



تأثیر گذاری واحد بهداشت مدارس و ارتقاء سلامت برپیشگیری از بیماری دیابت

پرویز رشیدیان – شهریور ماه ۱۴۰۱

بیماری دیابت از نوع بیماری های است که در صورت عدم توجه و کنترل به موقع آن اثر نامطلوبی بر سایر اعضا بدن انسان می گذارد و باعث ایجاد بیماری های مانند نارسایی کلیه – حمله قلبی – سکته مغزی – اختلال سیستم عصبی – نابینایی – قطع عضو ... می شود. آمارها نشان میدهند که بین ۹۰ تا ۹۵ درصد هزینه های ناشی از دیابت مربوط به عوارض آن می باشد و هزینه بسیار سنگینی را به سازمانها و درمان کشور تحمیل می کند که سالانه حدود ۴ تا ۵ میلیارد دلار برآورد شده است. متأسفانه ایران جزو کشورهای با شیوع بالای دیابت است و حدود ۱۲ درصد جمعیت بالای ۲۵ سال کشور به دیابت مبتلا هستند که معادل ۵,۵ میلیون نفر است و با افزایش تعداد بیماران که از بیماری خود خبر ندارند، به حدود هشت میلیون نفر افزایش می یابد. حدود ۲۰ درصد جمعیت بالای ۲۵ سال نیز به پیش دیابت مبتلا و اکنون در معرض خطر ابتلا به دیابت هستند. رشد بالای شیوع دیابت در ایران واقعا "نگران کننده است. به طوری که پیش بینی می شود در ده سال آینده حداقل ۲۰ درصد مردم ایران مبتلا به دیابت شوند و ۳۰ درصد در مرحله پیش دیابت فرار گیرند. بر اساس آخرین آمارهای منتشر شده فدراسیون بین المللی دیابت در حال حاضر ۵۳۷ میلیون نفر از جمعیت بزرگسالان جهان مبتلا به دیابت هستند و تا سال ۲۰۳۰ این رقم به ۷۸۳ میلیون نفر خواهد رسید.

و با اضافه کردن مبتلایانی که از بیماری خود خبر ندارند این رقم ممکن است تا دو برابر افزایش یابد. امروز آموزش و ارتقاء سلامت از مهم ترین چالش های برنامه کشور است. تربیت پزشکان و کادر درمانی در تمام سطوح، ایجاد بیمارستان ها، مراکز بهداشتی و درمانی، و در کنار آن بخش خصوصی، پزشکان و آزما یسگاه ها، بخش دارویی و داروخانه ها، در این خدمت رسانی به شکل گسترده ای فعال هستند که خود جای تشکر و قدردانی است.

از طرف دیگر این امکانات خود بیانگر یک واقعیت تلخ است که ما با رشد روز افزون بیماران در جامعه روبرو هستیم، حتی اگر این مجموعه امکانات به طور چشمگیر افزایش یابد هنوز قادر به مقابله با رشد بیماران از جمله بیماری های ناشی از عوارض دیابت و درمان آن ها نخواهیم بود. لذا لازم است توجه بیشتری به پیشگیری معطوف داریم و برنامه پیشگیری از دیابت به طور جدی در دستور کار قرار گیرد. امروز درمان محوری همه را درگیر خود کرده است. برای پیشگیری از عوارض جنبی و هزینه های جانبی ناشی از دیابت راهی جز توجه به آموزش وجود ندارد. آموزش اساس درمان دیابت است نه تنها برای پیشگیری بلکه برای درمان دیابت لازم و ضروری است. آمار های بالای چنین بیماری بیانگر این واقعیت است که دیابت در کمین است باید هر چه زودتر در این خصوص اقدام جدی صورت پذیرد که فردا دیر است.

یکی از راههای مهم و اثر گذار، آموزش صحیح و مناسب در سطح جامعه است. و در این فرایند مناسب ترین مکان برای پیشبرد این هدف مهم محیط تحصیلی کودکان و نوجوانان است. آمار ها نشان می دهند که حدوداً ۲۵ درصد جمعیت جامعه ما در محیط های آموزشی مشغول به تحصیل می باشند یعنی به طور متوسط از هر خانواده یک نفر در محیط آموزشی حضور دارد. آموزش این محصلین، آموزش خانواده های آنها را نیز به همراه دارد. یعنی کل جامعه از این آموزش بهر مند میگردد. در این فرایند مریبان بهداشت مدارس نقش مهمی ایفا می کنند. که در این خصوص احساس می شود یک خلاء در تربیت نیروی انسانی در سیستم آموزشی وجود دارد.

ما همچنانکه در تربیت متخصصین در سطح بالا در کشور پیشرفت های قابل توجهی داشته ایم اما در اصول پایه ای مانند تربیت مربیان بهداشت مدارس با سر فصل های مناسب خود چندان جدی نبوده ایم. امروز کمبود مربیان بهداشت مدارس به صورت یک معضل بزرگ در فرایند ارتقاء سلامت جامعه خود نمایی می کند .

اولین گام برای حل این مشکلات، آموزش از طریق مربیان بهداشت مدارس و نیرو های متخصص در زمینه بهداشت، امکانات نرم افزاری، تجهیزات و ابزار های کمک آموزشی در مدارس است. در این رابطه پیشنهاد می شود درسی با محتوای تغذیه - بهداشت و بیماری های غیر واگیر مهمی مانند دیابت نیز در سرفصل آن گنجانده شود و توسط مربیان بهداشت مدارس چند ساعت در هفته در مقاطع تحصیلی مختلف بر حسب نیاز بر اساس سرفصل آن تدریس شود. آموزش پیشگیری دیابت باید از مدرسه آغاز شود تا این دانستنی ها در حافظه ماندگار آنها ثبت و تمام عمر همراه آنها باشد. می توان گفت مهار کننده اصلی و اولیه بیماری دیابت نوع ۲ (۹۵ - ۹۰ درصد بیماری دیابت) واحد بهداشت مدارس و ارتقا سلامت وزارت آموزش و پرورش است .

رویکرد به بخش سلامت دانش آموزان که قشر آسیب پذیر جامعه هستند می تواند تضمین کننده سلامت کل جامعه باشد. تامین و حفظ سلامتی در بزرگسالی با پیشگیری از مدرسه آغاز می شود.