**SKKN: “TĂNG CƯỜNG MỘT SỐ BIỆN PHÁP PHÒNG CHỐNG BỆNH DỊCH TRONG TRƯỜNG MẦM NON”**

**I. ĐẶT VẤN ĐỀ:**

Sức khoẻ là một trạng thái thoải mái, đầy đủ của con người về thể chất, tinh thần và xã hội. Khoẻ về thể chất là liên quan đến bệnh tật, di truyền, dinh dưỡng, luyện tập. Tinh thần thể hiện sự thoải mái trong cuộc sống, sự yêu thương, sự an toàn tâm lý, có niềm tin.

Chúng ta cần coi trọng sức khoẻ, vì mọi người có sức khoẻ thì công tác sẽ tốt, trẻ có khoẻ thì học hành mới tốt, bố mẹ mới yên tâm gửi các cháu để công tác. Trường học cần có một môi trường an toàn – trẻ sống, vui chơi mà không có các nguy cơ xảy ra tai nạn, nơi đó trẻ khoẻ mạnh, sức đề kháng cao giúp trẻ phòng tránh được mọi bệnh tật.

**II. GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ:**

1. **Thực trạng chung:**

Hiện nay trong điều kiện cuộc sống hiện đại, môi trường ô nhiễm vì khói bụi, hoá chất, con người phải đối mặt với nhiều bệnh tật, với vi khuẩn, vi rút biến dị…Đặc biệt là các đợt dịch: SARS, cúm A (H5N1, H1N1), Tả, sốt xuất huyết. Tình hình bệnh dịch diễn biến rất phức tạp, lây lan trong cả cộng đồng. Trong các trường học thường gặp: Sởi, quai bị, thuỷ đậu, sốt xuất huyết, sốt virut, cúm… Do đó vấn đề phòng chống dịch bệnh trong cộng đồng nói chung và trong trường học nói riêng là rất quan trọng. Nó ảnh hưởng rất nhiều đến uy tín của nhà trưởng và sức khoẻ của mọi người.

1. **Biện pháp phòng chống dịch bệnh:**

Được sự quan tâm chỉ đạo của Sở giáo dục và đào tạo, BGH của trường đã nhận thức đúng đắn và đánh giá việc chăm sóc sức khoẻ, dinh dưỡng trẻ mầm non là rất quan trọng. Xác định được sự nguy hại của dịch bệnh, theo kinh nghiệm là: “phòng bệnh hơn chũa bệnh”. Ngay từ đầu đã có kế hoạch chỉ đạo toàn trường thực hiện tốt công tác chăm sóc sức khoẻ, dinh dưỡng cho trẻ và phòng chống bệnh dịch. Trường đang chăm sóc, nuôi dạy trên 500 cháu từ 18 tháng tuổi – 5 tuổi, có 16 lớp, 4 khối: NT, bé, nhỡ, lớn. Có cán bộ y tế chăm sóc sức khoẻ và cân đo, làm sổ sách theo quy định chung. Trường đã thực hiện một số biện pháp có hiệu quả trong công tác chăm sóc nuôi dưỡng trẻ mầm non và phòng chống bệnh dịch như sau:

* 1. **Bồi dưỡng kiến thức chăm sóc sức khoẻ, dinh dưỡng và phòng chống bệnh cho giáo viên, nhân viên toàn trường:**

Mời các bác sỹ khoa dinh dưỡng về trường giảng theo định kỳ hàng năm, nhất là những đợt dịch. Tham gia các lớp học, các cuộc hội thảo của sở, của phòng tổ chức. Cập nhật kịp thời và tìm hiểu kiến thức trong sách, báo, tạp chí, trên các phương tiện thông tin đại chúng… Thực hiện tốt công tác phối hợp giữa các bộ phận trong nhà trường và với các cơ quan hữu quan: Phòng giáo dục, y tế phường, trung tâm y tế Thành phố…

* 1. **Tuyên truyền:**

Việc bảo đản cho các cháu được an toàn, khoẻ mạnh là rất quan trọng. Đồng thời chế độ dinh dưỡng đủ năng lượng, cân đối các chất, đủ vitamin và khoáng chất (đặc biệt là canxi, B1) cũng rất cần thiết để trẻ phát triển toàn diện cả thể chất lẫn tinh thần. Do đó phải hướng dẫn các lớp lồng ghép vào chương trình giáo dục trẻ và tuyên truyền với phụ huynh học sinh nội dung việc chăm sóc sức khoẻ, dinh dưỡng. Tư vấn cho phụ huynh về cách lựa chọn thục phẩm, lên thực đơn phù hợp với trẻ, đảm bảo ATVSTP, cân đối, đủ chất, đủ lượng. Bệnh dịch có ảnh hưởng lớn đến tính mạng con người và cả cộng đồng, đặc biệt là trẻ em sức đề kháng còn rất yếu nên dễ mắc. Trong trường học số người tập trung đông, nhiều thành phần phức tạp, do đó việc tuyên truyền giáo dục ý thức phòng bệnh là cần thiết. Đặc biệt là với phụ huynh học sinh: Có các bảng tuyên truyền ở lớp, ở những nơi mọi người hay qua lại trong trường, hoặc trao đổi trực tiếp với phụ huynh.

* 1. **Ban Giám Hiệu đã kịp thời chỉ đạo, đầu tư cơ sở vật chất:**

Mua sắm trang thiết bị, đồ dùng cho bếp và cho các lớp đảm bảo an toàn, có lợi với sức khoẻ. Mua sắm đầy đủ trang thiết bị y tế, thuốc thiết yếu, thuốc sát trùng, xà phòng rửa tay phục vụ cho việc phòng chống bệnh dịch trong toàn trường.

* 1. **Xây dựng môi trường thân thiện**:

An toàn mọi lúc mọi nơi cho trẻ, thường xuyên kiểm tra và bảo dưỡng đồ dùng đồ chơi, vệ sinh sạch đẹp, thông thoáng, nhiều cây xanh, hoa theo mùa. Tạo môi trường phù hợp, gần gũi với trẻ từ ở lớp học, nhà vệ sinh, bếp, đến môi trường xung quanh: đồ dùng, đồ chơi tự tạo, trang trí sắp xếp theo chủ đề.

* 1. **Một số nguyên tắc:**

Theo yêu cầu của sở GD&ĐT và sở y tế về công tác học đường. Thực hiện quy chế nuôi dạy trẻ mầm non, để làm tốt công tác chăm sóc sức khoẻ, dinh dưỡng và phòng chống bệnh. Chúng tôi đã thực hiện. Một số nguyên tắc sau:

* ***Công tác chăm sóc sức khoẻ của trẻ:***

- Hàng ngày theo dõi sức khoẻ của trẻ từ khi trẻ đến lớp đến khi trả trẻ. Khi chuyển mùa, khí hậu thay đổi phải chú ý để có biện pháp phòng ngừa và phát hiện kịp thời. Ghi sổ nhật ký sức khoẻ hàng ngày, có diễn biến gì đặc biệt không.

- Kiểm tra sổ nhật ký đo thân nhiệt hàng ngày theo dõi sức khoẻ của trẻ ở các lớp. Tủ thuốc ở phòng y tế, phụ huynh phải ghi rõ các loại thuốc gửi cho con uống: tên học sinh, tên lớp, tên các loại thuốc, giờ uống, liều lượng, hạn sử dụng, chữ ký của phụ huynh. Kiểm tra sĩ số học sinh hàng ngày, tổng hợp danh sách học sinh nghỉ học của từng lớp, rà soát lí do trẻ nghỉ học để báo cáo lên trên. Đồng thời các lớp phải chú ý theo dõi các cháu vừa nghỉ ốm khi đi học lại, nếu vấn đề về sức khỏe báo ngay cho phụ huynh đón trẻ về và báo cáo lên BGH những trường hợp đặc biệt. Kiểm tra sĩ số học sinh hàng ngày, tỉ lệ chuyên cần hàng tháng. Kiểm tra, đôn đốc công tác vệ sinh các lớp, các phòng năng khiếu và môi trường xung quanh trường học.

- Trang bị cấp cứu, tủ thuốc của trường gồm có: Dụng cụ cấp cứu và thuốc thiết yếu. Định kỳ kiểm tra và mua bổ xung cơ sở vật chất, phương tiện, dụng cụ, thuốc men cho phòng y tế. Mua tài liệu về chăm sóc sức khoẻ và tham gia các lớp tập huấn học tập về chăm sóc sức khoẻ của trẻ do sở, phòng tổ chức.

- Đầu năm và cuối năm nhà trường và bộ y tế kết hợp tổ chức khám sức khoẻ cho trẻ, qua đó nắm được các cháu mắc bệnh mãn tính, nếu cháu nào mắc bệnh thì phải nhắc nhở, hướng dẫn phụ huynh cho trẻ đi điều trị sớm. Nếu gia đình vẫn tiếp tục cho đi học thì phải làm đơn xin cam đoan. Nếu trẻ suy dinh dưỡng thì nhà trường và gia đình phải phối hợp có chế độ ăn bổ sung cho trẻ: uống thêm sữa, tăng thêm bữa. Trẻ béo phì phải hạn chế đồ ngọt, chất bột đường, tăng cường vận động.

- Theo quy định chung của sổ sách y tế gồm có:

+ Sổ nhật ký đo thân nhiệt của từng lớp: ghi rõ tên lớp, ngày tháng, họ tên học sinh, nhiệt độ của từng trẻ vào các khung giờ: đón trẻ - ngủ trưa - trả trẻ.

+ Sổ sức khoẻ của từng cháu: Biểu đồ sức khoẻ theo dõi cân nặng và chiều cao định kỳ. Lên lịch cân cho từng lớp, nếu cháu nào nghỉ học sẽ cân bù vào ngày sau khi cháu đi học.

+ Sổ theo dõi sức khoẻ của trẻ toàn trường: số cháu kênh bình thường, tỉ lệ suy dinh dưỡng, béo phì, tỉ lệ bệnh tật và tăng, giảm cân.

+ Sổ theo dõi trẻ suy dinh dưỡng, béo phì và mắc các bệnh mãn: tim, hen, động kinh, tự kỷ…

* ***Công tác phòng chống bệnh dịch:***

Để làm tốt công tác phòng chống dịch bệnh trong trường, trước tiên mỗi người phải hiểu được quá trình dịch bệnh. Nắm vững nguyên tắc phòng chống dịch, vệ sinh trường học và thực hiện tốt các biện pháp phòng chống bệnh như sau:

*\* Xây dựng tiêu chuẩn vệ sinh trường học theo yêu cầu chung, phù hợp với tình hình đặc điểm của nhà trường:*

- Địa điểm xây dựng: ở nơi cao ráo sạch sẽ, sáng sủa yên tĩnh. Thuận tiện cho việc đi lại, xa nơi phát sinh ra khí độc, khói bụi, tiếng ồn.

+ Sân trường bằng phẳng rộng rãi có rãnh thoát nước.

- Các công trình:

+ Cung cấp nước sạch: Có đủ nước sạch đã đun sôi cho học sinh uống. Nước sinh hoạt, tắm rửa phải là nước máy.

+ Nhà vệ sinh xây dựng đảm bảo các điều kiện vệ sinh của giáo viên riêng và của học sinh riêng, nam riêng, nữ riêng.

+ Hàng ngày thu gom rác ở các lớp, các phòng và sân trường về một chỗ, phải có thùng chứa rác theo quy định.

+ Có hệ thống cống rãnh kín để dẫn thoát nước mưa, nước thải từ trường vào hệ thống cống chung.

+ Nhà bếp: Đảm bảo trật tự vệ sinh thực hiện theo thông tư 04/1998/TT/BYT của Bộ Y Tế ban hành ngày 23 tháng 03 năm 1998 hướng dẫn thực hiện quản lý an toàn vệ sinh thực phẩm.

+ Vệ sinh lớp học: Đảm bảo không khí thông thoáng: Nhắc các cô giáo mở quạt vừa phải, mát về mùa hè, ấm về màu đông. Đảm bảo đủ ánh sáng: Thường xuyên kiểm tra hệ thống đèn điện, mở hết cửa sổ khi trẻ hoạt động và học tập. Đảm bảo thoáng, khô ráo, bằng cách dùng máy hút ẩm cho các lớp khi trời nồm. Sắp xếp đồ dùng, đồ chơi gọn gàng ngăn nắp.

+ Tổng vệ sinh chung: Cọ rửa nền nhà, hành lang bằng xà phòng hàng tuần. Phòng ăn, ngủ, học, chơi đảm bảo thông thoáng khí đủ ánh sáng, đảm bảo yên tĩnh và lau dọn thường xuyên.

- Môi trường xung quanh:

+ Trồng cây xanh, bố trí cây cảnh theo nhiều dáng kiểu để tạo bóng mát, vẻ đẹp xanh sạch cho cảnh quan môi trường sư phạm.

+ Thường xuyên quét dọn vệ sinh khu vực trong và ngoài trường.

*\* Xây dựng kế hoạch đối với công tác y tế học đường trong trường mầm non:*

- Tổ chức tốt việc chăm sóc sức khoẻ của trẻ trong trường theo kế hoạch.

- Đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm:

+ Ngoài những biện pháp qui định trong các chương trình, chúng tôi đã ký kết hợp đồng cam kết đảm bảo mua thực phẩm sạch.

+ Thực hiện mua thức ăn tươi, ngon đảm bảo vệ sinh an toàn cho trẻ.

+ Phải thực hiện ký hợp đồng mua thực phẩm sạch với các nhà cung cấp tin cậy, có địa chỉ rõ ràng.

+ Chế biến đúng quy trình, thực hiện thực đơn của trường. Đảm bảo vệ sinh và dinh dưỡng cho trẻ.

+ Bảo quản thức ăn, nước uống cho trẻ an toàn.

+ Thực hiện lưu nghiệm thức ăn, nước uống 24 giờ: có sổ theo dõi ghi rõ ngày giờ. + Vận hành bếp một chiều, hợp vệ sinh. Các dụng cụ chế biến sống và chín phải riêng biệt.

* *Diệt khuẩn, diệt côn trùng, diệt chuột:*

+ Nhằm mục đích đề phòng bệnh khi có dịch xảy ra ở địa phương. Nếu có trẻ mắc bệnh, sau khi chuyển đi thì phải diệt khuẩn lần cuối để thanh toán hoàn toàn mầm bệnh. Diệt khuẩn dự phòng để ngăn chặn bệnh truyền nhiễm nảy sinh và lan rộng. Đặc biệt chú ý khử khuẩn nước, xử lý phân, rác thực hiện các quy tắc về vệ sinh cá nhân.

+ Nhà trường thường xuyên phun thuốc muỗi và chống côn trùng 6 tháng một lần bằng thuốc của trung tâm y tế dự phòng (Để đảm bảo không độc hại với trẻ vào chiều tốt ngày thứ 6 khi trẻ về hết mới phun thuốc).

+ Tổ chức diệt chuột: Được tiến hành vào đầu mùa xuân. Có đặt thuốc đảm bảo khoa học đúng yêu cầu và không gây nguy hiểm với trẻ.

+ Thường xuyên kiểm tra định kỳ các khu vực vệ sinh và cống rãnh thoát nước một tháng một lần. Đồng thời cho khơi, nạo vét cống, hố ga, đường thoát nước…

*\* Công tác phối hợp giữa các bộ phận trong nhà trường và cộng đồng:*

- Cùng tổ chức, tham gia các lớp tập huấn công tác phòng chống dịch bệnh cho cán bộ, giáo viên, nhân viên trong trường.

- Phối hợp với các cô giáo lồng ghép giáo dục cho học sinh về những hiểu biết tối thiểu trong việc phòng chống dịch bệnh: Dạy trẻ cách giữ gìn vệ sinh cá nhân và vệ sinh thân thể, cách nhận biết những con côn trùng có hại gây nguy hiểm tới cuộc sống…

- Phối hợp chặt chẽ với cha mẹ học sinh để cùng thực hiện tốt những nội dung phòng bệnh ở gia đình góp phần nâng cao hiệu quả của những biện pháp đã thực hiện ở trường.

+ Trường có các góc tuyên truyền với cha mẹ học sinh: Những hình ảnh và thông tin về phòng chống bệnh dịch.

+ Gặp gỡ, tư vấn cho cha mẹ học sinh trao đổi khi cần thiết về tình hình sức khoẻ của trẻ.

- Phối hợp chặt chẽ với y tế phường để có kế hoạch chủ động đối phó, không để dịch bệnh xảy ra. Định kỳ tiêm phòng vác xin cho trẻ theo quy định.

*\* Thường xuyên kiểm tra vệ sinh y tế học đường:* Cán bộ y tế thường xuyên kiểm tra vệ sinh, công tác an toàn phòng dịch bệnh, theo dõi sức khoẻ của trẻ hàng ngày, báo cáo kết quả kịp thời để xin ý kiến chỉ đạo của BGH nhà trường trong công tác phòng chống dịch.

*\* Nắm bắt thông tin kịp thời, chính xác:*  Để tham mưu với nhà trường về công tác phòng chống dịch khi ngoài cộng đồng có dấu hiệu dịch bệnh xuất hiện. Nhận và thực hiện tốt các công văn chỉ đạo của cấp trên đưa xuống, đặc biệt là các đợt dịch lớn như tả, cúm H5N1, H1N1, sốt xuất huyết.

1. **Cách xây dựng thực đơn hàng ngày cho trẻ:**

- Ngoài việc thực hiện tốt các công tác chăm sóc sức khoẻ cho trẻ, trường chúng tôi còn chú trọng tới việc nâng cao chất lượng nuôi dưỡng trẻ. Đặc biệt là xây dựng thực đơn, tính khẩu phần dinh dưỡng cân đối phù hợp. Khi xây dựng thực đơn yêu cầu phải đảm bảo các nguyên tắc sau:

+ Xây dựng thực đơn theo mùa, mùa nào thức ấy. Bởi vì nếu ăn thực phẩm trái mùa thường xuyên có nhiều thuốc kích kích, giá cả lại đắt. Những món ăn nóng phù hợp với mùa đông (Thịt kho tàu, thịt bò sốt vang, canh củ quả nấu thịt xương hầm…), món ăn mát cho mùa hè (Thịt sốt cà chua, bí xanh nấu với tôm, canh mồng tơi nấu cua, cải xanh nấu với cá…)

+ Đảm bảo 5 ngày trong tuần thực đơn không trùng nhau. Tránh các thực phẩm xung khắc (Giá đỗ - gan, hải sản – hoa quả…) Ký kết hợp đồng và đặt thực phẩm ở nơi có uy tín, an toàn vệ sinh thực phẩm, có thể thêm hoặc bớt thực phẩm trước 9 giờ sáng hàng ngày.

+ Đủ lượng, đủ tiền, giao nhận thực phẩm đầy đủ theo quy định chung. Phối hợp cùng các cô giáo, cô nuôi cho trẻ ăn ngon miệng, ăn hết suất.

+ Cung cấp đủ năng lượng 650 – 850 calo trong 1 ngày ở trường cho 1 trẻ. Cân đối các chất theo tỷ lệ P =14 – 20 %, L =18 – 25%, G = 60 – 65%. Cân đối giữa thực phẩm động vật và thực vật, giữa mỡ và dầu ăn. Thực đơn giàu vitamin và khoáng chất, đặc biệt là canxi, B1 đảm bảo canxi: 180 – 350 mg/ngày/trẻ và B1: 0,4 – 0,8 mg/ngày/trẻ.

**III. KẾT LUẬN:**

1. **Kết luận:**

- Trong công tác chăm sóc sức khoẻ, dinh dưỡng và phòng chống bệnh dịch ở trường chúng tôi đã thu được một số kết quả sau:

+ Nhà trường đã thực hiện tốt công tác chăm sóc trẻ và các quy định về cách phòng chống bệnh dịch. Chất lượng nuôi dạy trẻ tốt, trẻ khoẻ mạnh, cuối năm giảm tỷ lệ suy dinh dưỡng và béo phì. Toàn thể giáo viên và nhân viên trong trường đều nắm vững các kiến thức về nuôi dưỡng và cách sơ cấp cứu ban đầu, phòng chống bệnh dịch. Lồng ghép kiến thức vào dinh dưỡng và cách sơ cấp cứu ban đầu, phòng chống bệnh dịch. Lồng ghép kiến thức vào chương trình học của trẻ, giúp trẻ nhận thức được và có ý thức phòng dịch bệnh.

+ Tuyên truyền đến từng phụ huynh học sinh về chăm sóc, nuôi dưỡng trẻ và phòng chống một số loại bệnh nguy hiểm.

+ Không để xảy ra dịch bệnh trong trường. Đảm bảo môi trường xanh sạch đẹp, an toàn.

+ Thường xuyên báo cáo kịp thời công tác chăm sóc, nuôi dưỡng trẻ và phòng chống dịch bệnh của trường lên cấp trên.

+ Là trường có uy tín, được sự tín nhiệm của xã hội và các bậc cha mẹ học sinh.

1. **Bài học kinh nghiệm:**

Để thực hiện tốt công tác chăm sóc sức khoẻ và phòng chống dịch bệnh ở trường mầm non là nhờ có sự quan tâm chỉ đạo của phòng mầm non sở giáo dục và đào tạo, Lãnh đạo phòng giáo dục và đào tạo Thành phố và sự chỉ đạo kịp thời của BGH nhà trường.

- BGH luôn quan tâm chỉ đạo công tác chăm sóc sức khoẻ và phòng chống dịch bệnh, góp phần nâng cao chất lượng chăm sóc trẻ trong nhà trường. Xây dựng kế hoạch và đôn đốc các lớp, các bộ phận trong trường thực hiện tốt kế hoạch.

- Phối hợp chặt chẽ giữa các bộ phận và các lớp, giữa nhà trường với phụ huynh học sinh và các cơ quan hữu quan.

- Cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ công tác chăm sóc trẻ, phòng chống dịch bệnh của trường đầy đủ, đúng tiêu chuẩn quy định của ngành.

- Giáo viên, nhân viên nghiêm túc chấp hành quy chế, quy định của ngành về nuôi dưỡng trẻ và phòng chống dịch bệnh trong nhà trường. Có tinh thần trách nhiệm trong công việc, yêu nghề mến trẻ, tận tình chăm sóc nuôi dưỡng, dạy dỗ trẻ.

- Các bậc cha mẹ học sinh nhiệt tình, tích cực phối hợp với nhà trường.

Trên đây là một số kinh nghiệm của bản thân tôi trong công tác chăm sóc sức khoẻ, nuôi dưỡng trẻ và phòng chống dịch bệnh ở trường mầm non. Rất mong được sự đóng góp ý kiến của các cấp lãnh đạo và các đồng chí, để chúng tôi thục hiện ngày càng tốt hơn.

Tôi xin trân thành cảm ơn!

Hà Nội, Ngày 19 tháng 04 năm 2020.