

ابزار، نکات و آخرین
اطلاعات برای کمک به
والدین در رویارویی با
چالش بازگشت به
مدرسه

خبرنامه شماره 2

بازگشت ایمن به مدرسه

در دوران کووید-۱۹



بازگشایی مدارس چه زمانی ممکن است؟

اکنون کانتی ساکرامنتو دارای نرخ تعدیلی موارد مثبت کمتر از 25 نفر در 100,000 جمعیت است که کانتی ساکرامنتو را واجد شرایط روند بازگشایی مدارس ابتدایی می‌کند. اگرچه این کانتی هنوز در Purple Tier (رده ارغوانی) است، اما مدرسی که پایه های K-6 را دارند می‌توانند در صورت تکمیل طرح ایمنی کووید-۱۹ (CSP) و انتشار آن در صفحه اصلی وبسایت خود و تسلیم CSP به افسر بهداشت محلی و State Safe Schools for All Team (تیم مدارس ایمن ایالت برای همه) و نبود هر گونه نقص شناسایی شده، اقدام به بازگشایی برای آموزش حضوری کنند.

طبق [CDPH COVID-19 Reopening In-Person Instruction Framework & Public Health Guidance for K-12 Schools in California](#) [چهارچوب بازگشایی

آموزش حضوری در دوران کووید-۱۹ CDPH و راهنمای بهداشت عمومی ویژه مدارس K-12 در کالیفرنیا، مدارس ابتدایی (K-6) که قبلاً برای آموزش حضوری بازگشایی نشده‌اند می‌توانند بعداً فراهم آوردن شرایط لازم مندرج در راهنما، اقدام به این کار کنند. مدرسی که قصد باز کردن آموزش حضوری ابتدایی را دارند، باید:

1. طرح ایمنی کووید-۱۹؛
2. طرح پیشگیری Cal/OSHA؛ و
3. [چک لیست راهنمای مدرسه کووید-۱۹](#)

تکمیل شده را به اداره بهداشت عمومی کانتی ساکرامنتو (SCPH) و اداره کالیفرنیا ارائه دهند.

مشروط به بازبینی اداره بهداشت عمومی (CDPH). اگر مدارک مدارس تأیید شود یا اگر نیاز به تغییر داشته باشند، SCPH طی هفت روز کاری به آنها اطلاع می‌دهد.

مدارس راهنمایی و دبیرستان (پایه 7-12) که قبلاً برای آموزش حضوری باز نشده‌اند می‌توانند روز بعد از تغییر وضعیت کانتی ساکرامنتو به Red Tier 2 (رده 2 قرمز)، این کار را انجام دهند که در حال حاضر به نرخ تعدیلی موارد مثبت کمتر از 7 نفر در 100,000 به مدت دو هفته متوالی نیاز دارد.

نرخ تعدیلی موارد مثبت

هنگام تعیین آستانه فعالیت‌های مجاز، ملزم هستیم از نرخ تعدیلی موارد مثبت (ACR) نشان داده شده در صفحه وب [CA Blueprint for a Safer Economy](#)، نه داشبورد SCPH، استفاده کنیم که از دوره اختلاف زمانی کوتاه‌تری استفاده می‌کند. CDPH معمولاً ACR را حدود ظهر سه‌شنبه‌ها به روز می‌کند.

مراجعه به محل مدرسه

ضمن اینکه مدارس نحوه بازگشایی ایمن برای آموزش و فعالیت‌های حضوری را مورد بررسی قرار می‌دهند، اداره بهداشت عمومی کانتی ساکرامنتو در حال برنامه ریزی مراجعات به محل مدرسه است تا به مدارس در اجرای راهبردهای تعدیلی برای حفاظت از دانش آموزان، معلمان و کارکنان و کاهش شیوع کووید-۱۹ کمک کند. Ruth Love و تیم پرستاری مدرسه ما در حال حاضر برای بازدید از تمامی مدارس در دسترس هستند.

در این شماره

- 2 ماسک زدن کودکان
- 2 عفونت در کودکان
- 3 آخرین اطلاعات ورزش مدارس
- 3 درباره واکسن





ماسک زدن کودکان

هنوز با گذشت یک سال از این پاندمی، هنوز چیزهای زیادی ناشناخته مانده است. ما می‌دانیم که موفقیت در پیشگیری از انتقال ویروس کووید-۱۹ در مدارس ظاهراً به رعایت اقداماتی از جمله ماسک زدن مناسب و گسترده (و سایر اقدامات) **همراه** با انجام تمام تلاش خود برای کنترل شیوع بیماری در جامعه بستگی دارد. اداره بهداشت عمومی کالیفرنیا همه دانش آموزان و کارکنان مدارس بالای ۲ سال، بدون معافیت پزشکی را ملزم می‌دارد که در مدرسه ماسک بپوشند. با افزایش مدارس منطقه کانتی ساکرامنتو که در جهت بازگشایی تلاش می‌کنند، می‌خواهیم از شما خواهش کنیم فرزندان را برای سال تحصیلی آماده کنید که ممکن است متفاوت از سالهای قبل به نظر برسد. والدین می‌توانند پوشیدن ماسک را در خانه تمرین کنند و نحوه پوشیدن صحیح ماسک را به کودکان نشان دهند. ماسک زدن صحیح، طبق تصویر زیر نشان داده است که حفاظت بیشتری در پیشگیری از انتشار ویروس کووید-۱۹ در مقایسه با ماسک زدن نامناسب فراهم می‌کند.

برای اینکه ماسک کارآمد باشد باید:

- بینی و دهان، هر دو را بپوشانید
- آن را در دو طرف صورت کمی تنگ اما راحت ببندید
- آن را با لاله گوش یا گره محکم کنید
- از چند لایه پارچه استفاده کنید
- امکان تنفس بدون محدودیت را فراهم کنید
- پس از استفاده آن را به دقت بشویید و خشک کنید



Source: U.S. Centers for Disease Control and Prevention

عفونت کووید-۱۹ در بین کودکان

تعداد و نرخ موارد ابتلا در کودکان در ایالات متحده به طور پیوسته در حال افزایش بوده است، با این حال، نرخ صحیح عفونت کووید-۱۹ در کووید-۱۹ به دلیل عدم آزمایش گیری گسترده و اولویت آزمایش برای بزرگسالان و افراد دارای بیماری جدی، نامشخص است. نرخ بستری کودکان بسیار کمتر از نرخ بستری بزرگسالان مبتلا به کووید-۱۹ است و حاکی از آن است که کودکان احتمالاً در مقایسه با بزرگسالان، به نمونه خفیف‌تر بیماری کووید-۱۹ مبتلا می‌شوند.

به نظر می‌رسد دوره نهفتگی در کودکان و بزرگسالان یکسان باشد، ۲-۱۴ روز با نرخ متوسط ۶ روز. کودکان مبتلا به کووید-۱۹ ممکن است بسیاری از علائم کووید-۱۹ را داشته باشند، تنها چند علائم (از جمله علائم تنفسی فوقانی یا تنها علائم معده‌ای) داشته باشند یا اینکه هیچ علائمی نداشته باشند. به گفته CDC، شایع‌ترین علائم در کودکان سرفه و/یا تب است. شواهد حاکی از آن است که نیمی از عفونت اطفال ممکن است بدون علائم باشد (Clin Infect Dis). نشانه‌ها و علائم کووید-۱۹ در کودکان مشابه علائم سایر عفونت‌ها و بیماری‌های غیرواگیردار شامل آنفلوانزا، گلودرد میکروبی و آلرژی‌ها است. نبود علائمی خاص و نسبت قابل توجه عفونت‌های بدون علائم غربالگری مبتنی بر علائم برای شناسایی SARS-CoV-2 در کودکان را به طور ویژه ای چالش برانگیز می‌کند.

بسیاری از مدارس با مقامات اداره بهداشت عمومی همکاری نزدیکی دارند تا با اهداف نظارتی، تشخیص، غربالگری یا زمینه شیوع و مشاوره بهداشت عمومی، از دانش آموزان، معلمان یا کارکنان آزمایش بگیرند.

از کودکان آزمایش بگیرید

هر شخص ساکن در این کانتی که ۲ سال یا بیشتر دارد، می‌تواند در ۱۳ محل آزمایش محلی در کانتی ساکرامنتو آزمایش دهد. محل‌های آزمایش را [اینجا](#) بیابید

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد نحوه پوشیدن صحیح ماسک، از [HERE](#) دیدن کنید

درباره ورزش مدارس چگونه؟

اداره بهداشت عمومی کالیفرنیا [راهنمای جدید](#) را منتشر کرد که از تاریخ 26 فوریه برای تمامی ورزش‌ها و سرگرمی‌های سازمان یافته جوانان اجرا می‌شود. در تاریخ 5 مارس، اطلاعات جدیدی اضافه شد که:

- پوشیدن ماسک را برای شرکت کنندگان ورزش های جوانان و بزرگسالان، مربیان و کارکنان تدارکات الزامی می‌دارد.
- مقرر می‌کند که تیم‌ها می‌توانند تنها زمانی به رقابت‌ها بازگردند که الزامات شدیدتری را برای تیم‌های کالج رعایت کنند که شامل الزامات شدید آزمایش‌گیری برای هر مسابقه، رعایت پروتکل‌های ردگیری تماس و هماهنگی با مقامات بهداشت محلی می‌شود.

راهنمای ایالتی دستورالعمل فعالیت‌های ورزشی و سرگرمی سالنی و فضای باز جوانان و بزرگسالان را برای حمایت از محیطی امن برای این ورزش‌ها فراهم می‌کند. این راهنما برای تمامی ورزش‌ها و سرگرمی‌های سازمان یافته جوانان - شامل برنامه‌های تحت حمایت مدارس و جوامع محلی و باشگاه‌ها و لیگ‌های خصوصی - اجرا می‌شود. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره راهنمای ایالتی، از آدرس زیر دیدن کنید:

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CI/D/DCDC/Pages/COVID-19/outdoor-indoor-recreational-sports.aspx>

واکسن کووید-۱۹ برای چه سن‌هایی مجاز شده است؟

واکسن فایزر (Pfizer) برای سنین 16 سال و بالاتر مجاز شده است. واکسن مدرنا (Moderna) و جانسون و جانسون (Johnson & Johnson) در حال حاضر برای سنین 18 سال و بالاتر مجاز شده است. شرکت‌ها کارآزمایی‌ها را برای کودکان جوان‌تر شروع کرده‌اند.

با توجه به اینکه واکسن فایزر از قبل برای سنین 16 سال و بالاتر مجاز شده است، نوجوانان در این رده سنی چه زمانی می‌توانند آن را دریافت کنند؟

به خاطر داشته باشید نوجوانان و کودکان عموماً در معرض خطر بالای بیماری شدید کووید-۱۹ نیستند. به این دلیل، حتی نوجوانانی که سن مناسب دریافت واکسن کووید-۱۹ فایزر را دارند احتمالاً در گروه آخر دریافت آن قرار خواهند داشت. چند استثنا وجود دارد: افراد 16 ساله و بزرگتر با بیماری‌های پرخطر و افراد 16 ساله و بزرگتر که عضو اصناف ضروری هستند ممکن است این فرصت را داشته باشند که واکسن را زودتر دریافت کنند.

واکسن جدید جانسون و جانسون

واکسن جانسون و جانسون (Johnson & Johnson) در حال حاضر برای سنین 18 سال و بالاتر مجاز شده است. به این واکسن، واکسن وکتور ویروسی گفته می‌شود. برای تولید این واکسن، تیم جانسون و جانسون یک آدنوویروس بی‌ضرر - وکتور ویروسی - را گرفتند و بخش کوچکی از دستورالعمل‌های ژنتیکی آن را با ژن‌های کروناویروس پروتئین اسپایک SARS-CoV-2 تعویض کردند.

واکسن وکتور آدنوویروس ایمن است زیرا آدنوویروس نمی‌تواند در سلول‌های انسان تکثیر شود یا باعث بیماری شود و پروتئین اسپایک SARS-CoV-2 نمی‌تواند بدون بقیه کروناویروس باعث کووید-۱۹ شود.



سایر منابع را می‌توانید در وبسایت مدارس ما در [اینجا](#) بیابید