

# هشدارهای آرام و ظریف

**سلامتی و بهداشت و ایمنی کودکان، کلید کار است**  
**کلیدواژه‌ها: فضاهای آموزشی، بهداشت، ایمنی، تغذیه کودکان.**

البته متفاوت هستند، ولی در همه آن‌ها برای تضمین بهداشت و ایمنی کودکان باید استانداردهایی در نظر گرفته شود.

## نظافت و پاکیزگی

وقتی گروهی از افراد در محیط و فضاهای نزدیک به یکدیگر به سر می‌برند، وضعیت بهداشتی مناسب به منظور پیشگیری و جلوگیری از اشاعه بیماری‌ها در اولویت قرار می‌گیرد. در مراکز پیش‌دستانی و مهدهای کودک، لازم است امکانات شست‌وشو و توالت برای بزرگ‌ترها و کودکان از کیفیت و استاندارد بسیار خوبی برخوردار باشد. تعداد و اندازه توالت‌ها و دست‌شویی‌ها معمولاً از طریق کارشناسان سازمان‌ها و مؤسسات ذی‌ربط و دیگر خدمات قانون‌گذاری تجویز و توصیه می‌شود. مریبان و بزرگ‌ترها نیز باید در ارائه خدمات پیشگیرانه و بازدارنده در امر مراقبت‌های بهداشتی سهم مؤثری داشته باشند. شست‌وشوی دست‌ها مسلماً یکی از راه‌های مهم جلوگیری از اشاعه بی‌رویه باکتری‌ها و میکروب‌ها است. از راه یادآوری‌های ظریف و آرام و الگودهی، مریبان و بزرگ‌ترها می‌توانند به کودکان در یادگیری عادت شست‌وشوی دست‌ها در اوقات مهم روز، مانند قبل از خوردن غذا و خوراکی‌ها و وعده‌های غذایی، کمک شایان توجهی کنند. در همه مراکز، کودکان باید به دستکش‌های بهداشتی و کیسه‌های پلاستیکی مجهز باشند تا نقل و انتقال هر نوع آلودگی و وسایل بیماری‌زا و مواد دورریختنی امکان‌پذیر باشد. از آن‌جا که در بسیاری از موارد دست‌ها در

شست‌وشوی دست‌ها، راهی استاندارد، جهانی و پیشگیرانه در بهداشت و جلوگیری از گسترش بیماری‌هاست. افراد بسیاری در مراکز آموزشی کودکان اعم از شیرخوارگاه‌ها، مهدهای کودک و آمادگی‌ها کار می‌کنند و با کودکان در تعامل هستند. شغل آسپزشها، رانندگان وسایل نقلیه، کارکنان اداری، باغبانان و کارکنان خدمتگذار به نحوی است که خواسته‌ها و مراعات‌های ویژه‌ای را در فضا به‌وجود می‌آورد و به خاطر خیر و صلاح، تندرستی و شادابی محیط برای کارکنان و کودکان باید به بهداشت و ایمنی فضا توجه مسئولانه‌ای صورت گیرد. سؤال اساسی این است که آیا فضاهای آموزشی به سلامتی، ایمنی و رفاه کارکنان توجه دارند؟ زیرا موفقیت و شادابی کودکان در یادگیری در گرو چنین عواملی نیز هست.

به‌رغم تعداد کودکان و طول زمان ماندگاری آن‌ها در مراکز، تدارک بهداشت و ایمنی برای آن‌ها از اولویت خاصی برخوردار است. زیرا بین بهداشت، ایمنی و تغذیه به لحاظ پیامدهای کیفیت یکی بر دیگری، ارتباط تنگاتنگی وجود دارد. (ماروتز، راش و کراش، ۲۰۰۵). بنابراین، در برنامه‌های کودکان باید تدابیر و سیاست‌هایی به منظور حمایت، ارائه خدمات و آموزش‌های لازم در خصوص بهداشت و ایمنی آنان در تمام اوقات اتخاذ شود. مقررات دولتی و توصیه‌های حرفه‌ای



## ● در برنامه‌های کودکان باید تدابیر و سیاست‌هایی به منظور حمایت، ارائه خدمات و آموزش‌های لازم در خصوص بهداشت و ایمنی آنان در تمام اوقات اتخاذ شود

روشنایی اتاق‌ها باید از طریق بعضی وسایل مثل سایبان یا کرکره و موارد دیگر کنترل شود. تهویه مناسب در همه اتاق‌هایی که کودکان غذا می‌خورند، می‌خوابند یا بازی می‌کنند ضروری است. گرم‌سازی و سرمازایی مناسب براساس موقعیت نیز در همه حال از اهمیت برخوردار است. به هر حال کودکان خردسال از تولد تا ۶ سالگی که سال‌های

بسیار حساسی است، نیاز به توجه استاندارد و اصولی دارند. جدی گرفتن امر بهداشت، سلامتی و ایمنی کودکان در مراکز سال‌های اولیه اعم از شیرخوارگاه‌ها، مهدهای کودک و مراکز پیش‌دبستانی و آمادگی‌ها ضمن ایجاد اعتماد در والدین و اطمینان‌بخشی در جامعه، برای خیر و صلاح عموم کودکان، مریبان و تمامی خدمتگذاران در این محیط‌ها اهمیت دارد.

### منبع

۱. ماروتز، کراس و راش (۲۰۰۵). بهداشت ایمنی و تغذیه برای کودکان خردسال، چ ششم.

## دکتر مرجان گودرزی

معرض مواد مختلفی قرار می‌گیرند و همیشه هم ممکن است استفاده از دستکش میسر نباشد، لازم است دست‌ها بلافاصله بعد از هر فعالیت و به‌ویژه بعد از استفاده از توالت، تمیز شوند. تمامی سطوح و محل غذاخوردن، تعویض پوشک و لباس کودکان و توالت‌ها باید با مواد شوینده و پاک‌کننده‌های بهداشتی بلافاصله بعد از استفاده تمیز شود.

کلاس‌ها به تمیزکاری روزانه نیاز دارند ولی تجهیزات و وسایلی که مکرر مورد استفاده قرار می‌گیرند، باید براساس برنامه زمان‌بندی شده عفونت‌زدایی شوند.

برای همه دیوارها و سطوح، از جمله وسایل بازی در فضای باز، تخت‌های کودکان، و وسایل هنری کودکان، باید از رنگ‌های غیرسمی استفاده شود.

لباس‌های کودکان، بالش‌ها، پتوها و وسایل خواب کودکان و اسباب‌بازی‌های کودکان خردسال مثل روروک، صندلی‌های بلند و تمامی وسایل مورد استفاده در مدرسه و در خانه و یا محل‌های دیگر نیاز به شست‌وشو و بخارشویی و خشکشویی دارند.

### دما، تهویه و نور

سرمازایی و گرم‌زایی و تهویه باید براساس سطح فعالیت کودکان تنظیم شود و با توجه به وضعیت جوی و هوا تغییر یابد. نوردهی طبیعی و مناسب فضا اصل است. مطالعه‌های بسیار نشان می‌دهند که نور فلوروسنت و یکسان ممکن است برای کودکان بهترین راه ایجاد نور و روشنایی نباشد. بنابراین، ترکیبی از نور زرد و سفید و خانگی اولویت دارد.