳: با توجه به اینکه ساعت آموزشی خاصی برای آموزش بهداشت و تغذیه در واحدهای درسی دانش آموزان منظور نشده است، می توان از زمان هایی مانند برنامه آغازین، اقامه نماز، درس تئوری ورزش، درس زیست شناسی و .... استفاده کرد.

تبصره۴: توزیع قرص بین دانش آموزان بصورت هفتگی به مدت ۱۶ هفته متوالی، ترجیحا" بعد از صرف میان وعده به دانش آموزان داده شود و برای هر کلاس بهتر است یک روز خاص جهت توزیع قرص در نظر گرفته شود. بطور مثال روزهای یکشنبه برای کلاس اول، روزهای دوشنبه برای کلاس دوم و ...

تبصره ۵: در ایام ماه مبارک رمضان، قرصها بصورت هفتگی به دانش آموزان تحویل شده تا در منزل، بعد از افطار خورده شود.

تبصره ۶: در زمان توزیع قرص چنانچه دانش آموزی غایب باشد، می تواند در روز یا روزهای بعد دریافت نماید.

تبصره ۷: کلیه هزینه های مربوط به این برنامه به عهده وزارت بهداشت می باشد.