



## حضرة أولياء الأمور المحترمين

تحية طيبة وبعد،

نظراً لظهور العديد من حالات الإصابة بأنفلونزا الخنازير في الأردن؛ وحرصاً منا في المدرسة المعمدانية على صحة وسلامة أبنائنا الطلبة، تم وضع خطة مدرسية للعام الدراسي الحالي، والذي يتطلب إنجاح تطبيقها تكثيف الجهود المشتركة ما بين المدرسة والبيت.

بداية وانطلاقاً نحو الهدف المرجو من الخطة ألا وهو الحد من انتشار هذه العدوى في مدرستنا؛ ارتأينا مشاركتكم نشرة التوعية هذه، والتي تحتوي على خطوات روتينية يجب إتباعها بشكل دوري؛ حيث تعتبر جميعها دون استثناء حجر أساس قوي للحد من انتشار عدوى أنفلونزا الخنازير إن لم يكن القضاء عليها ألا وهي :-

- . غسل الأيدي بالماء والصابون لمدة لا تقل عن ( 15 - 20 ) ثانية وبشكل متكرر خلال الدوام المدرسي، وخاصة قبل الشروع بالأكل.
- . استعمال المناديل الورقية المتوفرة في حمامات المدرسة لتنشيف الأيدي بعد غسلها.
- ◀ . استعمال معقم كحولي بنسبة 70% على الأقل بعد غسل اليدين للتأكد من قتل معظم الجراثيم المتراكمة.
- ▶ . الابتعاد عن ملامسة السطوح التي قد تكون ملوثة بالفيروس ومن ثم لمس العين أو الأنف أو الفم؛ فهذه الطريقة هي المثلى لتمكن الفيروس من الدخول للجهاز التنفسي حيث البيئة الملائمة له للتكاثر والانتشار.
- ▲ . تغطية الفم والأنف بمنديل ورقي في حال السعال أو العطس ومن ثم التخلص من هذا المنديل في سلة المهملات فوراً، على أن يقوم الفرد بغسل اليدين بعدها بالماء والصابون.
- ▼ . حث أطفالكم على الحد من استعمال أدوات الغير.
- ◀◀ . حث أطفالكم على ضرورة الابتعاد عن مشاركة الآخرين الطعام من نفس المصدر الوعائي.
- ▶▶ . الحد قدر الإمكان من التواجد في الأماكن المزدحمة.
- ◀◀ . تجنب مخالطة المرضى من الأشخاص.
- \_ . تجنب المصافحة والتقبيل وخاصة في المناسبات الاجتماعية التي يتواجد فيها عدد كبير من الأشخاص.

□□. ترسيخ العادات الصحية السليمة والمتمثلة في التغذية الصحية السليمة ، النوم الكافي النشاط البدني المستمر ، وذلك لتعزيز الجهاز المناعي لدى أولادكم وحمايتهم من الإصابة بالأمراض الموسمية بشكل عام وأنفلونزا الخنازير بشكل خاص.

□☞. ضرورة توفر مناديل ورقية وعلبة صغيرة من معقم كحولي (Hygiene) مع أولادكم لاستخدامها عند الحاجة، وخاصة فيما لو تعذر الوصول للماء والصابون بهدف غسل الأيدي؛ حيث لا تعتبر طريقة استعمال المعقم الكحولي وحده؛ طريقة بديلة تغني عن استعمال الماء والصابون.

□◀. إبقاء أولادكم في المنزل وعدم إرسالهم للمدرسة في حال ظهور أية أعراض كارتفاع درجة الحرارة، القشعريرة، تعب عام، صداع، سعال، ألم بالحلق، سيلان بالأنف، أو وجود إسهال أو قيء.

□▶. في حال استمرار الأعراض المرضية لأكثر من (▶ ☞) ساعة لا بد من التوجه لطلب الاستشارة الطبية للتأكد من عدم إصابة الشخص بفيروس أنفلونزا الخنازير.

□▲. ننصح منظمة الصحة العالمية بشدة الجميع بضرورة التحصين ضد مرض الأنفلونزا الموسمية لما لها من أثر فاعل في تعزيز جهاز المناعة لدى الفرد؛ علما بأن اللقاح ضد مرض الأنفلونزا الموسمية لا يعتبر لقاحا ضد مرض أنفلونزا الخنازير.

□▼. في حال ثبوت إصابة أي فرد من أفراد العائلة الواحدة بمرض أنفلونزا الخنازير؛ يفرض حظر صحي على جميع أفراد العائلة المخالطة لمدة عشرة أيام من تاريخ ظهور الحالة المرضية الأولى.

لمزيد من المعلومات الخاصة بمرض أنفلونزا الخنازير؛ يمكنكم زيارة موقع المدرسة [www.baptist.com.jo](http://www.baptist.com.jo) أو في حال وجود إي استفسار صحي الرجاء الاتصال عبر البريد الإلكتروني الخاص بطبيبة العيادة [drkhsayegh@baptist.com.jo](mailto:drkhsayegh@baptist.com.jo)

شاكرين لكم حسن تعاونكم

مدير المدرسة  
د.برهان مزاهرة

طبيبة المدرسة المعمدانية  
د.خلود حماتي الصايغ