



## الإرشادات الصحية للذهاب إلى المدرسة

يعد الحضور إلى المدرسة كل يوم أمراً في غاية الأهمية لرفاهية الأطفال ومشاركتهم وتعلمهم.

تأكد من حضور الأطفال إلى المدرسة إذا كانوا:

- يتمتعون بصحة جيدة وعلى ما يرام بشكل عام.
- يمكنهم المشاركة في الأنشطة اليومية المعتادة.

يمكن للأطفال الذهاب إلى المدرسة حتى إذا كانوا:

- يعانون من نزلة برد، والتي قد تشمل سيلان أو انسداد الأنف والسعال.
  - يعانون من احمرار في العين دون رشح أو حمى أو ألم في العين أو احمرار في الجفن أو تغيرات في الرؤية.
  - يعانون من ألم خفيف في المعدة.
  - يعانون من طفح جلدي يتواافق مع حالة جلدية تم تشخيصها مسبقاً، على سبيل المثال الأكزيما أو الصدفية.
  - يعانون من قمل الرأس. وعلى الرغم من أن هذه الحالة مزعجة ويجب علاجها، إلا أن القمل ليس سبباً لمنع الطفل من الحضور إلى المدرسة.
  - لم يصابوا بالحمى خلال 24 ساعة ولم يحصلوا على أدوية خاضعة للحرارة خلال هذه الفترة.
- يرجى الاطلاع على الجزء الخلفي من هذه النشرة للحصول على تفاصيل حول متى يجب بقاء الأطفال في المنزل. ولا حظ أنه في كثير من الحالات، لا يلزم الحصول على إخطار من مقدم الرعاية الصحية للعوده إلى المدرسة مرة أخرى.

قد يتتجنب الأطفال الذهاب إلى المدرسة في بعض الأحيان بسبب الشعور بالقلق (قد تشمل الأعراض انخفاض الشهية، والشعور بالتعب، وألام المعدة، والصداع، وما إلى ذلك). وإذا كنت قلقاً من أن طفلك قد يعاني من الشعور بالقلق، فتحدث مع معلمك أو ممرضة المدرسة أو الأخلاصي الاجتماعي أو غيرهم من موظفي المدرسة لمناقشة التحدي وتحديد ما يمكن أن يساعد طفلك في البقاء داخل المدرسة. أما إذا شعرت أن الطالب يعاني من الشعور بالقلق، فقد تكون زيارة مقدم الرعاية الصحية الخاص بك مفيدة للطالب.

إذا كان طفلك يعاني من ضعف في جهاز المناعة أو كان معرضاً لخطر كبير للإصابة بمضاعفات الأمراض الشائعة، فيرجى التحدث إلى مدرستك (ممرضة المدرسة إذا كانت متاحة) حول وضع خطة معك ومع مقدم الرعاية الصحية لطفلك من أجل الحفاظ على صحة وسلامة طفلك أثناء ذهابه إلى المدرسة.

يرجى ملاحظة ما يلي: يهدف هذا المستند إلى استكمال تعليمات إدارة الصحة المحلية / المنطقة التعليمية.

# أسباب بقائي في المنزل وعدم الذهاب إلى المدرسة وما يجب أن يحدث قبل العودة إليها

| متى يمكنني العودة إلى المدرسة؟   | متى يجب علي البقاء في المنزل؟  | ما الأعراض التي أعاني منها؟  |
|--|--|------------------------------|
| إذا تعافيت من الحمى لمدة 24 ساعة دون استخدام الأدوية الخافضة للحمى وأشعر بالتحسن.  | لقد أصبحت بالحمى التي بلغت 100.4 درجة فهرنهايت (38 درجة مئوية) أو أعلى خلال الـ 24 ساعة الماضية.   | الحمى                        |
| إذا لم يحدث فيء خلال الـ 24 ساعة الماضية وكنت قدأرًا على شرب السوائل وتناول الطعام. وإذا لم أتعافى من الإسهال خلال الـ 24 ساعة الماضية.  | إذا حدث فيء مرة واحدة أو أكثر خلال الـ 24 ساعة الماضية. إذا كان البراز رخواً أو مائياً وتكرر ذلك 3 مرات في اليوم أو إذا لم أتمكن من الوصول إلى المرحاض في الوقت المناسب. | القيء أو الإسهال             |
| بمجرد أن أشعر بالتحسن وتحسن الأعراض لمدة 24 ساعة على الأقل. إذا كانت الأعراض التي أعاني منها بسبب الريبو، فيرجى التأكد من حصولي على الإذن لاستخدام جهاز الاستنشاق الإنقاذي في المدرسة. | إذا كنت أعاني من سعال جديد أو مستمر يتعارض مع القدرة على المشاركة في الأنشطة المدرسية، أو صعوبة في التنفس أو في التقاط أنفاسي.   | سعال جديد أو صعوبة في التنفس |
| إذا تم الشفاء من الطفح الجلدي الخاص بي أو سمح لي مقدم الرعاية الصحية بالعودة وتم تغطية أي طفح جلدي بالكامل.  | إذا كان الطفح الجلدي عرضاً جديداً ولم يتم تشخيصه من قبل مقدم الرعاية الصحية، فإنه يزداد حجمه، وينزف ولا يمكن تغطيته بالكامل، أو إذا أصبحت بالحمى.                        | الطفح الجلدي                 |
| بمجرد اختفاء أعراض العين أو يسمح لي مقدم الرعاية الصحية بالعودة.   | إذا كنت أعاني من احمرار جديد في العين وبدون سبب واضح ولا يوجد رشح أو حمى أو ألم في العين أو احمرار في الجفن أو تغيرات في الرؤية.   | احمرار العين والرشح          |

إذا كنت لا تعرف ما إذا كنت تريدين إرسال طفلك إلى المدرسة أو لديك مخاوف محددة بشأن حالة طفلك الصحية، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية لطفلك، أو مقدم الرعاية الصحية المحلي، أو ممرضة المدرسة.