ተላላፊ በሽታዎች እና ተባዮች፤
ተዘውትረው የሚነሡ ጥያቄዎች ለወላጆች እና ለትምህርት ቤት መምህራን

(Communicable Diseases and Common Pests: Frequently Asked Questions (FAQ) for Families and School Staff)

ዲሲ የሕዝብ ትምህርት ቤቶች (DCPS)፣ የትምህርት ቤት ሕንጻዎቻችንን በሚገባ ለመያዝ እና ለተማሪዎቻችን ተገቢውን እንክብካቤ ለማድረግ፣ ትምህርት ቤቶቻችንን፣ የተማሪዎቻችንን፣ የመምህራምን፣ እና የሠራተኞችንን ጤንነት እና ደህንነት የሚያራምዱ ቦታዎች እንዲሆኑ ከጠ ቅላላ የአገልግሎቶች መምሪያ (DGS) እና ከጤና ጥበቃ መምሪያ (DOH) ጋር አብሮ ይሠራል። እነዚህ ተዘውትረው የሚቀርቡ ጥያቄዎች (FAQ)፣ ዲሲፒኤስ የወል የሆኑ የጤንነት እና የደህንነት አሳሳቢ ችግሮችን ለመከላከል፣ እነዚህም በሚከሰቱበት ጊዜ ማድረግ ስለሚገቡን ነገሮች፣ እና የትምህርት ቤቶች ማኅበረሰቦችን መቼ እና እንዴት አድርገን ማሳወቅ ስላለብን ሁኔታዎች መረጃዎች ይሰጠናል።

ተማሪዎችን ጤናም አድርጎ ለመጠበቅ፣ ዲሲፒኤስ ተግባሩን የሚያከነውነው እንዴት ነው?

በዲስፒኤስ የማዘጋጃ ቤት ደንብ (http://tinyurl.com/z957xe2) ላይ ተዘርዝሮ በተቀመጠው መሠረት፣ ተማሪዎችን ጤናም አድርጎ ለመጠበቅ እና የበሽታዎችንም መዛመት ውሱን ለመድረግ ነው። ተማሪዎች፣ መምህራን እና ሠራተኞች በሚያስሉበት እና በሚያስነጥሱበት ሰዓት፣ በመጸዳጃ ወረቀት(tissues) እንዲጠቀሙ የሚበረታታቱ ወይንም በልብሶቻቸው እጅታዎች ውስጥ እንዲያስሉ እና እንዲያስነጥሱ፣ እንዲሁም በተለይም ምግብ ከመመገባቸው በፊት እና መጸዳጃ ቤትም ከገቡ በኋላ በየጊዜው እጆቻቸውን በሣሙና እና በውኃ እንዲታጠቡ እናበረታታለን። ተማሪዎችም በተጨማሪ፣ ጤነንት በማይሰማቸው ጊዜ ወደ ትምህርት ቤታቸው የጤና ጥበቃ ሞግዚት ዘንድ ሊላኩ ይችላሉ። ዲሲፒኤስ፣ የትምህርት ቤት ሕንጻዎች በተማሪዎች ላይ ጉዳት ከማስከተል ነፃ እና ጤናም ሁኔታዎችን የሚያጎለብቱ መሆናቸውን እውን ለማድረግ ከጠቅላላ የአገልግሎቶች መምሪያ (DGS) ጋር አብሮ ይሠራል።።

ተላላፊ በሽታዎች (Communicable Diseases)

ተላላፊ በሽታዎች ምንድን ናቸው?

ተላላፊ በሽታዎች የሚዛመቱ በሽታዎች ሲሆኑ፣ ልክ እንደጉንፋን ከሰው ወደ ሰው የሚተላለፉ በሽታዎች ናቸው። በአንዳንድ በተላላፊ በሽታዎች የተያዙ ሰዎች፣ ለተወሰነ ጊዜ፣ ወይንም አንዳንድ እርምጃዎች እስኪወሰዱ ድረስ ከትምህርት ቤት እንዲወገዱ ይጠየቃሉ። ለምርመራ እና ለአመራር፣ ጤና ጥበቃ መምሪያ (DOH) እንዲያውቃቸው ይደረጋሉ። እነዚህ በሽታዎች፣ ዐይን የሚያቀላ ሕመም (conjunct-tivitis (“pink eye”))፣ ተቅማጥ (diarrhea)፣ የሕጻናትን እና የትንንሽ ልጆችን መተንፈሻ አካሎችን የሚያጠቃ የእንፍልዌንዛ (Haemophilus influenza type B (Hib))፣ ተላላፊ የጉበት በሽታ (hepatitis)፣ ቆዳን የሚያጠቁር ተላላፊ በሽታ (impetigo (bacterial skin infection))፣ በሰውነት ላይ ሽፍታ የሚያስከትል እጅግ ተላላፊ በሽታ (measles)፣ ለሕይወት አስጊ የሆነ የሚተላለፍ ማጅራት ገትር በሽታ (meningitis)፣ በአፍንጫ ውስጥ እና በቆዳ ላይ የሚወጣ በሽታ (MRSA)፡ የምራቅ እጢዎችን የሚያሳብጥ ተላላፊ በሽታ (mumps)፣ ትክትክ (pertussis (“wh ooping cough ”))፣ በፊንጢጣ እና በሴቶች ብልቶች ላይ የሚያሳክክ በሽታ (pinworms)፣ በሕጻናት ሰውነት ቆዳ ላይ የሚበረታ ቀይ የሚያኽ ተላላፊ በሽታ (ring worm)፣ ከአፍንጫ እና ከጉረሮ በሚወጣ ፈሳሽ ንክኪነት በፊት እና በሰውነት ላይ ሽፍ ብሎ የሚታይ በሽታ (rubella)፣ ጭቶ (scabies)፣ በአንጀት፣ በሴቶች ብልት እና ፊንጢጣ ላይ የሚወጣ ቀይ እከክ መሰል ተላላፊ በሽታ(strep infection)፣ የሣንባ ነቀርሣ በሽታ (tuberculosis)፣ እና የፈንጣጣ በሽታ (varicella (“chicken pox”)) በሽታዎችን ያካትታል። ስለ እነዚህ እያንዳንዱ በሽታ አጠባባቅ እና አያያዝ መረጃ በዲሲ የማዘጋጃ ቤት ደንብ (DCMR) (http://tinyurl.com/z957xe2) ላይ ሊገኝ ይችላል።

አንድ ተማሪ፣ አባል መምህር ወይንም ሠራተኛ ተላላፊ በሽታ ይዞታል ተብሎ በሚጠረጠረርበት ጊዜ ምን ይደረጋል?

አንድ ተማሪ ወይንም አባል መምህር፣ ሠራተኛ ከላይ ከተዘረዘሩት ተላላፊ በሽታዎች በአንዱ ተይዞ ይሆናል ተብሎ በሚጠረጠርበት ጊዜ፣ የትምህርት ቤቱ የጤና ሞግዚት ከጤና ጥበቃ መምሪያ የበሽታዎች መነሾ እና ቁጥጥር ጥናት ቡድን (DOH Epidemiology team)፣ ከወላጆች (ተጠርጣሪው ተማሪ ከሆነ)፣ እና ከተማሪው ወይንም መምህርት ሠራተኛው ጤና ጠባቂው መድን ጋር በመሆን ምርመራውን ተከታትሎ ለማጣራት አብረው ይሠራሉ። ዲሲፒኤስም (DCPS) ከትምህርት ቤት ማኅበረሰቦች ጋር ግንኙነቶች ማደረግ እንደሚኖርባቸውብ እና ተማሪዎችም ሆኑ መምህራን፣ ሠራተኞች የሌሎችንም ጤና ለመጠበቅ፣ በየቤታቸው መቅረት እንዳለባቸው ለመወሰን ዲሲፒኤስ የጤና ጥበቃ መምሪያን መመሪያ (DOH) ይከተላል።

በትምህርት ቤቴ አንድ ሰው ተላላፊ በሽታ የያዘው መሁኑን እንዴት ማወቅ እችላለሁ?

የመጀመሪያው ቅድሚያ ተግባራችን የተማሪዎቻችንን፣ የግል መብት (privacy)፣ ጤንነት እና ደህንነት መጠበቅ ነው። ዲሲ ፒኤስ ለትምህርት ቤት ማኅበረሰቦች፣ ግንኙነቶች መቼ እና እንዴት መደረግ እና መገልጽ እንደሚገባቸው ጨምሮ፣ ተማሪዎች ወይንም መምህራን፣ ሠራተኞች፣ የሌሎችን ጤንነት እና ደህንነት ለመጠበቅ ከትምህርት ቤት መቅረት እናዳለባቸው የሚ መለከቱ ጉዳዮችን በተመለከተ የጤና ጥበቃ መምሪያን (DOH) መመሪያዎች ነው የሚከተለው። ከትምህርት ቤት ጋር የሚደ ረጉ የግኑኝነት ውሳኔዎች፣ የትኞቹ ለትምህርት ቤት ማኅበረሰብ መነገር ያለባቸውን ጭምሮ በእያንዳንዱ ዝርዝር ጉዳይ መሠ ረት በጤና ጥበቃ መምሪያ የበሽታዎች ምንሥኤ ጥናት እና ቁጥጥር ቡድን (Epidemiology team) ግኑኝነት በማድረግ ይገለጻል።

የጉንፋን መዛመትን እንዴት ነው መከላከል የምችለው?

ጉንፋን (Flu) በቀላሉ ከሰው ወደ ሰው ይዛመታል። የጉንፋንን መዘመት ለመከላከል የሚረዱ በርካታ መንገዶች ከዚህ በታች ተመልከተዋል።

- *<u>በጉንፋን የመያዝ ምልክቶችን ዕወቅ።</u>* ጉንፋን ሲይዝ ትኩሳትን (100 degrees (ዲግሪስ ፋራናይት) Fahrenheit/37.8 degrees Celsius (ዲግሪስ ሴንቲግራዴ) or greater (ወይም በላይ)) ማሳል፣ የጉረሮ ሕመም፣ የሚንቆረቆር ወይንም ጥቅጥቅ ያለ አፍንጫ፣ ሰውነትን በሞላ መቆረጣጠም እና በጣም የድካም ስሜት ምልክቶችን ያስከትላል። አንዳንድ ሰዎች ደግሞ ሊያስመልሳቸው ወይንም ተቅማጥ ሊያመጣባቸው ይችላል።
- *<u>ካመመህ ከቤትህ ቅር።</u>* ዲሲፒኤስ (DCPS) እና የጤና ጥበቃ መምሪያ (DOH) ጉንፋንን የሚመስሉ ምልክቶች የሚ ያሳዩ ተማሪዎች ወይንም መምህራን፣ ሠራተኞች፣ ለትኩሳት የሚሆን መድኃኒት ሳይወስዱ እና ቢያንሥ ለ 24 ሰዓት ከቤት መቆየት እንዳለባቸው ይመከራሉ። በሚያተኩስ ጊዜ ከቤት መቆየት ጉንፋኑን የምናጋባብቸውን ሰዎች ቁጥር ሊቀንስ ይችላል። የታመሙ ተማሪዎች፣ የህክምና እርዳታ ለማግኘት ካልሆነ በስተቀር በማንኛውም የትምህርት ቤት ከንውን እንቅስቃሴ፣ ከትምህርት በኋላ የልጆች ጥበቃ ላይ፣ ወይንም በማኅበረሰቡ ውስጥ መሳተፍ የለባቸውም። ትምህርት ቤት ባሉበት ሰዓት በጉንፋን የመያዝ ምልክት የሚያሳዩ ተማሪዎች ወደ ቤታቸው እንዲላኩ ይደረጋል።
- *<u>በምታስልበት ጊዜ አፍህን ሸፍን፣ እጆችህንም ታጠብ።</u>* ራስህን እና ሊሎችንም ለመጠብቅ የንጽህና ሀይጅን ልምዶ ችን መከተል በጣም ጠቃሚ ሲሆን፣ ከእነዚህም ጥቂቶቹ የጀርሞችን ስርጭት ለመቆጣጠር፣ በሚያስልህ ጊዜ አፍህን መሸፍን፣ እና በሚያስነጥስህም ሰዓት በመጸዳጃ ወረቅት (እና ከተጸዳዳህበትም በኋላ በሥርዓቱ ማስወገድ) ወይንም የመጸዳጃ ወረቅርት በሌለብት ሰዓት፣ በሸሚዝ ወይንም በኮት እጄታ ውስጥ መጠቀም እና ዐይኖችህን፣ አፍንጫህን እና አፍህን ከመነካካት መታቀብ አለብህ። እጅህን በየጊዜው በሣሙና እና በውሀ መታጠብ ወይንም አልኮልነት ባለው በእጅ መተባበሻ (alcohol-based hand rub) ተጠቀም። የምትጠጣውን መጠጥ የመሳሰሉ፣ ምግብ ወይ ንም ያታጠበ የመመገቢያ እና ምግብ መሥሪያ ቁሳቁስ (utensils) ለሌሎች መስጠት የለብህም።
- *<u>ተከተብ።</u>* ጉንፋን የሚጋባባቸውን ሁኔታዎች ለመቀነስ እና በጉንፋን ያለመያዝ እጅግ በጣም ጥሩው ዘዴ መከተብ ነው።

በየትም ሊታዩ የሚችሉ ተባዮች (Common Pests)

ዲሲፒኤስ (DCPS) የተባዮችን ጥቃት (አይጦች እና ነፍሳቶች) (rodents and insects) በየትምህርት ቤቱ የሚከላከለው እንዴት ነው?

የዲሲፒኤስ ትምህርት ቤቶች ሁሉ፣ አይጦችን እና ነፍሳቶችን የዘውትር የመከላከያ እና የማውደሚያ አገልግሎት ጊዜ ነው ያላቸው። ስለ አይጦች ወይንም ተባዮች በትምህርት ቤት የመገኘት ሁኔታ አሳሳቢ ሆኖ በሚገኝበት ሰዓት፣ የተባዩቹን ቦታ ፈልጎ ለማግኘት፣ እያንዳንዱን ቦታ በሚገባ መርምሮ ለማጣራት፣ ለተባዮች መግቢያ ምክንያት የሆኑትን (ስንጥቆች ወይንም በየግድጋድ ላይ ያሉ መሽሎኪያ ቀዳዳዎች ወዘተ) ሕንጻ ነክ ጉዳዮችን በመጠገን እና በመዝጋት፣ እንዲሁም አስፈላጊ ሆኖ ሲገኝ የተባይ መቆጣጠሪያ እና ማጥፊያ አገልግሎቶችን በማምጣት ዲሲፒኤስ እና የጠቅላላ አገልግሎቶች መመሪያ (DGS) አንድ ላይ አብረው ይሠራሉ።

ትምህርት ቤት የተባይ ማጣፊያ አግለልግሎት አግኝቶ ከሆነ፣ እንዳውቀው እንደረጋለሁ ወይ?

በትምህርት ቤት ትዕይንት በስተጀርባ በርካታ ሁኔታዎች የሚከናወኑ ሲሆን፣ ሕንጻዎችን፣ ለተማሪዎች እና ለመምህራን ዝግጁ እንዲሆኑ እና በትምህርት ላይ እንዲያተኩሩ ለማድረግ አብዛኛውን ጊዜ በየምሽቱ እና በየሣምንቱ ማብቂያ ላይ ቅዳሜ እና እሁድ ይከናወናሉ። እነዚህም ተግባራት፣ ጽዳት፣ ተባዮችን ማጥፋት፣ ሕንጻዎችን በአግባቡ መያዝን ወዘተ የመሳሰሉትን ያካ ትታል። በመሠረቱ የተባይ ችግሮች፣ ተማሪዎችን የማስተማር ተግባር እንዲደናቀፍ ወይንም የመምህራን እና ሠራተኞች

ድህንንነት ላይ ችግር በማያስከትልበት ሰዓት የትምህርት ቤት ማኅበረሰብ እንዲያውቁት ይደረጋል። ዲሲፒኤስ (DCPS)፣ ማኅበረሰብ አቀፍ የሆኑ ማሳሰቢያዎችን ለበለጠ ሥራ አደናቃፊ ለሆኑ አስጊ ሁኔታዎ የሚያቆይ ሲሆን፣ ተባዮች አሳሳቢ ሆነው በሚገኙበት ሰዓት እና ትኩርት የተደረገበት የተባይ ማጥፊያ በሚጠየቅበት ጊዜ ስለ የክትትል እርምጃዎች መምህራን እና ሠራተኞች እንዲያውቁ ይደረጋል።

ትምህርት ቤቴ አይጦች ወይንም ነፍሳቶች ይኖሩበታል ብየ የማምን ከሆነ መናገር ያለብኝ ለማን ነው?

በትምህርት ቤትህ ተባዮች ስለመኖራቸው የሚያሳስብህ ከሆነ፣ እባክህን ከትምህርት ቤትህ ሥራ መሪ ጋር እና/ወይንም ከትምህርት ቤትህ የሥራ ክንውን ቡድን (school operations team) ጋር ተነጋገር። ስለሁኔታዎቹ በመገምገም ተጨማሪ እርምጃዎች እንዲወሰዱ እና አስፈላጊ ሆኖ ሲገኝም ችግሩን ለመቋቋም እና ተጨማሪ የድጋፍ ምንጮች ለማቅረብ፣ ስለሚያሳስብህ ጉዳይ፣ ለዲሲፒኤስ ማዕከላዊ ጽሕፈት ቤት ይቀርባሉ።

የአልጋ ተባይ ምንድን ነው? (What is a bed bug?)

የአልጋ ተባዮች፣ ቡኒ ቀለም ያላቸው፣ ጠፍጣፋ የሆኑ፣ የእንቁላል ቅርጽ ያላቸው ናቸው። እነዚህም አይበሩም ወይንም አይዘሉም። የአልጋ ተባዮች አዛኛውን ጊዜ፣ በሌሊት የተጋለጠ ሰውነትን የሚነክሱ ሲሆን፣ አብዛኛውን ጊዜም ንክሻቸው ቀልቶ የሚያሳክክ፣ ተርታ የያዘ ወይንም አንድ ቦታ ላይ የተከማቹ ጉብታዎችን ይፈጥራሉ። የአልጋ ተባዮች ንክሻዎቻቸው የሚያሳም ሲሆን፣ ነግር ግን በሽታዎች ለማስተላለፋቸው የታወቀ ነገር የለም። ስለ አልጋ ተባዮች ሥዕሎቻቸውን ጨምሮ የበለጠ መረጃ በ https://doh.dc.gov/service/bed-bugs-information. ላይ ማግኘት ይቻላል።

በትምህርት ቤት የአልጋ ተባይ ይኖራል ተብሎ ቢጠረጠር ዲሲፒኤስ የሚያደርገው ምንድን ነው?

የአልጋ ተባዮች ሊዛመቱም ሆነ ወይንም ትምህርት ቤትን መኖሪያቸው አድርገው የመቀጠል ሁኔታቸው እጅግ ያልተለመደ ነው። ነገር ግን የአልጋ ተባይ ይኖራል ተብሎ የሚጠረጠር ከሆነ፣ በቀላሉ የሚታዩ፣ የሚያዙ እና መገደል የሚችሉ ናቸው። የአልጋ ተባይ በትምህርት ቤት በሚገኝበት ጊዜ፣ ችግሩ ለሚመለከታቸው ተማሪዎች ወይንም ወላጆች መረጃዎች ለመስጠት እና ከቤትም እንዲወገዱ ለማድረግ፣ የሚቻለውን አስፈላጊ ማጥፊያ ዘዴዎች ለመስጠት፣ የትምህርት ቤቱ የጤና ጥበቃ ሞግዚት፣ ከጤና ጥበቃ መምሪያ (Department of Health (DOH))፣ ጋር አብራ ትሠራለች። በጣም ላልተለመደ ጭራሽ የተለየ በትምህርት ቤት ለሚከሰት የተባይ ሁኔታ አሳሳቢነት፣ የተባይ መቆጣጠሪያ እና ማጥፊያ ቁጥጥር አገልግሎት ለማግኘት ዲሲፒኤስ (DCPS)፣ ከጠቅላላ አገልግሎት መምሪያ (DGS) ጋር አብሮ በጋራ ይሠራል።

የአልጋ ተባዮች የሚዛመቱት እንዴት ነው?

የአልጋ ተባዮች አብዛኛውን ጊዜ ሰዎች መኝታዎቻ ላይ ይገኛሉ። በምሽትም ሰዎችን የሚነክሱ ሲሆን፣ በየፍራሽ ጠርዞች፣ በአልጋ መከዳዎች፣ በአልጋ ጠርዞች፣ በየግድግዳዎች፣ እና በወለል ሣንቃዎች ውስጥ በቀን ይኖራሉ። በልብሶች እና በሰዎች እቃዎች ውስጥም ይገኛሉ።

የአልጋ ተባዮችን መከላከል የምችለው እንዴት ነው?

የአልጋ ተባዮችን በቤት ውስጥ ለማየት፣ በአልጋ ልብሶች እና እንሶላዎች ላይ እና /ወይንም በፍራሽ ጠርዞች እና መገጣጠሚያ ስፌቶች ዙሪያ ላይ ይመልከቱ። በተጨማሪም የእንቁላል ቅርጽ እና ትንሽ ቡኒ ቀልም ያላቸውን ተባዮች በየአልጋዎችና በየወንበሮች ላይ ማየት ይቻላል። የአልጋ ተባዮችን በይበልጥ ከቤት ፈልጎ ለማግኘት በ https://www.epa.gov/bedbugs ወይንም https://doh.dc.gov/service/bed-bugs-information. ላይ መፈለግ ይቻላል።

የአልጋ ተባዮች ተማሪየን ለህመም ይድራጉታል ወይ?

የአልጋ ተባዩች በጣም ሰውን ሠላም የሚነሱ፣ በሽታዎች የሚያስተላልፉ ወይም ህመም የሚያመጡ ለመሆናቸው የታወቀ ነገር ባይኖርም፣ ተማሪዎች በአልጋ ተባይ ምክንያት ከትምህርት ቤት እንዲቀሩ መደረግ የለባቸውም።

ከቤቴ የአልጋ ተባይ ባገኝ ምንድን ነው ማድረግ ያለብኝ?

ፋራቻ እና ስጋት አያሳድሩ፣ ነገር ግን አይዘግዩ። እነሱን ለቋቋም የሚደርግ መዘግየት፣ ቁጥጥሩን የበለጠ አስቸጋር እንዲህን ያደርገዋል። ተባይ ከቤት ከተገኘ ባለሙያን ያነጋግሩ። የምንጣፍ ላይ ጢንዚዛዎች (Carpet beetles)፣ ቁንጫዎች   , (fleas)፣ መዥገር መሰሎች (ticks)፣ እና ትንንሽ በረሮዎች (small cockroaches)፣ በስህተት የአልጋ ተባዮች ተብለው ሊገመቱ ይችላሉ። የእልጋ ተባዮች መኖራቸው ከተረጋገጠ፣ ቤት ያከራየዎን ባለቤት ወይንም የተባይ ማጥፊያ እና መቆጣጠሪያ (landlord or a pest control professional) ድርጅት ባለሙያን ያነጋግሩ።

በትምህርት ቤት አንድ ሰው የአሊጋ ተባይ እንዳለው እንዴት ነው ማወቅ የምችለው?

የመጀመሪያ ቅድሚያ ተግባራችን የተማሪዎቻችንን የግል መብት እና ደህንነት መጠብቅ ነው። አንድ ተማሪ የአልጋ ተባዮች ያለው መሆኑ ተለይቶ ከታወቀ፣ የተማሪው ወላጆች እርዳታ ማድረግ ከሚያስችሉ ከአስፈላጊ ድጋፍ የመስጫ ሁኔታዎች ጋር (resources) ወላጆች የተገናኙ ለመሆናቸው እርምጃዎች መውሰድ። የአልጋ ተባዮች በአንድ በተወሰነ የራሳቸው ክልል የሚ ኖሩ በመሆናቸው እና በትምህርት ቤት በመላ የመዛመት እቅማቸው ውሱን በመሆኑ ምክንያት የተነሣ፣ በመሠረቱ የአልጋ ተባ ዮች በትምህርት ቤት ስለመገኘቱ፣ ለትምህርት ቤቱ ማኅበረሰብ ዲሲፒኤስ አያሳውቅም። አብዛኛውን ጊዜ፣ የአልጋ ተባይ ወደ ትምህርት ቤት ሊዘልቅ የሚችለው በሰው ልብስ ወይንም በቦራሳ አማካይነት ነው።

በትምህርት ቤት ቅማል ይኖራል ተብሎ የሚጠረጠር ከሆነ ዲሲፒኤስ የሚያደርገው ምንድን ነው?

የቅማል ተባይ ይኖርባቸዋል ተብለው የሚጠረጠሩ ተማሪዎች ሁኔታዎች፣ (ጭንቅላትን ማሳከክ፣ በአንገት አካባቢ ወይንም በጭንቅላት ዙሪያ የተባይ ንክሻዎች መታየት፣ ትናንሽ ቅማሎች በፀጉር ላይ መገኘት) የመሳሰሉ ምልክቶች በሚታዩበት ጊዜ ተማሪው ወደ ትምህርት ቤቱ የጤና ሞግዚት ዘንድ ተወስዶ እንዲታይ መደረግ ይኖርበታል። የማጣራቱ ምርመራ ቅማል መኖ ሩን የሚያረጋግጥ ከሆነ የትምህርት ቤቱ የጤና ሞግዚት፣ የተማሪውን ወላጅ ወይንም ቤተሰብ፣ በተማሪው ላይ ቅማል ስለመገ ኘቱ በመግለጽ ቅማል ስለሚወገድበት መንገድ ማብራሪያ ትሰጣለች። በዲሲ የማዘጋጃ ቤት ደንብ (DCMR) ([http:// tinyurl.com/z957xe2](http://tinyurl.com/z957xe2)) መሠረት፣ ተማሪዎች ወደ ቤት መላክም ሆነ ከትምህርት ቤት መወገድ የለባቸውም። ይህም ከበሽታ ዎች መቆጣጠሪያ ማዕከል (Centers for Disease Control) እና መከላከያ (Prevention (CDC)) እና ከአሜሪካን የሕ ጻናት አካዳሚ (the American Academy of Pediatrics) የመፍትሄ ሀሳቦች ጋር የሚጣጣም ነው። ወላጆች በልጆቻ ቸው ላይ ቅማል መኖሩ ከተረጋገጠበት ዕለት ጀምሮ ልጆቻቸውን ከቅማል የሚጸዱበትን ተግባር በጀመሩ በማግስቱ በወላጅ /አሳዳጊ፡ የማጽዳቱ ጥረት ተጀምሯል ከሚል ማስታወሻ ጋር ወደ ትምህርት ቤቶቻቸው መመለ አለባቸው።

በትምህርት ቤቱ አንድ ሰው የቅማል ተባይ ያለበት ከሆነ ማወቅ የምችለው እንዴት ነው?

የትምህርት ቤቱ የጤና ሞግዚቷ፣ ከጤና ጥበቃ መምሪያ (Department of Health) ዘንድ፣ ቅማል የመገኘቱ ሁኔታ፣ ለትም ህርት ቤት ማኅበረሰብ መገለጽ እንዳለበት ሞግዚቷ፣ የቅማል ተብይ የተገኘባቸውን የተማሪዎቹን ቁጥር እና የእድሜአቸውን ሁኔታ መሠረት በማድረግ፣ የቅማል መገኘት ሁኔታ ምን ያህል በስፋት መገለጽ እንዳለበት ከጤና ጥበቃ መምሪያ (Department of Health (DOH)፣ መመሪያ በመቀበል ለትምህርት ቤት ማኅበረሰብ ማብራሪያ ታቀርባለች። ብዙውን ጊዜ በዚያ ክፍል ለሚገኙ ሌሎች ተማሪዎች ወላጆች፣ ማስታወቂያዎች የሚላኩ ሲሆን፣ ወላጆችም የልጆቻቸውን ጭንቅላት በየጊዜው ለሚቀጥሉት ሁለት ሣምንት እየደባበሱ ቅማል መኖር አለመኖሩን እንዲያጣሩ ይመከራሉ። በርካታ ቁጥር ያላቸው በተለያዩ ክፍሎች ለሚማሩ ተማሪዎች፣ ስለ ቅማል መገኘት ማብራሪያ በሚያስፈልግበት ሰዓት በትምህርት ቤት ማስታወቂያ መጠቀም ይቻላል።

የቅማል ተባይ እንዳይዛመት ማድረግ የምችለው ምንድን ነው?

የፀጉር ቅማሎች፣ ከጭንቅላት ወደ ጭንቅላት የሚዛመቱ ሲሆን መብረር ግን አይችሉም። ተማሪዎች የራስ ቆቦች፣ ማበጠሪያ ዎች፣ ሻሾች፣ ጭንቅላት ላይ የሚጠመጠሙ ነገሮችን ወዘተ የመሳሰሉ መዋዋስ የላባቸውም። ከመተቃቀፍ ይልቅ፣ እጅን ወደ ላይ ሰቅሎ ሠላም ሠላም (High fives) እየተባባሉ እንዲተላለፉ ተማሪዎችን ማበረታታት ነው። ስለ ፀጉር ቅማል የሚያሳስብ ጉዳይ ካለ፣ ለተወሰነ ጊዜ ጭንቅላት ለጭንቅላት ማቀራረብ አስፈላጊ ሆኖ የሚገኝበት የቡድን ክንዋኔ ካለ፣ ሊከናወኑ የሚገባ ቸውን ተግባራት መቀነስ ነው፣ ወይንም ተማሪዎች በጭንቅላቶቻቸው መካከል አንድ ነጠላ ወረቀት በማስከቀመጥ እንዲያከ ናውኑ ወዘተ ማድረግ ይገባል።

አንድ ተማሪ ቅማል ያለበት ሆኖ ሲገኝ፣ የትምህርት ቤቱ የጤና ሞግዚት፣ ክፍል አቀፍ የራስ ፀጉር ምርመራ ታካሂዳለች ወይ?

አብዛኛውን ጊዜ ክፍል አቀፍ የራስ ፀጉር ምርመራ፣ የቅማል ተባዮችን እንዳይዛመቱ ለምግታት ውጤታም አይደሉም። የቅማል ተባይ ይኖርበት ይሆናል ተብሎ የሚጠረጠር ተማሪ፣ በትምህርት ቤት የጤና ጥበቃ ሞግዚት ተመርምሮ መጣራት አለበት። በተጨማሪም፣ የቅማል ተባይ መኖር አለ መኖሩን ለማወቅ እንዴት እንደሚመረመር የማያውቅ ማናቸውም ወላጅ፣ አሳዳጊ ሞግዚት ወይንም መምህር ከትምህርት ቤቱ የጤና ሞግዚት መመሪያ ማግኘት ይችላል።

ጥያቄዎች?

የልጄ ጤንነት ያሳስበኛል። ምንድን ነው ማድረግ ያለብኝ?

ስለ ልጅዎ ጤንነት የሚያሳብዎት ጉዳይ ካለ፣ የልጅዎን የጤና ጥበቃ ድርጅት (medical provider) እባክዎን ያነጋግሩ። የጤና ጠባቂ አገልግሎት ድርጅት ለማግኘት እርዳታ የሚፈልጉ ከሆነ፣ በጤና ጥበቃ የመድን መታወቂያ ካርድዎ በስተጀርባው ላይ በሚገኘው የአገልግሎት አባል ቁጥር አማካይነት ለማነጋገር እባክዎን ይሞክሩ። የጤና አገልግሎት መድን (health insurance) የሚፈልጉ ከሆነ www.dchealthlink.com.ን እባክዎን ይቃኙ።

በዚህ ሠነድ ላይ ስለ ሰፈረው መረጃ ጥያቄዎች አሉኝ። ማንን ነው ማነጋገር ያለብኝ?

ስለ ትምህርት ቤት ንጽሕና አጠባበቅ እና ተባዮችን ስለማስወገድ፣ እንዲሁም ሌሎች ሕንጻ ነክ አያያዝ አሳሳቢ ጉዳዮች ካለዎት እባክዎን በ schooloperations.dcps@dc.gov. አማካይነት ግኑኝነት ለማድረግ ይሞክሩ።

ስለዲሲፒኤስ ጤንነት ነክ (DCPS Health and Wellness) ፖሊሲዎች እና የአሠራሩ ዘዴዎች ለሚኖርዎት ጥያቄዎች እባክዎን የዲሲፒኤስ የጤንነት እና የደህንነት ሥራ መሪ የሆኑትን (DCPS Director of Health and Wellness) ዲያና ብሩስን (Diana Bruce) በ Diana.Bruce@dc.gov ወይንም (202) 442-5103 ወይንም የጤና አገልግሎት ሥራ አስኪያጅ (Manager of Health Services)፣ የሆኑትን ቫለንቲን ብሪትበርዝን (Valentine Breitbarth) በ Valentine.Breitbarth@dc.gov ወይንም በ (202) 719-6555 አማካይነት ያነጋግሩ።