

## أن يكون طفلك معافى في مدرسة المرحلة التمهيديّة

يتواجد في مدرسة المرحلة التمهيديّة عدد كبير من الأطفال سويا مما يؤدي إلى سهولة انتشار العدوى. إن الهدف الكامن وراء هذه المعلومات هو تحديد انتشار العدوى والحرص على المحافظة على المعافاة في مدرسة المرحلة التمهيديّة.

يصاب جميع الأطفال بالمرض في بعض الأحيان، ومن الشائع أن يصاب الأطفال الصغار بعدة حالات عدوى كل عام. والأكثر شيوعا بينها هناك التهابات الجهاز التنفسي، مثل حالات الزكام. كما إن الالتهابات الأخرى مثل أنفلونزا المعدة أو جدري الماء أو القوباء (جدري الخنازير) هي أيضا أمراض معدية شائعة لدى الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة.

الحالة العامة للطفل، أي كيف يأكل الطفل وينام ويقدر على المشاركة في أنشطة مدرسة المرحلة التمهيديّة (في الداخل والخارج) هي الأمور الحاسمة التي تحدد إذا ما كان الطفل ستواجد في مدرسة المرحلة التمهيديّة. قد يكون الطفل في بعض الأحيان مفعما بالحيوية والنشاط في المنزل، لكنه بالرغم من ذلك غير قادر على تحمل أن يكون جزءا ضمن مجموعة الأطفال. يحتاج الطفل المريض الذي يبدو عليه التعب إلى الاستراحة والهدوء والوقت الكافي لاستعادة عافيته. في بعض الأحيان يحتاج الطفل أيضا إلى البقاء في المنزل بسبب خطر نقل العدوى للآخرين.

لتقليل خطر انتشار العدوى يتطلب الأمر التعاون بين المنزل ومدرسة المرحلة التمهيديّة. لذلك فمن المهم أن تتحدث مع المستخدمين عن الأعراض الموجودة لدى الطفل أو سبب مرض الطفل. عندها يصبح بإمكان المستخدمين اتخاذ الإجراءات اللازمة للحول دون إصابة الآخرين بالمرض.

### يجب أن يبقى الطفل في المنزل

- عندما يكون الطفل مصابا بالحمّى. يمكن أن يعود الطفل إلى مدرسة المرحلة التمهيديّة عندما يكون خاليا من الحمّى خلال 24 ساعة / يوم واحد بدون تناول أدوية مُخفضة للحمّى.
- عندما يكون الطفل مريضا مع عوارض الزكام مثلا وجع الحلق، رشح، حمّى أو سعال. في أغلب الأحيان يكون الطفل ناقلا للعدوى بأكبر شكل في بداية الزكام. يمكن أن يعود الطفل إلى مدرسة المرحلة التمهيديّة عندما تصبح حالته العامة جيدة وتكون الأعراض قد انقضت. بالنسبة للأعراض المتبقية مثل السعال والرشح فإنه لا تشكل عائقا، حتى لو كان مخاط الرشح كثيفا وبلون غير شفاف.

### تكلمة يجب أن يبقى الطفل في المنزل

- عندما يتقيأ الطفل و/أو يكون مصابا بالإسهال. يمكن أن يعود الطفل إلى مدرسة المرحلة التمهيديّة عندما يكون معافى، وتناول الطعام بصورة طبيعية ولم يتقيأ أو مصاب بالإسهال / براز رقيق القوام خلال ما لا يقل عن 24 ساعة/يومين. عندما يكون عدد كبير من الأطفال في مدرسة المرحلة التمهيديّة مصابين بالتهاب المعدة فيتم تحديد انتشار العدوى عن طريق بقاء أشقاء طفل مدرسة المرحلة التمهيديّة المريض في المنزل.
  - عندما يكون الطفل مصابا بجرح/أكزيما تخرج منها سوائل. يمكن أن يعود الطفل إلى مدرسة المرحلة التمهيديّة عندما يجف الجرح/الأكزيما ولم يعد يخرج منها سوائل. في حالة الإصابة بالقوباء (جدري الخنازير) يجب أن تكون الجروح ملتئمة.
  - عندما يكون الطفل مصابا بالتهاب الخلق أو الحمى القرمزية . يمكن أن يعود الطفل إلى مدرسة المرحلة التمهيديّة عندما يكون خاليا من الأعراض بعد أو بعد يومين من المعالجة بالمضادات الحيوية بشرط أن تكون حالته العامة جيدة.
  - عندما يكون الطفل خاليا من أعراض الحمى ولكنه تعبان ومنهك بحيث لا يقدر على التواجد ضمن مجموعة الأطفال.
- في حالات العدوى الأخرى أو إذا كان عدد من الأطفال مرضى في الوقت نفسه فيمكن أن تكون هناك توجيهات أخرى.

### نصائح لحاملي حق الحضانة

يمكن أن تنتشر العدوى عن طريق سوائل الجسد مثل السعال والعطس والتقيؤ والبراز. تنتشر العدوى عن طريق أيدينا والأشياء الأخرى مثل المناشف القماشية ، مسكات المقابض والألعاب. إن اتباع روتينات النظافة الصحية الجيدة تساهم في تقليل انتشار العدوى.

- احرص على غسل يديك ويدي الطفل باستمرار باستخدام الصابون والماء. خاصة بعد زيارة المرحاض/تبديل الحفاضات و بعد زالة المخاط من الأنف وقبل وجبات الطعام.
- علم الطفل أن يسعل ويعطس في ثنية الذراع.
- حافظ على قص الأظافر بحيث تكون قصيرة لأنه من السهل أن تتجمع الأقدار والبكتريا هناك.
- اغسل اللحاف المفضل والألعاب المحشوة ونظف أو بدّل اللهايات وفراشي الأسنان بعد أن يتعافى الطفل.
- يستحسن أن يكون هناك منشفة خاصة لكل شخص في العائلة.

## Så här tvättar du händerna



كيفية غسل اليدين : 1 اشطف بماء فاتر 2 استخدم صابون سائل واغسل اليد بالكامل 3 اعمل رغوة جيدة بالصابون  
4 اشطف من جديد بماء فاتر 5 جفف اليدين

## Handtvättssången

Melodi: Blinka lilla stjärna

Tvätta, tvätta

liten hand

Bort med smuts och

bort med sand

Mellan, i och

ovanpå

Gnugga tummen,

båda två

Tvätta, tvätta

liten hand

Bort med smuts och

bort med sand!