تحسين أداء معلمي المرحلة الابتدائية المرتبط بمنبئات مرض أنيميا نقص الحديد

إعداد / د. إيمان محمد الحصي
مستشار التربية الصحية وحماية الطفل

مقدمة:

التعليم والصحة يرتبطان بروابط وثيقة ولا ينفصلان، ولقد ثبت أن إصابة تلاميذ المدارس ببعض الأمراض يؤثر سلبًا في عملية التعلم، ومستوى التحصيل الدراسي لديهم. ويعد مرض أنيميا نقص الحديد من أكثر الأمراض تأثيرًا على التحصيل الدراسي والقدرات العقلية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية(World education forum ,2000)، وهو من الأمراض الخطيرة التي تهدد صحة تلاميذ المدارس بجمهورية مصر العربية باعتبارها من الدول النامية والتي تصل نسب إصابة تلاميذ المدارس بأنيميا نقص الحديد بها إلى أكثر من (٤٠%)، وترجع بعض الدراسات تلك النسبة إلى وجود قصور في البرامج الصحية الموجهة للاهتمام بصحة تلاميذ المدارس الابتدائية في هذه الدول (Best ,C ., et al ., 2020,p.3).

وتصل معدلات الإصابة بأنيميا نقص الحديد في مصر بين تلاميذ المدارس إلى ٦٥% تقريبًا ، وتعد مرحلة التعليم الأساسي من أهم المرحل التي يمكن العمل من خلالها لتقليل نسبة الإصابة بأنيميا نقص الحديد، وتقليل مضاعفاتها الخطيرة علي النمو والتحصيل الدراسي، وظهور المشكلات السلوكية التي إذا لم تكتشف في مرحلة التعليم الأساسي والطفولة المتوسطة تتحول مع مرور الزمن إلي مشكلات مزمنة يصعب علاجها إذا ما وصل الأطفال إلى مرحلة البلوغ (Ali,A,et al,2014). وقد أظهرت دراسة (Salah,A.,Ahmed,H.,Gamil,F.,2009) والتي هدفت إلى قياس معدل أنيميا نقص الحديد بين تلاميذ المدارس الابتدائية في مصر، ومدى تأثيرها على التحصيل الدراسي لديهم أن (٨٤.٣%) من تلاميذ المدارس الابتدائية خاصة في الصفوف الثلاثة الأولى يعانون من أنيميا نقص الحديد، وأرجعت الدراسة ذلك إلى العادات الغذائية السيئة للمصريين، مثل: إهمال الأطعمة الغنية بعنصر الحديد، وأيضًا شرب الشاي بعد الأكل مباشرة؛ مما يؤدي إلى ضعف امتصاص الحديد بالإضافة إلى إصابة هؤلاء الأطفال بالطفيليات المعوية ، بالإضافة إلى جهل الوالدين، ويتم الحد من الإصابة بالمرض عن طريق الوقاية والتثقيف الصحي للأسر والمعلمين، بل والتلاميذ أنفسهم؛ لتجنب مسببات المرض، حيث

أظهرت الدراسات أن الأطفال الذين لا يتناولون وجبات الإفطار والمصابين بالطفيليات المعوية، بالإضافة إلى بعض الأمراض المزمنة، كالربو الشعبي وأمراض القلب هم من سجلوا أعلي معدلات الإصابة بأنيميا نقص الحديد(Mcgregor,G,2019).

ومن ثم، وفي ضوء مما سبق يمكن الإشارة إلى خطورة مرض: أنيميا نقص الحديد على مستوى تحصيل التلاميذ الدراسي وصحتهم، خاصة مع ارتفاع معدلات الإصابة بهذا المرض في مصر، وهنا يبرز دور المعلم جليًا في المساهمة في الاكتشاف المبكر، والحد من انتشار هذا المرض، خاصة مع تغير تشكيل الفريق الصحي بالمدارس، والذي كان مقتصرًا في الماضي علي الطبيب والزائرة الصحية لتتسع دائرته ليضم المعلمين داخل الفصول الدراسية؛ وبالتالي أصبح عليه عبء التثقيف الصحي للتلاميذ ، وملاحظة حالتهم الصحية ومتابعتها، وتأثيرها على حضورهم ، ومستوى تحصيلهم الدراسي، ومن هنا كانت الحاجة ماسة إلى تقديم أنشطة تدريبية مقترحة للمعلمين لتحسين معارفهم وأداءاتهم المهارية المرتبطة بمنبئات مرض أنيميا نقص الحديد.

الاكتشاف المبكر لمنبات الأمراض:

يعد الاكتشاف المبكر لمنبئات الأمراض حجر الأساس في الوقاية من العديد من الأمراض التي يمكن أن تصيب الإنسان في المستقبل؛ فهذه المنبئات يمكن أن تظهر في عدة صور مثل شكوى مرضية أو تحاليل معملية تنبئ بظهور مرض ما بعد فترة قصيرة أو بعد عدة سنوات، وبالاكتشاف المبكر لهذه المنبئات يتم أخذ الإجراءات اللازمة لعدم حدوث المرض، وتجنب الآثار والمضاعفات الناتجة عنه كما أشارت دراسة (Louis,A.,2007).

وتشير كلمة منبئات إلى القدرة على استنباط أو استنتاج ما سوف يقع من أحداث في المستقبل استنادًا إلى حسابات معينة أو خبرات أو حقائق علمية قائمة علي الخبرات فعلي سبيل المثال يمكن التنبؤ بإصابة مجمعة من الأشخاص بأمراض معينة نتيجة ظهور بعض الأعراض أو العلامات أو القيم المعملية التي تشير إلى أن هناك عوامل خطورة تؤدي للإصابة بمرض ما في المستقبل (Webestes college dictionary,2010).

وبناءً على ما سبق، فإن مفهوم منبئات الأمراض يشير إلى ظهور أعراض مصاحبة لمجموعة من الشكاوي تشير جميعها إلي احتمال إصابة شخص ما بمرض معين في المستقبل، بالإضافة إلى ظهور مؤشرات إيجابية لذات المرض عند إجراء الفحوص المعملية (Sistek,D,etal,2017).

ولقد أشارت دراسة كل من (Housman,A.,&Ruzek,S.,2000) إلى أن تدريب المعلمين لتحسين أدائهم المهاري المرتبط بالوقاية من الأمراض لدى التلاميذ قد أدى إلى زيادة استعدادهم بشكل كبير للقيام بدورهم في الكشف المبكر لتلك الأمراض ومنبئاتها،وذلك نتيجة لتحسن معارفهم المرتبطة باكتشاف منبئات تلك الأمراض، وانعكس ذلك في قدرتهم على إعطاء تثقيف صحي لتلاميذهم للوقاية من تلك الأمراض، كما أثبتت دراسة (Maqnussen,P.,2001) إلى أن للمعلمين دورًا أساسيًا في الاكتشاف المبكر لمنبئات الأمراض بعد تدريبهم في برامج الصحة المدرسية ؛ وأوضحت الدراسة أن المعلمين الذين حصلوا على أنشطة تدريبية مرتبطة بمنبئات الأمراض قد سجلوا تحسنًا ملحوظًا في قدرتهم على اكتشاف الأمراض ومنبئاتها بطريقة صحيحة.

مرض أنيميا نقص الحديد:

- تعريف مرض أنيميا نقص الحديد:

تعرف أنيميا نقص الحديد بأنها:" أحد أنواع الأنيميا أو فقر الدم الناتج عن نقص الحديد اللازم لإنتاج الهيموجلوبين، وهي أحد أكثر الأمراض انتشارًا في مرحلة الطفولة حول العالم خاصة في البلدان النامية(Saragin,R.,etal,2021,pp.270-288).بينما يعرف (Akin,M.,2017) أنيميا نقص الحديد على أنها نقص معدل الهيموجلوبين في الدم عن ١١ جرام/ديسيلتر من الدم، بالإضافة إلى انخفاض عدد كرات الدم الحمراء إلى أقل من ٣.٧ مليون لتر مصحوبًا بانخفاض معدل الحديد في الدم إلى أقل من ١٢جم".

- أسباب الإصابة بمرض أنيميا نقص الحديد:

أوضحت دراسة (Killip,S.,Bennett,M.,Chambess,M.,2008)أن من أكثر أسباب الإصابة بمرض أنيميا نقص الحديد هو ضعف امتصاص الحديد والنزيف المستمر ،وهناك عدة أسباب للإصابة بمرض أنيميا نقص الحديد ، منها ما يرتبط بقلة تناول الحديد أو ضعف امتصاصه؛مما يؤدي في النهاية إلى انخفاض نسبة الحديد عن المعدلات الطبيعية، وفيما يلي عرض لتلك الأسباب: (Osendarb,P,et al,2010) (USAID ,2003) (UNICEF,2002) (عبد الرحمن النجار، ٢٠١٢):

- قلة تناول عنصر الحديد في الوجبات الغذائية.
- ضعف امتصاص الحديد من الأمعاء.

– زيادة الحاجة إلي الحديد كما يحدث في مرحلة النمو عند الأطفال.
– تلوث البيئة المحيطة بمكونات الرصاص.
– النزيف الشديد أو المزمن كما يحدث في حالات قرح المعدة أو دوالي المريء.
– قصور الرعاية الطبية.
– قلة برامج التثقيف الصحي الخاصة بالتغذية السليمة الموجهة للمجتمع.

– منبئات مرض أنيميا نقص الحديد:

لقد توصلت الدراسات التي أجريت علي أطفال المدارس في مصر إلي أن منبئات مرض أنيميا نقص الحديد يمكن الكشف عنها مبكرًا، وذلك بعدة طرق، من أهمها: الاختبارات المعملية لعينات من دماء التلاميذ للكشف عن نسبة الحديد، وتحديد ما إذا كانت طبيعية أو تنبئ بإصابة الأطفال بأنيميا نقص الحديد إذا استمرت في الانخفاض، وأوصت الدراسات بأن تجرى الفحوصات المعملية بشكل روتيني لتلاميذ المدارس في مصر كسبيل لمكافحة أنيميا نقص الحديد قبل ظهور أعراضها علي الأطفال (Barduagni,P,et al,2020)، وأرجعت الدراسة هذه الزيادة إلى سوء التغذية بالإضافة إلى الطفيليات المعوية، كما أشارت الدراسة إلى أن سوء التغذية والإصابة بالإسهال الناتج عن الطفيليات المعوية أحد منبئات مرض أنيميا نقص الحديد.

وبالإضافة إلي ما سبق، فإن هناك بعض الأعراض والعلامات المرتبطة بنقص الحديد يمكن اعتبارها منبئات يمكن الكشف عنها قبل الإصابة بأنيميا نقص الحديد،والتي من الممكن ملاحظتها بمتابعة حالة التلاميذ،ويمكن أن يقوم بها المعلمون داخل الفصول المدرسية باعتبارهم متواجدين ولفترات طويلة مع تلاميذهم ويسهل عليهم متابعة ظهور تلك المنبئات، وهي كالتالي (Alton,I,2018 ,P.101):

- تعرج الأظافر وتقوسها .
- التهاب اللسان وزوايا الفم.
- شحوب الجلد .
- سقوط الشعر.
- ضعف القدرة علي بذل الجهد.
- ضعف الذاكرة.
- قصور العمليات العقلية.
- ضعف الأداء الدراسي.
- تراجع النمو والتطور البدني بشكل عام.
- ضعف المناعة (تكرار الإصابة بالعدوي).
- ظهور زرقة في بياض العين.

– أعراض وعلامات مرض أنيميا نقص الحديد:

تعد أعراض وعلامات أنيميا نقص الحديد أحد وسائل التشخيص، بالإضافة إلى الفحوص المعملية، حيث يمكن ملاحظتها بوضوح خصوصًا مع إهمال العلاج، والتأخر في اكتشاف

المرض، وأوضحت دراسة (Ali,A.,et al,2014)أن من بين أعراض مرض أنيميا نقص الحديد لدى تلاميذ المدارس شحوب الجلد وتراجع النمو خاصة نقص الوزن عن المعدل الطبيعي، كما تشير دراسة (Espanel,C.,2007) إلى أن شحوب الجلد، والإرهاق عند بذل أقل مجهود،وصعوبة التنفس من أكثر أعراض مرض أنيميا نقص الحديد شيوعًا.

وفيما يلي عرض لهذه الأعراض والعلامات (عبد الرحمن النجار ،٢٠١٢) (UNICEF,2002) (Alton,I,2018 ,P.101):

- شحوب الجلد والشفتين واللسان والسطح الداخلي للجفون.
- زرقة في بياض العين. – تشقق زوايا الفم.
- الإجهاد والضعف العام. – التوتر.
- قصر النفس عند بذل المجهود. – قرح اللسان ضعف الأظافر وتقوسها، وسهولة تقصفها.
- صعوبة البلع. – انخفاض ضغط الدم عند تغيير وضع الجسم (من الجلوس الي الوقوف علي سبيل المثال).
- فقدان الشهية للطعام . – ألم (صداع) في مقدمة الرأس.
- تحلق الأذن . – خلل في حاسة التذوق.
- التهاب اللسان . – انخفاض نسبة الحديد وصغر حجم كرات الدم الحمراء وانخفاض عددها ونقص نسبة الهيموجلوبين (تظهر بالفحوص المعملية).

- طرق الوقاية من مرض أنيميا نقص الحديد:

أوصت دراسة (Ali,A.,et al,2014) بضرورة توجيه برامج التثقيف الصحي للمجتمع من خلال الإعلام، وأيضًا تثقيف المعلمين والتلاميذ والأسر بالمدارس حول خطورة الإصابة بمرض أنيميا نقص الحديد ، وطرق الوقاية منها عن طريق تناول العناصر الغنية بالحديد، وضرورة اكتشاف علاج الإصابة بالطفيليات المعوية، كالإسكارس والجيارديا لامبيا والدودة الدبوسية في مرحلة مبكرة. كما أوضحت دراسة (Surag,G.,et al,2016) أن من أهم طرق وقاية التلاميذ من هذا المرض يكون من خلال تناولهم الغذاء الصحي المتوازن الذي يحتوى عنصر الحديد، وعلاج الطفيليات المعوية خاصة الجيارديا لامبيا. وتشير دراسة (Berger,J.,Dillon,C.,2018) إلى أن عدم تناول عنصر الحديد في الوجبات الغذائية من أهم أسباب الإصابة بمرض أنيميا نقص الحديد، وأشارت الدراسة إلى ضرورة توجيه برامج التثقيف الصحي للمعلمين والتلاميذ والأسر للوقاية من الإصابة بهذا المرض الذي لا يؤثر

فحسب في نمو التلميذ،وإنما في نمو وتقدم المجتمع ككل خاصة في الدول النامية.

مقترحات لتحسين أداء معلمي المرحلة الابتدائية المرتبط بمنبئات مرض أنيميا نقص الحديد

بناء على العرض السابق يمكن تقديم بعض المقترحات لتحسين أداء المعلمين بالمرحلة الابتدائية المرتبط بمنبئات مرض أنيميا نقص الحديد كما يلي:

- التدريب المستمر للمعلمين في إطار برامج الصحة المدرسية المرتبطة بوقاية تلاميذ المدارس من الأمراض.
- تدريب المعلمين وتثقيفهم حول السلوكيات الصحية المرتبطة بالتغذية السليمة.
- مشاركة المعلم في تطبيق برامج الصحة المدرسية؛انطلاقًا من دوره كعضو أساسي في الفريق الصحي المدرسي.
- إعداد كتيبات موجهة للمعلمين والتلاميذ حول كيفية الوقاية من الإصابة بمرض أنيميا نقص الحديد.
- دمج مفاهيم التربية الصحية بالمناهج والمقررات الدراسية.
- التنسيق والتعاون بين الأسرة والمدرسة والمعلمين من أجل وقاية التلاميذ بالمدرسة الابتدائية من الإصابة بالأمراض.

المراجع

- عبد الرحمن النجار(٢٠١٢): صحة الطفل وتغذيته،ط٢، عمان، المملكة الأردنية الهاشمية، دار الفكر ناشرون وموزعون.
- Ali, A., (2014): Epidemiology of iron deficiency Anemia Effect on Physical growth in primary school children, the important of hook worms, International Journal of Academic research, Vol. 3, No. 1, January, pp (495-500).
- Akin, M (2017): Influence of low hemoglobin in children with iron deficiency anemia on PFA-100 testing, Journal of clinical lab, Vol (59), No (9), pp (1175-7).
- Alton, I.,(2018): Guidelines for adolescent nutrition services, 2nd ed, , P.P (101-108).
- Barduagni, P, et al., (2020): Anemia among school children in aena governorate and, upper Egypt, East medite health. Journal, Vol. 10, No (6).
- Berger, J., & Dillon, C., (2018): Control of iron deficiency in developing countries, Journal of sante. Vol. 12, No (1), Jan, pp (22-30).
- Best, C., et al., (2020): The nutritional status of school-aged children: why should we care?,: United Nations World Food Program publications, Rome, Italy Journal of food and nutrition Bull, No (31), No (3), Sep, PP (400-17).
- Dictionary of English language (2009): 4th edition, Haugton Mifflin Comp., American heritage.
8- Espanel, C.,et al., (2007): Iron deficiency anemia; clinical presentation, biological diagnosis and management, Vol. 14, No-1, May, pp (21-4).
- Hausuman, A., & Ruzek, S., (2000): Implementation of comprehensive school health education in elementary school: focus on teachers concerns, Journal of such health, Vol (65), No (3), pp (81-6).
- Killip, S, Bennett, M, Chamberss, M (2008): Iron deficiency anemia, Journal of American Family Physician, Vol. 175, No (5), Mar, PP (671-8).
- Kotcha, Y., & Nirupam, S.,, & Karkar, P., (2009): Indian Journal of Medical research, Vol (130), No (5), pp (584-9).
- Louis, A., (2007): New Predictors of disease, Journal of scientific American, March
- Maqnussen, P., et al., (2001): Malaria diagnosis and treatment administered by teacher in primary schools in Tanzania, Journal of tropical median international health Vol (6), No (4), Apr, pp (273-9).
- Mcgregor, G (2019): A review of studies on the effect of iron deficiency on cognitive development in children, journal of nutrition, Vol. 25, No. 2.
- Osendarp, S., & Murray, K., & Black, M., (2010): Case study on iron in mental development in memory of John Bread (1947-2009), Nutrition review Journal, Vol. 68, No. 1, pp (48-52).

- Salah, A., Ahmed, A., Gamal, F., (2009): Child hood anemia: Prevelance and its effect on scholastic achievement, community nudging del, Ain Shams University.
- Saragih, R., et al., (2021): Behavior of elementary school children with iron deficiency anemia after iron therapy, pediatric Indonesiana, Volag, No (5), pp (276-288).
- Sharifirad, G., et al., (2011): Precede educational model for controlling iron-deficiency anemia in talesh Iran, Journal of Pak-med association Vol (61), No (9), pp (862-5).
- Sistek, D. et al., (2017): Clinical diagnosis of current asthma: predictive value of respiratory symptoms in the SAPALDIA study, European Respiratory Journal, Vol. 17,PP (21-219).
- Suraj, G., e al., (2016): Iron deficiency anemia: Management and Prevention in Children JK Science, Vol 3, No 4, Dec PP (160-3).
- UNICEF (2002): prevention and control of nutritional anemia, regional office for South Asia.
- USAID (2003): Anemia prevention and control: what works, part I, programming evidence, PHNI
- Vio, F., et al., (2012): Delphi methal to Identify education material on healthy food for teachers, school age children and their parents, Journal of Arch Latinoom Mutrition, Vol (62), No (), pp (275-82).
- World Education Forum,(2000): Education for All , Dakar, Senegal, , 26 -28, April.
- Webste's college dictionary (2010): Randum house publisher, K dictionary, UTD.