




## Školska higijena

Predmet Higijena sa medicinskom ekologijom  
Doc.dr Aleksandra Stanković


## Školska higijena

Preventivna medicinska disciplina koja štiti zdravlje i prevenira oboljenja dece tokom školovanja.

Školska deca i omadina predstavljaju najvulnerabilniju kategoriju stanovništva ali čine i najveći biološki potencijal društva.

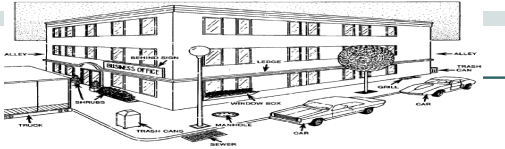


### Zadaci školske higijene



Školska higijena :


- prati psihofizički razvoj dece i mladih
- štiti njihovo zdravlje
- trudi se da obezbedi dobre sanitarno-higijenske uslove školovanja.



Deca prosečno u školi provode oko 30h nedeljo, te ni najbolja sredina nije najpovoljniji abijent za psihičko i fizičko zdravlje.


### Bitni elementi školske sredine koji su značajni za očuvanje zdravlja

- Higijena školske zgrade
- Higijena učionica
- Školski nameštaj i učila
- Objekti za fizičku kulturu
- Vodosnabdevanje
- Uklanjanje otpadnih materija



### Bitni elementi školske sredine koji su značajni za očuvanje zdravlja

- Mikroklimatski parametri
- Ishrana dece
- Higijena nastave
- Zdravstvena zaštita dece



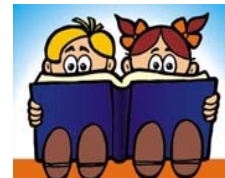
### Na fizičko zdravlje učenika deluje:

- čistoća prostora
- ventilacija
- grejanje
- osvetljenje
- gustina smeštaja
- školski nameštaj
- opterećenost nastavom



### Na psihičko zdravlje učenika deluju:

- pedagoške mere
- režim izvođenja nastave
- ocenjivanje
- kažnjavanje
- međusobni odnosi



### Povoljan uticaj školske sredine

- razvijaju se radne navike
- red i disciplina
- stiče se odgovornost za obaveze
- socijalna adaptacija



### Lokacija



- Lako pristupačna
- Daleko od zagađivača, prometnih raskrsnica, izvora aerozagađenja i buke
- Blizu parkova i rekreativnih površina
- Do 20 minuta pešačenja do škole ili do najbliže autobuske stanice (seoska sredina 2 km)
- Udaljena od susjednih zgrada 25m udaljeno od zaklona i visokog drveća zbog osvetljenosti

### Prostorne preporuke

Vrsta	Minimalna preporuka po učeniku u smeni
Ukupna površina školskog zemljišta	25 m <sup>2</sup>
Površina izgrađenog prostora	7.5 m <sup>2</sup>
Dvorište	5 m <sup>2</sup>
Učionice za rednu nastavu	1.8-2 m <sup>2</sup>
Zapremina učionica	5 m <sup>3</sup>
Sala za fizičko vaspitanje 12x14 m	
<small>Pravilnik o bližim uslovima za obavljanje delatnosti ustanova za decu (Sl.glasnik RS 50/94)</small>	

### Sistem izgradnje i kapacitet škola


- Centralni i blok sistem
- Položaj- jug ili jugoistok zbog insolacije
- Do 800 učenika a velike do 2000 učenika
- Centralni vodovod
- Kanalizaciju
- Električnu energiju
- Daljinsko grejanje
- Komunalni sistem odvoženja smeća



### Školske prostorije


#### Učionice

- 30-34 učenika
- Osvetljenost
- Ventilacija
- Redovno održavanje higijene
- Školski nameštaj



### Učionica

- Osvetljenost učionice po higijenskim principima pojačava pažnju učenika, utiče na njihovo psihičko raspoloženje, ne opterećuje čulo vida a time i doprinosi nesmetanom izvođenju nastave.
- Ventilacija reguliše temperaturu i vlažnost vazduha količinu kiseonika odnosno količinu ugljen dioksida, neprijatne mirise, količinu dima i prašine, kao i broj mikroorganizama u vazduhu.
- Nepovoljni mikroklimatski uslovi u učionici deluje negativno na radnu sposobnost učenika.




### Mikroklimatski uslovi

Parametar	
Temperatura vazduha	
Nastavne prostorije	20 ° C
Radne prostorije	18 ° C
Sala za fizičko	16 ° C
Relativna vlažnost	40-60%
Strujanje vazduha	0.1-0.3 m /s
Buka	40 dB (A)


### Školski nameštaj

- **Klupa** treba da odgovara uzrastu učenika, da bude jednostavnih linija građe, zaobljenih ivica i ravnih površina dostupnih vlažnom čišćenju.
- **Tabla**



### Školska ambulanta

- Rast i razvoj
- Sistematski pregled
- Vakcinacije i revakcinacije
- Kontrola ishrane
- Kontrola lične higijene
- Zdravstveno vaspitni rad
- Rehabilitacija i resocijalizacija bolesnih učenika
- Nadzor higijenskih uslova školske sredine

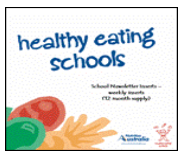


### Školska kuhinja

**Školski obrok je najbolji način za korekciju nepravilne porodične ishrane ili nepravilnih navika u ishrani.**

**Obrok se organizuje u školi za vreme odmora.**

**Trebalo bi da je ukusan, bogat hranljivim materijama, jeftin i dobro prihvaćen od dece.**



### Ostale prostorije

- Hodnici
- Kabineti
- Školska kuhinja
- Sala za fizičko vaspitanje
- Sanitarni čvorovi



### Fizičko vaspitanje

- Povećava izdržljivost, snagu, brzinu
- Podstiče rast i razvoj
- Intivizira metaboličke procese
- Podstiče druželjubivost, težnju ka uspehu, motivaciju
- Otkriva eventualnu sklonost ka nekom sportu
- Potiskuje loše navike



### Fizičko vaspitanje

- Prilagođeno polu i uzrastu
- Postepeno povećavanje mišićne snage, koordinacije pokreta, gipkosti
- Nesposobnost za nastavu fizičkog vaspitanja (trajna ili dok se uzrok ne ukloni)



### Ritam rada i odmora

- Raspored časova
- Promena smena
- Redosled predmeta
- Dužina odmora



### Karakteristike morbiditeta Akutne zarazne bolesti

- Prenos kapljično, hranom, hidrično, predmetima)
- Karakteristične za školski uzrast (parotitis)
- Epidemijske (morbili)
- Karakteristične za zajednicu (trbušni tifus)
- Bolesti koji pogađaju celu populaciju pa i školsku decu (grip)



### Karakteristike morbiditeta

#### Nezarazne bolesti i poremećaji

#### Poremećaji bolesti rasta i razvoja

- Gojaznost (genetski i psihosomatski faktori)
- Mršavost (anoreksija, bulimija)



### Karakteristike morbiditeta

Nezarazne bolesti i poremećaji

#### Deformiteti lokomotornog aparata

- Stečeni defekti se uočavaju ili pogoršavaju (kifoza, skolioza, lordoza, ravni tabani)
- Loši uslovi (nameštaj, torbe, nedovoljno časova fizičkog vaspitanja)

Prevenција:

- rano otkrivanje,
- korektivna gimnastika



### Karakteristike morbiditeta

Nezarazne bolesti i poremećaji

#### Zubni karijes, anomalije u razvoju zuba i usta

- Higijena zuba
- Fluorizacija vode
- Pravilna ishrana
- Preventivni pregledi



### Karakteristike morbiditeta

Nezarazne bolesti i poremećaji

#### Oštećenje vida

- Prvi put se uočavaju (brže zamaranje, loša koncentracija, naprezanje pri čitanju i pisanju)
- Loša osvetljenost prostorija u učionici, neadekvatno štampani udžbenici, udaljenost klupe od table



### Karakteristike morbiditeta

Nezarazne bolesti i poremećaji

#### Poremećaji govora i sluha

- Teža oštećenja – specijalne škole
- Blaža – uočavaju se tek u školi
- Nemogućnost praćenja nastave
- Školski tim (pedagoški radnik, psiholog, logoped, pedijatar-psihijatar) treba odigrati glavnu ulogu u ranom otkrivanju i korekciji govornih poremećaja.



### Karakteristike morbiditeta

Nezarazne bolesti i poremećaji

#### Alergijske bolesti

Različiti faktori (genski, hrana, aerozagađenje, životinjska dlaka, grinje)

- Alergijske promene na koži
- Alergijske promene na disajni organima
- Anafilaktički šok i serumske bolesti



### Karakteristike morbiditeta

Nezarazne bolesti i poremećaji

#### Traumatizam

- Pri dolasku i odlasku iz škole
- Časovi fizičkog vaspitanja
- Neadekvatni uslovi u školi (loša tehnika izvođenja vežbi, klizav pod, povrede od strane drugih lica, nedovoljno prostora, neprikladna odeća i obuća i dotrajala oprema)



### Karakteristike morbiditeta

#### Nezarazne bolesti i poremećaji

#### Kožna i parazitarina oboljenja

- Usko povezana sa održavanjem higijene u školi i naselju
- Dobrim preventivnim radom i edukacijom o ličnoj higijeni, higijeni odeće i obuće, kao i sanitacijom školske sredine moguće je sprečiti nastanak ovih oboljenja.



### Karakteristike morbiditeta

#### Nezarazne bolesti i poremećaji

#### Oboljenja psihičkog zdravlja

- Neuroze, psihoze, sociopatije
- uzrok je premorenost učenika obimnim gradivom ali i rasporedom nastave u toku sedmice, način izvođenja nastave i ocenjivanja, loša adaptacija na zahteve škole i velika očekivanja roditelja i nastavnika



### Uticao škole na okolinu

Sama školska zgrada za okolinu ne predstavlja velikog zagađivača, niti može značajno da ugrozi životnu sredinu.

Kako se škole lociraju obično u mirnijim delovima naselja moguće je da buka iz škole uznemirava okolno stanovništvo, kao i povećan nivo saobraćaja pri dolasku i odlasku dece iz škole koji osim buke emituje i određene koncentracije polutanata.

### Uticao škole na okolinu

U okolini škola se grade i objekti za prodaju namirnica i hrane, te neadekvatno uklanjanje ovog otpada može da utiče na zdravlje okolnog stanovništva.

