دستورعمل اجرايي برنامه مكمل ياري دانش آموزان دختر دبيرستاني با مگادوز ويتامين "د"

مقدمه:

1. تشكيل كارگروه ستادي: **در سطح وزارت‌خانه‌هاي آموزش و پرورش (دفتر سلامت و تندرستي) و وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشكي (دفتر بهبود تغذيه جامعه، اداره سلامت نوجوانان و مدارس، سازمان غذا و دارو، انستيتو تحقيقات تغذيه‌اي و صنايع غذايي كشور و اعضاي هييت علمي دانشگاه‌هاي علوم پزشكي كشور)**

تبصره يك: **دبيرخانه كارگروه ستادي در دفتر بهبود تغذيه جامعه و در دانشگاه‌هاي علوم پزشكي در واحد تغذيه معاونت بهداشتي تشكيل مي‌شود.**

1. تشكيل كميته استاني: **با عضويت معاون بهداشتي، كارشناس مسوول تغذيه، كارشناس مسوول سلامت نوجوانان و مدارس و كارشناس مسوول سلامت و تندرستي سازمان آموزش و پرورش.**
2. تشكيل كميته شهرستاني: **با عضويت رياست مركزبهداشت شهرستان، كارشناس بهداشت خانواده يا تغذيه، كارشناس مسوول سلامت نوجوانان و مدارس، مدير آموزش و پرورش شهرستان/ منطقه و كارشناس سلامت و تندرستي**

شرح وظايف كارگروه ستادي:

1. **تشكيل دبيرخانه در محل دفتر بهبود تغذيه جامعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشكي**
2. **تشكيل جلسات كارگروه ستادي هر دو ماه يك بار در محل دبيرخانه**
3. **برگزاري كارگاه‌ها و سمينارهاي توجيهي-آموزشي جهت توجيه كميته استاني برحسب نياز**
4. **تهيه و بازنگري دستورعمل اجرايي برنامه و ارسال آن به كميته‌هاي استاني**
5. **تهيه و تدوين و ارسال متون آموزشي مورد نياز**
6. **تعيين شرح وظايف اعضا كميته**
7. **تاييد استان‌ها و شهرستان‌هاي منتخب جهت اجراي برنامه (اولويت با استان‌هايي است كه كمبود ويتامين "د" در دانش آموزان آن‌ها شيوع بيشتري دارد)**
8. **جمع آوري اطلاعات و داده‌ها براساس فرم‌هاي طراحي شده از دانشگاه**
9. **برآورد اعتبارات مورد نياز اجراي برنامه**
10. **ارايه گزارش از روند اجراي برنامه به ساير اعضا كميته توسط دبيرخانه**
11. **نظارت، پايش و ارزشيابي برنامه**

شرح وظايف كميته استاني

1. **تشكيل دبيرخانه در معاونت بهداشتي دانشگاه علوم پزشكي (گروه تغذيه)**
2. **برگزاري جلسات كميته به صورت ماهيانه**
3. **تعيين شهرستان‌هاي مجري برنامه، مشخص نمودن تعداد دانش‌آموزان تحت پوشش و ارسال نام شهرستان‌ها و مدارس دخترانه مقاطع متوسطه اول و دوم به تفكيك شهر و روستا به دبيرخانه ستاد مركزي**
4. **اعلام شهرستان مجري برنامه به كميته شهرستاني جهت برنامه‌ريزي**
5. **برگزاري كارگاه‌ها يا سمينارهاي توجيهي- آموزشي جهت مسئولين كميته شهرستاني**
6. **دريافت متون آموزشي از كارگروه ستادي و ارسال آن به شهرستان‌هاي مجري برنامه**
7. **تهيه و تأمين مگادوز ويتامين "د" و ارسال به شهرستان‌هاي مجري برنامه**

**تبصره دو: لازم است 9 عدد قرص ژله‌اي ويتامين "د" حاوي 50000 واحد بين المللي ويتامين "د"، براي هر دانش‌آموز با احتساب 15% افت و ريز درنظر گرفته شود. (ماهي يك قرص ژله‌اي، به مدت 9 ماه)**

1. **ارسال دستورعمل اجرايي برنامه و شرح وظايف به كميته‌هاي شهرستاني**
2. **برنامه‌ريزي جهت جذب اعتبارات برنامه**
3. **جمع‌آوري اطلاعات آماري و داده‌هاي كمي و كيفي از شهرستان‌هاي مجري برنامه**
4. **تهيه و ارسال گزارش به دبيرخانه ستاد هر سه ماه يك‌بار**
5. **ارسال گزارش نهايي پس از پايان سال تحصيلي (ابتداي مردادماه) به دبيرخانه ستاد**
6. **نظارت، پايش و ارزيابي اجراي برنامه**

شرح وظايف كميته شهرستان

1. **تشكيل دبيرخانه در مركز بهداشت شهرستان**
2. **تشكيل جلسات كميته به صورت ماهيانه**
3. **انتخاب مدارس دخترانه مقاطع متوسطه اول و دوم كه بايد تحت پوشش برنامه قرار گيرند با اولويت مناطق محروم**

تبصره يك: با **توجه به اين كه برنامه مكمل ياري آهن در مدارس مقاطع متوسطه اول و دوم دخترانه در حال اجرا مي‌باشد لازم است كليه مدارس دخترانه اعم از دولتي و غيرانتفاعي در شهرستان‌هاي منتخب، كه برنامه مكمل ياري آهن را به اجرا در مي‌آورند، تحت پوشش اين برنامه (مكمل ياري با مگادوز ويتامين "د") نيز قرار گيرند.**

1. **برگزاري كارگاه‌ها و سمينارهاي آموزش – توجيهي براي مديران، معاونين و معلمان مدارس مجري برنامه**

تبصره يك: **مسئوليت اجراي برنامه برعهده مدير مدرسه مي‌باشد و مدير با صلاحديد خود يك نفر از معلمان و مربيان داوطلب (معلم زيست‌شناسي، مربي بهداشت، مربي تربيت بدني و مربي پرورشي و ...) را به عنوان مسئول آموزش دانش‌آموزان انتخاب مي‌كند، كه ملزم به گذراندن دوره آموزشي مربوطه و اخذ گواهينامه آموزشي دوره مذكور مي‌باشد. در مدارس داراي مربي بهداشت الويت با مربي بهداشت است. لازم است جلسات توجيهي براي مديران با قوت بيشتري اجرا شود.**

1. **ارسال آمارهاي مربوطه شامل نام، تعداد مدارس و تعداددانش‌آموزان به كميته استان**
2. **دريافت متون آموزشي از كميته استاني و ارسال و توزيع آن در مدارس تحت پوشش برنامه**
3. **دريافت مكمل ويتامين "د" مورد نياز از كميته استاني و ارسال آن به تعداد مورد نياز به مدارس مجري برنامه به صورت ماهيانه**

تبصره يك: **لازم است مكمل ويتامن "د" به صورت ماهيانه به مدت 9 ماه متوالي، به دانش‌آموزان داده شود. باتوجه به لزوم هماهنگي‌هاي اوليه در ابتداي سال تحصيلي لازم است اولين دور مكمل در پانزدهم مهرماه به دانش آموزان ارائه و پس از آن نيز تا پانزدهم خردادماه اين روند ادامه يابد. به دليل لزوم ارائه 9 قرص به صورت ماهيانه، برنامه بايد از مهرماه شروع شود.**

تبصره دو: **در ايام ماه مبارك رمضان، قرص‌ها به دانش‌آموزان تحويل داده خواهد شد تا در منزل، بعد ازافطار خورده شود.**

تبصره سه: **چنانچه دانش‌آموزي در زمان توزيع قرص غايب باشد، مي‌تواند در روز يا روزهاي بعد قرص را دريافت نمايد.**

**8- شركت در جلسات توجيهي كه توسط اولياء مدارس براي والدين دانش‌آموزان برگزار مي‌شود و همچنين مشاركت در آموزش دانش‌آموزان**

**9- نظارت و پايش برنامه در مدارس به صورت ماهيانه و ارائه گزارش به كميته استاني**

**10- ارسال گزارش آماري به كميته استاني به صورت ماهيانه**

عوارض جانبي مصرف مكمل ويتامين "د":

**در صورت مصرف بيش از حد ويتامين "د" (بيش از 2000 واحد بين المللي ويتامين "د" در روز) عوارضي چون ضعف، خستگي، خواب آلودگي، سردرد، كاهش اشتها، خشكي دهان، مزه آهني در دهان، تهوع و استفراغ مي‌باشد. البته با توجه به شيوع بالاي كمبود ويتامين "د" در دانش آموزان و با توجه به اين كه دريافت از طريق مكمل به اندازه‌ايي نيست كه به حد غيرمجاز برسد، عملاً شاهد اين عوارض نخواهيم بود.**

موارد منع مصرف:

**در افرادي كه مبتلا به ساركوييدوزيس، هيپرپاراتيروئيديسم، بيماري‌هاي كليوي و هيستوپلاسموزيس هستند ويتامين "د" بايد با احتياط مصرف شود.**