**دستورالعمل اجرايي برنامه ارتقاء سطح سلامت دانش آموزان**

**دختر دوره متوسطه اول ودوم از طريق آموزش تغذيه و آهن ياري**

**وزارت بهداشت، درمان وآموزش پزشکی** وزارت آموزش وپرورش

معاونت بهداشت معاونت تربيت بدني و سلامت

دفتر بهبود تغذيه جامعه دفتر امورسلامت و تندرستي

دفتر سلامت جمعيت، خانواده و مدارس

سال **تحصيلي 93-92**

**مقدمه**

**آهن از جمله ریزمغذی هاي 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 6 تا 24 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 تحصيلي وخستگی زودرس، ضعف و بی حالی ، افزایش ابتلا به بیماری ها و مقاومت بدن دربرابربيماري 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.**

**کمیته ها**

1- تشكيل كميته ستادي: در سطح وزارتخانه هاي آموزش و پرورش (دفترامورسلامت وتندرستي) و بهداشت و درمان (دفتر بهبود تغذيه جامعه، اداره سلامت جوانان و مدارس )

2- تشكيل كميته استاني: معاونت بهداشتي (كارشناس مسئول تغذيه، كارشناس مسئول سلامت جوانان و مدارس) و معاونت تربيت بدني وسلامت (رئيس اداره سلامت و تندرستي اداره كل آموزش و پرورش)

3- تشكيل كميته شهرستاني (منطقه اي): رياست مركز بهداشت شهرستان، كارشناس تغذيه، كارشناس سلامت جوانان و مدارس، معاونت پرورشي ،كارشناس سلامت و پيشگيري ازآسيب هاي اجتماعي منطقه آموزش و پرورش

شرح وظایف کمیته ستادی

- برگزاري كارگاه هاي (سمينار) توجيهي - آموزشي و بازآموزي جهت اعضاء كميته استاني بر حسب نياز

- تشكيل دبيرخانه برنامه (وزارت بهداشت و آموزش و پرورش به تناوب)

- تشكيل كميته ستادي هر سال حداقل یک بار در محل دبيرخانه

- تهيه و بازنگري دستورالعمل اجرايي برنامه و ارسال آن به كميته هاي استاني

- تهيه و تدوين متون آموزشي مورد نياز

- نظارت بر اجراي بهينه برنامه

- جمع آوري اطلاعات و داده ها

- نظارت و پايش و ارزشيابي

- تبادل گزارشات مربوطه فيمابين وزارتين

**شرح وظايف كميته استاني**

- اعلام شهرستان مجري برنامه و تعداد دانش آموزان تحت پوشش به كميته شهرستاني

- ارسال آمارهای مربوطه به دبيرخانه ستاد مركزي

- تشكيل كميته استانی حداقل هر 6 ماه وارسال گزارش سالانه به دبيرخانه ستادمركزي

- برگزاري كارگاه (سمينار) توجيهي - آموزشي جهت مسئولين كميته شهرستاني

- تهيه و تامين قرص آهن و ارسال به شهرستان هاي مجري برنامه توسط دانشگاه هاي علوم پزشكي

- ارسال دستورالعمل اجرايي برنامه و شرح وظايف كميته ها به شهرستان هاي مجري برنامه

- نظارت بر اجراي برنامه در شهرستان هاي مجري توسط اعضاء كميته استاني و در صورت نياز تشكيل جلسات توجيهي مجدد در طول اجراي برنامه

- جمع آوري اطلاعات آماري و داده هاي كمي و كيفي از شهرستان هاي مجري برنامه و تهيه گزارش و ارسال به دبيرخانه

- تهيه قرص فروس سولفات (داراي 60 ميلي گرم آهن المنتال) و برآورد تعداد قرص مورد نـــياز با احتساب 15% افت وريز (Pert) توسط مركز بهداشت استان و ارسال به شهرستان هاي تحت پوشش طرح

- نظارت بر اجراي برنامه

شرح وظايف كميته شهرستان

- تشكيل كميته **شهرستاني حداقل هر4 ماه يك بار**

- برگزاري كارگاه (سمينار) آموزشي - توجيهي براي مديران، معاونين ومعلمان مدارس مجري برنامه

- دريافت متون آموزشي از كميته استاني و ارسال و توزيع آن در مدارس تحت پوشش در شروع اجراي برنامه

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

- دريافت قرص آهن مورد نياز از كميته استاني و ارسال قرص آهن به تعداد مورد نياز به مدارس مجري برنامه به صورت ماهيانه

- نظارت بر حسن اجراي برنامه (حداقل يك بار در طول اجراي برنامه براي هر مدرسه)

- جمع آوري و ارسال اطلاعات آماري دانش آموزان تحت پوشش طرح به كميته استاني

- شركت در جلسات توجيهي كه توسط اولياء مدارس براي والدين دانش آموزان برگزار مي شود و همچنين مشاركت در آموزش دادن به دانش آموزان در صورت اعلام نياز مدارس تحت پوشش طرح

- نظارت بر حسن اجراي طرح در داخل مدارس و گزارش به كميته استاني

**تبصره ها:**

**تبصره 1:** مسئول آموزش دانش آموزان بهتراست ازبين كارشناسان مراكزبهداشتي درماني، مراقبين سلامت ورابطين بهداشت انتخاب شوند.

**تبصره 2**: پس از دريافت قرص توسط كميته استان، كميته شهرستان نياز قرص هر مدرسه را بصورت ماهيانه به مدير مدرسه تحويل داده و رسيد دريافت مي نمايد.

**تبصره3:** با توجه به اينكه ساعت آموزشي خاصي براي آموزش بهداشت و تغذيه در واحدهاي درسي دانش آموزان منظور نشده است، مي توان از زمان هايي مانند برنامه آغازين، اقامه نماز، درس تئوري ورزش، درس زيست شناسي و .... استفاده كرد.

**تبصره4:** توزيع قرص بين دانش آموزان بصورت هفتگي به مدت 16 هفته متوالي، ترجيحا“ بعد از صرف ميان وعده به دانش آموزان داده شود و براي هر كلاس بهتر است يك روز خاص جهت توزيع قرص در نظر گرفته شود. بطور مثال روزهاي يكشنبه براي كلاس اول، روزهاي دوشنبه براي كلاس دوم و ...

**تبصره 5:** در ايام ماه مبارك رمضان، قرصها بصورت هفتگي به دانش آموزان تحويل شده تا در منزل، بعد از افطار خورده شود.

**تبصره 6:** در زمان توزيع قرص چنانچه دانش آموزي غايب باشد، مي تواند در روز يا روزهاي بعد دريافت نمايد.

تبصره 7: كليه هزينه هاي مربوط به اين برنامه به عهده وزارت بهداشت مي باشد.

تبصره 8: برنامه توزيع قرص آهن اختياري است اما ضروري است كه كليه دانش‌اموزآن حتي آنانيكه تمايل به مصرف قرص ندارند آموزش كافي را ديده باشند.