



# كيف تحمي التلاميذ في المدارس ودور الحضانة

## الإنفلونزا الموسمية



علِّم التلاميذ أهمية تغطية الفم  
والأنف أثناء السعال أو العطاس  
بالمرفق أو بمنديل ورقي أو منديل  
نظيف من القماش



تأكد من توافر الماء والصابون  
والمطهرات طوال الوقت، وتأكد  
من تكرار غسل التلاميذ  
لأيديهم



اترك نوافذ الفصل مفتوحة،  
على الأقل خلال أوقات الراحة،  
حتى في الطقس البارد،  
لضمان التهوية الجيدة



ينبغي تنظيف دورات المياه  
والأرضيات وسائر الأسطح في  
الفصل، بما فيها المناضد  
والمقاعد واللعب ومقابض  
الأبواب والنوافذ ودورات المياه  
بانتظام باستخدام المطهرات



إذا ظهرت على أحد التلاميذ  
أعراض الإنفلونزا، باعد بينه وبين  
زملائه وسارع بإبلاغ والديه



احذر أعراض الإنفلونزا وأهمها:  
ارتفاع درجة الحرارة لأكثر من 38 درجة مئوية  
سيلان الأنف، والسعال  
الصداع، وآلام العضلات والمفاصل



احرص على أن تكون عملية دخول  
وخرج التلاميذ إلى ومن الفصول  
هادئة ومنظمة قدر المستطاع،  
للحد من الازدحام غير الضروري



احرص على إبقاء التلاميذ  
والعاملين الذين تظهر عليهم  
أعراض الإنفلونزا بعيداً عن  
المدرسة



علِّم التلاميذ أن يتجنبوا تبادل  
أكواب الشرب والمناشف وغيرها  
ويتجنبوا لمس العينين أو الأنف  
أو الفم دون غسل اليدين



شجع التلاميذ والعاملين على  
تجنب العناق والتقبيل عند خيئة  
أي شخص خلال موسم  
الإنفلونزا، خاصة إذا ظهرت على  
التلاميذ أعراض المرض

الغالبية العظمى من المصابين بالإنفلونزا الموسمية يشعرون بالتحسن دون تدخل طبي

لمزيد من المعلومات :

[www.who.int/topics/influenza/ar](http://www.who.int/topics/influenza/ar)

الوقاية خير من العلاج

مَنْظَمَةُ الصِّحَّةِ الْعَالَمِيَّةِ  
المكتب الإقليمي لشرق المتوسط