



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

زمان چاپ: ۱۴۰۲/۰۸/۰۲

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

## بررسی اهمیت بهداشت و رعایت اصول بهداشتی دانش آموزان در مدارس ابتدایی

امین سبحان<sup>۱</sup>

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد رشته مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاد جاجرم

[aminsobhan۶۷@gmail.com](mailto:aminsobhan۶۷@gmail.com)

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اهمیت بهداشت و رعایت اصول بهداشتی دانش آموزان در مدارس ابتدایی انجام شد. مدرسه بعد از خانواده، پر اهمیت ترین وظیفه را در سلامت کودکان برعهده دارد. فراگیر در مدرسه جدا از یادگیری مهارت خواندن و نوشتن، به شکل گیری نگرش‌ها و رفتارهای جدید می‌پردازد که در واقع این رفتارها نقش موثری در سلامت خانواده و جامعه بر عهده دارند و انگیزه بهداشت در مدارس، ترفیع سطح سلامت جسمانی و روانی فراگیران به عنوان آینده سازان یک کشور است بنابراین رسیدگی به سلامت و بهداشت دانش آموزان از مهمترین مقاصد یک کشور به حساب می‌آید. هدف از فعالیت‌های بهداشتی در مدارس ضمن تحقق اهداف بهداشت عمومی برای تکوین اهدافی چون بهبود الگوهای تغذیه‌ای دانش آموزان، بهبود سطح آگاهی نگرش و رفتارهای بهداشتی دانش آموزان و ایجاد میل به سلامت در کودکان و نوجوانان دانش آموز در تلاش‌اند. پژوهش حاضر به شیوه مروری و با استفاده از منابع کتاب‌خانه‌ای صورت پذیرفت. نتایج نشان داد با عنایت به این که مدرسه خانه دوم آنها به شمار می‌آید و دوره‌های مهمی از سال‌های زندگی‌شان را که با رشد جسمی و روانیشان مصادف است در این مکان سپری می‌کنند و چون اساس و پایه عادات سلامتی و بهداشتی در سنین پایین شکل می‌گیرد و آن را به نسل‌های بعد نیز انتقال می‌دهند بنابراین حضور مربیان بهداشت در مدارس ابتدایی امری واجب گردیده است.

**کلمات کلیدی:** بهداشت، اصول بهداشتی، مدارس ابتدایی، دانش آموزان، سلامت جسمانی



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

## مقدمه

بهداشت مدارس به مجموعه اقدامات و فعالیت‌هایی گفته می‌شود که با هدف حفظ و ارتقای سلامت دانش‌آموزان و کارکنان مدارس انجام می‌شود. این اقدامات شامل بررسی وضعیت بهداشتی و بهداشتی-پزشکی محیط مدرسه، تهیه و توزیع غذاهای سالم و تغذیه‌ای، ارائه خدمات بهداشتی-پزشکی به دانش‌آموزان و کارکنان، آموزش بهداشت و بهداشتی-پزشکی به دانش‌آموزان و کارکنان، ایجاد فضای سالم و تمیز در محیط مدرسه و... می‌شود. بهداشت مدارس باعث افزایش سطح سلامت دانش‌آموزان و کارکنان، کاهش بیماری‌ها و اختلالات روانی، بهبود عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان و افزایش رضایتمندی والدین و اعضای خانواده می‌شود.

افکار عمومی گذشته درباره مدرسه بر این واقعیت بود که این مکان منحصراً جهت خواندن، نوشتن و انتقال دانش و اطلاعات تفسیر می‌شد. اما امروزه جزوه مهمترین موسسه اجتماعی سازمان یافته، جدا از اینکه فضایی برای تحقق رشد و خلق شخصیت روحی و اجتماعی فراگیران به حساب می‌آید. بسا که همچون جایگاهی خطیر از لحاظ اثرگذاری بر بنیاد خانواده و اجتماع مورد عنایت برنامه‌ریزان توسعه قرار گرفته است. و برآوردها بیان کننده این مهم است که اهمیت دادن و پیگیری کردن وضعیت بهداشتی دانش‌آموزان نه تنها در بهبود وضعیت سلامتی در سطح جامعه حائز اهمیت است بلکه باعث تقلیل زیان‌های مالی برخاسته از بیماری‌های مزمن با افزایش روزافزون آن‌ها می‌شود. (Zazuoli, etal, ۲۰۰۹).

و همچنین مدرسه مکانی امن برای پرورش انسان‌هاست که در پی ریزی زندگی و تربیت سالم نقش بسزا دارد و بهداشت مدارس ابتدایی از این لحاظ حائز عنایت است که فراگیران دوره‌های مهمی از سال‌های زندگی‌شان را که با رشد جسمی و روانی آنها مصادف است سپری می‌کنند (Shabankhani, Abdollahi, ۲۰۰۳). و اگر اصول مهم بهداشتی مانند تأمین آب آشامیدنی سالم و دفع اصولی فاضلاب و مواد زاید در مدرسه و غیره رعایت نشود دانش‌آموزان به انواع مختلفی از امراض انگلی عفونی و اسهال دچار می‌شوند. (Sharifi, etal, ۲۰۰۴).

بنابراین توجه به سلامت و ترفیع بهداشت در مدارس نوعی سرمایه‌گذاری برای آینده جامعه تلقی می‌شود و سازمان بهداشت جهانی، بهداشت در این ارگان را یکی از چهار حلقه تکوین طیف کمی خدمات اجتماعی و بهداشتی می‌داند و آن را در کشورهای رو به رشد جزو پایه بنیادی و سلامت ساز در مجموعه مسائل بهداشت عمومی قلمداد می‌کند. (حافظی و همکاران، ۱۳۹۵). بنابراین با عرضه خدمات بهداشتی به آنها در مدارس می‌توان بازخورد خوشایند آن را در خانواده و جامعه نظاره گر بود (Shabankhani, Abdollahi, ۲۰۰۳).

و بهداشت مدارس دربردارنده مجموع تلاش‌هایی است که در جهت تأمین و ارتقا و صیانت از سلامت فراگیران انجام می‌گیرد (Zazuoli, etal, ۲۰۰۹) و اولین ماه حاصل طرح مشترک سازمان جهانی بهداشت یونیسف در جهت ارتقاء آموزش بهداشت در مدارس کشورهای عضو، ترویج برنامه آموزش بهداشت مدارس ابتدایی و گرایش به جنبه‌های عملی بوده است در خیلی از کشورهای دنیا، این فعالیت‌های بهداشتی در مدارس توسط پرستار بهداشت انجام می‌گیرد و اولین بار انجام این نقش توسط لیلیان والد در آمریکا شروع شود و کم کم در نقاط دیگر جهان افزایش پیدا کرد به طوری که بیش از ۵۶-۴۰ هزار پرستار در مدارس دنیا مشغول به کار می‌باشند (Wright, etal, ۲۰۱۳; Wolfe, selekman, ۲۰۰۲) و از شاخص‌های اساسی برای رسیدن به سلامت جامعه، برخوردار بودن از محیطی سالم و بهداشتی است و جزو ضروریات هر جامعه تلقی می‌شود بنابراین تمام برنامه‌های سازمان مسئول در جهت شکل‌گیری این امر مهم است. (Wolfe, selekman, ۲۰۰۲). و با عنایت به اینکه مدرسه خانه دوم فراگیران به شمار می‌آید و اساس و پایه‌های تربیت بهداشتی آنها در آنجا سپری می‌شود از این رو مورد التفات خیلی از برنامه‌ریزان بهداشتی در سطح دنیا قرار گرفته‌اند. (Zdunkiewi, ۱۹۹۸; Bourke, ۲۰۱۲).



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

دانش آموزان به عنوان طبقه آسیب پذیر اجتماع، جایگاه خاصی در خانواده داشته و از اهتمام ویژه‌ای در برنامه‌ریزی‌های بهداشتی برخوردارند (Wolfe, ۲۰۰۲). و از آنجا که عادات سلامتی و مبنای بهداشتی در سنین پایین شکل می‌گیرد از این رو دوران مناسبی برای تغییر رفتارهای اثر گذار بر سلامت و پیشگیری از مشکلات بهداشتی فرد در آینده می‌باشد (Hagquist, ۱۹۹۷). به گزارش ایرنا از آنجا که بر این باوریم که «عقل سالم در بدن سالم» است و بدون شک تا وقتی که یک دانش‌آموز سالم و شاداب نباشد امر یادگیری نیز به درستی صورت نمی‌گیرد از این رو باید در مدرسه فضایی را جهت تحقق شرایط روحی، روانی و جسمی مطلوب برای فراگیران جهت فراگیری سایر آموزش‌ها ایجاد کنیم. و چون دانش آموزان در سن فراگیری بوده و آموزش‌های بهداشتی را به خوبی یاد می‌گیرند و می‌توان به نام سفیران سلامت آموخته‌ها و اطلاعات خود را به خانواده و همسالان خود انتقال دهند در این راستا، مراقبان سلامت به عنوان اهرم اجرایی برنامه بهداشت مدارس، نقش خطیری در حفظ و ارتقاء سلامت دانش آموزان ایفا می‌کنند و می‌توانند با نمایاندن مطالب آموزشی مانند بهداشت فردی، بهداشت روان، بهداشت محیط، بهداشت دهان و دندان و جلوگیری از شیوع بیماری‌های واگیردار و غیرواگیردار و انجام به موقع واکسیناسیون دانش آموزان و مشکلات بهداشتی فرزندان در سنین مدرسه و اهمیت تغذیه که در سلامت جسمی و فکری فراگیران سهم بسیار مهمی در موفقیت تحصیلی آن‌ها دارد (بهاروند، ۱۳۹۵).

و در صورتی که فراگیران سالم و سر حال باشند بهتر می‌توانند مطالب را یاد بگیرند و دانش آموزان مریض در اغلب اوقات غیبت می‌کنند و بعد از بهبود برای رساندن خود به کلاس با چالش روبه‌رو می‌شوند و دانش آموزان جزوی از خانواده هستند که می‌توانند اغلب پیام‌ها و عادت‌های بهداشتی را از مدرسه به خانه انتقال دهند و دانش آموزان که شیوه زندگی سالم را می‌آموزند به احتمال قوی در طول زندگی به آن متعهد خواهند بود. (حافظی و همکاران، ۱۳۹۵).

نظارت بر بهداشت فردی فراگیران و متصدیان خدمات مدارس و نظارت بر مدرسه و بوفه و بهداشت از دیگر وظایف این مربیان است. و تشخیص و شناسایی کودکانی که مشکلات رفتاری از جمله بیش‌فعالی دارند از وظایف بسیار مهم مربی بهداشت محسوب می‌شود و مربی با گزینش و آموزش عده‌ای از دانش آموزان در قالب چهار دسته بهداشتیاری محیط، بهداشتیاری کلاس، بهداشتیاری مواد غذایی و آموزشیار بهداشت زمینه آموزش کودک به کودک را مهیا می‌کند و وظیفه آنها در مورد بیماری‌های احتمالی در دانش آموزان در تشکیک به علایم و احتمال دادن وجود بیماری محصور می‌شود و از این طریق از شیوع بیماری‌های مسری از طریق تعامل کودکان با یکدیگر جلوگیری می‌کند (عروجن، ۱۳۸۷).

در ایران مربیان بهداشت مدارس برای تحقق این اهداف پیش قدم هستند زیرا آنها افراد خبیری هستند که با در نظر گرفتن استانداردها و تجهیزات موجود، برای ارتقا و پیشرفت وضعیت محیط مدرسه در تلاش‌اند (Zdunkiewi, ۱۹۸۸). در مطالعه‌ای که با مقایسه بهداشت محیط مدارس با رویکرد ارتقاء سطح آموزش ملی در مدارس ابتدایی (دارای مربی بهداشت و فاقد مربی بهداشت) در ۲۰۰ مدرسه ابتدایی در کشور نشان داد که در خیلی از فاکتورهای بهداشتی مانند بهداشت محیط مدرسه، تغذیه، ایمنی، مراقبت و... تفاوت قابل ملاحظه‌ای در مدرسه درباره مربی بهداشت و فاقد مربی بهداشت وجود داشت (حافظی، ۱۳۹۰).



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

## عملکرد بهداشتی مسئولین مدارس

انجام درست آموزش، کنترل و مدیریت اصول بهداشتی بر عهده‌ی تمام مسئولین به خصوص مربی بهداشت می‌باشد. رعایت بهداشت در مدرسه، بیشتر بر عهده‌ی دانش‌آموزان است و سطح بهداشت دانش‌آموزان ریشه در آموزش‌های خانواده دارد که در مدرسه مورد محک قرار می‌گیرند. مدرسه باید درست و اصولی ساخته شود و رسیدگی به آن از اهمیت خاصی برخوردار است، اما در برخی از مدارس به علت کمبود بودجه محیط مدرسه دور از اصول بهداشتی می‌باشد که باید رسیدگی شود. رعایت بهداشت در مدرسه و مکان‌های عمومی، با بهداشت در خانه متفاوت است. به همین دلیل باید اطلاعات خاص مربوط در این زمینه را به دانش‌آموزان آموزش داد. برای آموزش این اطلاعات می‌توان به جز سخنرانی، از نمایش و قصه در صف نیز استفاده کرد. به وسیله‌ی بروشور، روزنامه‌ی دیواری و ... باید به دانش‌آموزان، مناسبت‌های خاص مربوط به بهداشت را یادآوری کنیم تا دانش‌آموزان با علاقه‌مندی خود در این برنامه‌ها شرکت کنند و بهداشت در مدرسه را یاد بگیرند و آن را رعایت کنند. باید روزانه کلاس‌ها، سرویس‌های بهداشتی، حیاط مدرسه و ... نظافت شوند. برای آموزش بهتر بهداشت در مدرسه و مسئولیت پذیری دانش‌آموزان، می‌توان از آن‌ها برای کارهایی که در توانشان است کمک گرفت. در تمام مدارس باید جعبه‌ی کمک‌های اولیه وجود داشته باشد و حداقل یک نفر باید بتواند در مواقع ضروری از آن‌ها استفاده کند.

## حضور دائم مربی بهداشت

متأسفانه به خاطر کمبود بودجه، مربی بهداشت به طور دائم در مدارس حضور ندارد، اما اگر مربیان بهداشت به طور مداوم در مدرسه حضور داشته باشند، می‌توانند به رعایت بهداشت در مدرسه کمک بسیاری کنند و حتی ارتباط دانش‌آموزان با معلمین، مدیران و اولیا را تقویت کنند و بسیاری از مشکلات بهداشتی، جسمی و روحی را رفع کنند. استخدام مربی بهداشت، تخصیص بودجه به مسائل بهداشتی و نظارت بر اصول بهداشتی از جمله وظایف مدیر می‌باشد. هنگامی که مدرسه به خوبی مدیریت شود، رعایت بهداشت در مدرسه به درستی صورت می‌گیرد. تغذیه سالم در سنین مدرسه، امری اساسی است، زیرا بر یادگیری و تمرکز دانش‌آموزان تأثیر می‌گذارد. متأسفانه بسیاری از دانش‌آموزان وعده‌ی صبحانه را حذف کرده‌اند و از بوفه‌ی مدرسه استفاده می‌کنند. به همین دلیل باید مدراس با دقت بیشتری به بوفه و خوراکی‌های آن، رسیدگی کنند و از آوردن خوراکی‌های غیر استاندارد و تاریخ مصرف گذشته خودداری کنند. رعایت اصول بهداشتی در مدارس با مدیریت، برنامه‌ریزی و آموزش و توجه به نوع تغذیه و رفتارهای بهداشتی دانش‌آموزان انجام‌پذیر است و عدم توجه به آن نه تنها به دانش‌آموزان بلکه به جامعه آسیب وارد می‌کند.

## رعایت بهداشت دهان و شستشوی دست‌ها

یکی از زیبایی‌های هر فرد، دندان‌های اوست. کودکان در سنین ۶ الی ۷ سالگی دندان‌های شیری‌شان شروع به افتادن می‌کنند و این روند چند سال ادامه دارد. والدین باید مراقبت از دندان‌ها را به کودکان خود آموزش دهند تا دندان‌های دائمی سالمی داشته باشند. برای جلوگیری از هر مشکلی باید مسواک زدن و خوشبو نگه‌داشتن دهان را به کودکان خود آموزش دهیم، زیرا رعایت نکردن بهداشت دهان و دندان صحنه‌ی ناخوشایندی را به دنبال دارد که باعث می‌شود هم‌کلاسی‌ها و معلمان را آزار دهد. یکی از مهم‌ترین راه‌های جلوگیری از هر نوع بیماری، شستن دست‌هاست. این امر نه تنها در کودکان بلکه در بزرگسالان نیز ضروری است. کودکی که به مدرسه می‌رود، قطعاً می‌تواند دست‌هایش را بشوید. بنابراین لازم است از همان سنین پایین، به دانش‌آموزان یاد داده شود که قبل خوردن غذا، بعد از دست‌شویی رفتن، بعد از بازی کردن، بعد از دست زدن به حیوانات و



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

حتی بعد از دست زدن به کودکان خردسال، با شستشوی دست‌های خود از بروز هر نوع بیماری از جمله مشکلات پوستی و خارش جلوگیری کنند.

## ناخن‌ها

ناخن محیط مناسبی برای رشد انواع میکروب است. با کوتاه نگه داشتن ناخن از رشد میکروب‌ها جلوگیری می‌شود. عده‌ای از کودکان عادت دارند که ناخن‌هایشان را بچوند، این امر باعث می‌شود میکروب به راحتی وارد دستگاه گوارشی شود و فرد دچار مشکل شود.

## موها

موها همیشه باید مرتب باشند تا از بیماری‌های مربوط به مو جلوگیری شود. کودکان باید یک روز در میان حمام بروند و موهای خود را با شامپوی مخصوص بشویند.

## بوی بدن

یکی دیگر از مسائل رعایت بهداشت، بوی بدن است. کودک با بازی کردن عرق می‌کند و بدنش بد بو می‌شود و یا حتی در مواقعی عرق‌سوز می‌شود. بنابراین چه در فضای خانه و چه در فضای مدرسه باید به کودکان و دانش‌آموزان آموزش داده شود که چگونه بهداشت شخصی خود را رعایت کنند و از اسپری و شوینده‌های مناسب استفاده کنند تا از بیماری‌های پوستی جلوگیری شود.

## تمیزی پاها

به علت طولانی بودن مدت زمانی که پاها در کفش هستند، اگر به نظافت پاها رسیدگی نکنید رطوبت کفش باعث به وجود آمدن قارچ می‌شود، لذا حتماً از جوراب‌های نخی استفاده کنید و به تمیزی پاها و کفش‌ها اهمیت بدهید.

## از دستمال استفاده کنید

باید به دانش‌آموزان یاد داده شود که هنگام سرفه و عطسه کردن جلوی دهان خود را با دستمال بگیرند تا از پخش شدن میکروب جلوگیری شود.

## یافته‌ها

کودکان امروز سرمایه‌های مهم کشور هستند و تربیت و آموزش آنها جزو اهداف عمده برنامه‌های توسعه اجتماعی و اقتصادی است (شریفی، ۱۳۹۵).

مدرسه بعد از خانواده، پر اهمیت‌ترین وظیفه را در سلامت کودکان برعهده دارد. فراگیر در مدرسه جدا از یادگیری مهارت خواندن و نوشتن، به شکل گیری نگرش‌ها و رفتارهای جدید می‌پردازد که در واقع این رفتارها نقش موثری در سلامت خانواده و جامعه بر عهده دارند و انگیزه بهداشت در مدارس، ترفیع سطح سلامت جسمانی و روانی فراگیران به عنوان آینده سازان یک کشور است بنابراین رسیدگی به سلامت و بهداشت دانش‌آموزان از مهمترین مقاصد یک کشور به حساب می‌آید. (شریفی،



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

۱۳۹۵). همچنین مدرسه محلی است برای انجام مداخلات بهداشتی به عنوان یک ساختار اجتماعی (گنجی و همکاران، ۲۰۱۰). و در تکوین نگرش و شکل دادن رفتارهای منجر به سلامتی نقش اساسی ادا می‌کند و محیطی را فراهم می‌کند که منجر به شکوفایی استعداد های دانش آموزان و سلامت روانی و جسمی آنها و در اختتام، سوددهی اقتصادی از غرایض آن به حساب می‌آید. (Bourk, ۲۰۱۲).

مدرسه مکانی است که در طیفی ما بین خانواده و جامعه قرار دارد که این مکان در واقع مقدمات جدی دانش آموزان در اجتماع را فراهم می‌کنند و علاوه بر مهارت شنیدن و نوشتن آنها را با دنیای از رفتارها و مهارت‌های جدید آشنا می‌کنند. و امروزه دیدگاه آموزش مطالب علمی صرف، در آموزش و پرورش جدید جایگاهی ندارد و یکی از مهم‌ترین نگرش‌ها و رفتارها، آگاهی بخشی به دانش آموزان در مورد بهداشت و امور سلامتی است و مطالب قابل تعلیم در این حیطه در خانه فقط به شستن دست و صورت و استفاده از مسواک شخصی و حوله خلاصه می‌شود در حالی که در محیط مدرسه آموزش اصولی بهداشتی بر مبنای سلامت جسم و روان و اصول مراقبت از بدن در مقابل انواع تهاجمات روانی و فیزیکی به فراگیران آموزش داده می‌شود پس هر چقدر با نگاه عمیق‌تر به این اصل توجه شود جامعه سالم‌تر و سرزنده‌تر در انتظار خواهیم داشت. امروزه تولید روزافزون مواد مخدر و اشتها بیماری‌هایی نظیر ایدز و هپاتیت و شکسته شدن قبح کلیان و غیره هشدار جدی برای مسئولان حوزه سلامت خصوصاً آموزش و پرورش است که با برنامه ریزی یکپارچه و آموزش مستمر می‌توان مانع بروز این مشکلات در حوزه سلامت شد. (حاج سعیدی، ۱۳۹۵).

و بهداشت در مدرسه جزو مسائل اساسی در محیط‌های عمومی به حساب می‌آید و مدرسه جدا از اینکه محلی برای تعلم رشد و خلق شخصیت روحی و اجتماعی فراگیران قلمداد می‌شود می‌توان روی آن به عنوان جایگاهی بسزا در جانب اثرگذاری بر خانواده و اجتماع حساب باز کرد و نتایج رسیدگی به وضعیت بهداشتی آنها علاوه بر بهبود وضعیت سلامتی در سطح جامعه، باعث تقلیل انواع بیماری‌های مزمن و جلوگیری از تشدید آنها می‌شود. (شریفی راد، ۱۳۹۳).

همچنین هدف از فعالیت‌های بهداشتی در مدارس ضمن تحقق اهداف بهداشت عمومی برای تکوین اهدافی چون بهبود الگوهای تغذیه‌ای دانش آموزان، بهبود سطح آگاهی نگرش و رفتارهای بهداشتی دانش آموزان و ایجاد میل به سلامت در کودکان و نوجوانان دانش آموز در تلاش‌اند. و دانش آموزان در سلامتی خواهران و برادران کوچکتر از خود سهم خطیری دارند و از طریق بازی کردن با این کودکان آنها را برای یادگیری کارآمد و اثرگذار در هنگام رفتن به مدرسه آماده می‌کنند. و همچنین دانش آموزان والدین فردا هستند و اگر آنها مهارت‌ها و دانش بهداشتی را خوب یاد بگیرند و تمرین کنند و نگرش‌شان را در این باره توسعه دهند می‌توانند آنها را به نسل بعدی نیز انتقال دهند. (جولائی و همکاران، ۱۳۸۳).

و آموزش بهداشت زمانی مثمرتر است که باعث خلق رفتارهای بهداشتی شود (محسنی منوچهر، مبنای آموزش و بهداشت، تهران؛ انتشارات طهوری، ۱۳۷۶). و به باور اغلب دانشمندان سن دانش آموزی پذیرای آمادگی بیشتری برای یادگیری و حفظ کردن و پذیرفتن است و مواردی مانند زبانی دانش آموزان و تعامل آنها با همدیگر و با اعضای خانواده و حضور موظف آنها دلیلی بر این امر است. (نوری محمد رضا. بهداشت مدارس، مشهد: انتشارات واقفی، ۱۳۷۷).

طبق مطالعات صورت گرفته سلامت جسمی و روانی کودکان در تحقق اهداف آموزش مدارس کارساز است به همین خاطر میل به تغییر شیوه زندگی در جهت انجام رفتارهای بهداشتی در بین مردم افزایش یافته است. (Palank CL, ۱۹۹۱).



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

و ارتقا رشد و شکوفا کردن استعدادها و ایجاد رفتارهای صحیح بهداشتی جزو یکی از اهداف سازمان یونسکو در برنامه ریزی‌های بهداشتی است. (اعضای هیات علمی گروه کودکان دانشکده پرستاری و مامایی تهران، کودک سالم، تهران، انتشارات گلبن، ۱۳۸۷).

پژوهش انجام شده در شهر یاسوج توسط مشفع و همکاران نشان داد که از مجموعه فراگیران دبستان‌های پسرانه و دخترانه، ۵۹ درصد از آنها گریبانگیر انواع عفونت‌های انگلی شدند (Moshfe, sharifi, ۲۰۰۰). وعدم رعایت بهداشت در مدارس از جمله پوشش نامناسب و آلودگی خاک مدارس باعث می‌شود که دانش آموزان به طور مستقیم در معرض انواع کزاز و قارچ‌ها قرار بگیرند (Shabankhani, Abdollahi, ۲۰۰۳). وهمچنین عدم رعایت مسائل بهداشتی در مدرسه، احتمال ابتلای دانش آموزان به بیماری‌های عفونی افزایش پیدا می‌کند به طوری که در ۶۵ درصد از روزهای غیبت دانش آموزان سهیم است. (Khalili, etal, ۲۰۰۷). پس عامل کارساز برای جلوگیری از مبتلا شدن به این بیماری‌ها، داشتن آگاهی و شناخت از وضعیت بهداشت مدارس است تا گام‌های بعدی در جهت درمان آن برداشته شود. (khalili, etal, ۲۰۰۷). همچنین پژوهش انجام شده توسط تویینیو و همکاران در مدارس فنلاند از ارتباط معنی دار بین عفونت‌های تنفسی فوقانی و محیط نامطلوب گزارش داد و می‌توان عامل غیبت‌های دانش آموزان را نیز ابتلا به این عفونت‌ها دانست. (Toyinbo, etal, ۲۰۱۶). بهداشت مدارس در بردارنده بهداشت محیط، گسترش اطلاعات، عملکرد بهداشتی و باورهای بهداشتی دانش آموزان است. (Hall, etal, ۲۰۰۲).

و زمانی آموزش اصول بهداشتی به فراگیران دارای عملکرد مطلوبی خواهد بود که نسبت به بهداشت محیط رسیدگی کافی صورت گرفته باشد چون این دو متغیر مکمل همدیگرند به فرض نمونه وقتی ما به دانش آموزی آموزش می‌دهیم که بعد از خروج از توالت دست خود را بشوید در حالی که امکانات لازم برای تحقق این امر وجود ندارد در نتیجه حاصلی در انجام برنامه‌های بهداشتی صورت نمی‌گیرد. (TurunenmM, etal, ۲۰۱۴). نتایج پژوهشی که در سال ۹۱ و ۹۲ در استان بوشهر انجام گرفت نشان داد که بین وضعیت بهداشتی محیط مدارس فاقد مربی بهداشت و دارای مربی بهداشت در ۱۹ مورد از ۳۰ مورد متغیرهای بهداشتی تفاوت آماری قابل چشمگیری به چشم می‌خورد. (ShafaeiGholami, etal, ۲۰۱۵).

بیشتر افراد حتی افراد تحصیل کرده نیز برداشت درستی از بهداشت زندگی و اطلاعات ساده آن ندارند در حالی که تحقیق درباره این امر برای حال و آینده انسان مؤثر و در ایجاد زندگی با نشاط و سالم چه به عنوان یک فرد و چه به عنوان یک عضو جامعه سهیم است (بهداشت برای خانواده، ۱۳۹۶). ویکی از نیروهای حوزه سلامت در مدارس که در آموزش و مشاوره به فراگیران و والدین برای بهبود بهداشت جسمی و روانی ایفای نقش می‌کند مربیان بهداشت می‌باشند. و آنها از طریق معاینه و بازبینی رفتار دانش آموزان به تشخیص علایم یک بیماری چه جسمی و چه روحی پی می‌برند از این رو واجب است که به حضور مربی بهداشت در این مکان عنایت کافی صورت بگیرد (عروجن، ۱۳۸۷). و از آنجا که فعالیت‌های سالانه این مربیان از روز اول سال تحصیلی آغاز می‌شود آنها با در میان گذاشتن اهداف و برنامه‌های آموزشیشان با والدین بچه‌ها و تشکیل جلسات متعدد در طول سال به بررسی مشکلات دانش آموزان و نوشتن دفاتر بهداشتی برای معاینات دوره‌ای از جمله معاینه چشم و گوش و قد و وزن و دندان و غیره می‌پردازند بنابراین وجود نیروی متخصص با توانایی‌های لازم برای تحقق این اهداف خطیر در مدرسه بسیار لازم و غیرقابل انکار است (عروجن، ۱۳۸۷). رعایت اصول بهداشتی توسط دانش آموزان در مدارس بسیار مهم است. برای این منظور، دانش آموزان باید به اصول بهداشتی آشنا شوند و آن‌ها را در زندگی روزمره خود رعایت کنند. به عنوان مثال، دانش آموزان باید دست‌های خود را با آب و صابون بشویند و از استفاده مشترک از وسایل شخصی خودداری کنند. همچنین، آن‌ها باید در مقاطع بالاتر از ابتدایی از استفاده از مواد مخدر و سیگار خودداری کرده و به سلامت خود و دیگران



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

احترام بگذارند. رعایت اصول بهداشتی توسط دانش‌آموزان باعث بهبود سلامت جسمی و روانی آن‌ها می‌شود و بهبود عملکرد تحصیلی آن‌ها را تضمین می‌کند.

## نتیجه‌گیری

مدرسه به عنوان مهمترین موسسه اجتماعی سازمان‌یافته علاوه بر تحقق اهدافی چون خواندن و نوشتن، در ترفیع سلامت جسمی و روانی و تکوین نگرش و شکل دادن به رفتارهای منجر به سلامتی دانش‌آموزان ایفای نقش می‌کند. و با عنایت به این که مدرسه خانه دوم آنها به شمار می‌آید و دوره‌های مهمی از سال‌های زندگی‌شان را که با رشد جسمی و روانیشان مصادف است در این مکان سپری می‌کنند و چون اساس و پایه عادات سلامتی و بهداشتی در سنین پایین شکل می‌گیرد و آن را به نسل‌های بعد نیز انتقال می‌دهند بنابراین حضور مربیان بهداشت در مدارس ابتدایی امری واجب گردیده است. و با دانش و آگاهی کافی در این زمینه و تعامل با دانش‌آموزان و والدینشان و تشکیل جلسات متعدد در طول سال تحصیلی و معاینه و بازبینی رفتار و شناسایی آن‌ها، از ابتلا به انواع بیماری‌های عفونی و داشتن نسل سالم و پویا و ایجاد انگیزه میل به سلامت در کودکان و نوجوانان دانش‌آموز، وفای به عهد می‌کند.

در کل، رعایت اصول بهداشتی توسط دانش‌آموزان در مدارس ابتدایی بسیار مهم است. این امر باعث بهبود سلامت جسمی و روانی آن‌ها می‌شود و عملکرد تحصیلی آن‌ها را نیز بهبود می‌بخشد. بنابراین، باید به دانش‌آموزان آموزش داد که چگونه بهداشت شخصی خود را حفظ کنند و به سلامت خود و دیگران احترام بگذارند. همچنین، باید تلاش کرد تا این اصول بهداشتی در محیط مدرسه به خوبی رعایت شود تا دانش‌آموزان بتوانند در محیط سالم و پاکیزه‌ای تحصیل کنند.





## منابع

۱. Bourke-Taylor H, Pallant JF, Law M, et al. Predicting mental health among mothers of school-aged children with developmental disabilities: The relative contribution of child, maternal and environmental factors. *Res Dev Disabil* ۲۰۱۲; ۳۳: ۱۷۳۲-۴۰.
۲. Chan M S. The global burden of intestinal nematode infections –fifty years on *Parasitol Today* ۱۹۷۷; ۱۳:۴۳۸-۴۴۳.
۳. Khalili A, Jahani Hashemi H, Jamaly H. A comparative study on safety and environmental health of public and private schools of Qazvin. *Journal of Qazvin University of Medical Sciences & Health Services* ۲۰۰۷; ۱۱(۱): ۴۱-۹.
۴. Moshfe A, Sharifi A. Prevalence of intestinal parasit contamination in the students of primary school in the Yasuj city. *Journal of Yasuj Medical Science University* ۲۰۰۰; (۱۷،۱۸): ۱-۷
۵. shabankhani B, Abdollahi F. Survey of environmental health indexes in Mazandaran Schools. *Scientific Research Journal of Mazandaran University of Medical Sciences* ۲۰۰۳; ۱۳:۴۱: ۹۸-۱۰۲.
۶. Toyinbo O, Matilainen M, Turunen M, Putus T, Shaughnessy R, Haverinen-Shaughnessy U. Modeling associations between principals' reported indoor environmental quality and students' selfreported respiratory health outcomes using GLMM and ZIP models. *Int J Environ Res Public Health* ۲۰۱۶; ۱۳: ۳۸۵.
۷. Wright K, Giger JN, Norris K, et al. Impact of a nurse-directed, coordinated school health program to enhance physical activity behaviors and reduce body mass index among minority children: A parallel-group, randomized control trial. *Int J Nurs Stud* ۲۰۱۳; ۵۰: ۷۲۷-۳۷.
۸. Zazuoli MA, NajafzadehKalat M, Hamta A, et al. Investigation of environmental health and safety status of schools in Kalat County orasan Razavi in ۲۰۰۹. *Proceeding of first Congress on Social Determinants on Health*; ۲۰۰۹. Tehran, Iran. Tehran: Iran University of Medical Sciences; ۲۰۱۰ (Persian).
۹. Wolfe LC, Selekmán J. School nurses: what it was and what it is. *J Pediatr Nurs* ۲۰۰۲; ۲۸: ۴۰۳-۷
۱۰. Zdunkiewi L. Changes in sanitary conditions at elementary school in Poland ۱۹۸۵-۱۹۸۸. *Rocz Panstw Zakl Hig* ۱۹۸۸; ۴۰: ۲۴۰-۵.
۱۱. Zdunkiewi L. Changes in sanitary conditions at elementary school in Poland ۱۹۸۵-۱۹۸۸. *Rocz Panstw Zakl Hig* ۱۹۸۸; ۴۰: ۲۴۰-۵.