

VỆ SINH MÔI TRƯỜNG VÀ VỆ SINH TAY TRONG TRƯỜNG HỌC

Mục tiêu:

- Trình bày được lợi ích của rửa tay.
- Trình bày được thời điểm rửa tay.
- Thực hành Rửa tay đúng cách
- Trình bày được cách che khi ho, khi hắt hơi đúng
- Có thái độ tích cực phòng bệnh lây qua đường tiếp xúc.
- Trình bày được về bệnh lây qua đường tiếp xúc phổ biến tại Việt Nam và biện pháp phòng chống.
- Vận dụng được kỹ năng tự cập nhật thông tin về các bệnh lây qua tiếp xúc và biện pháp phòng chống.

Thời lượng: 20 phút

Đối tượng: học sinh THCS và THPT

NỘI DUNG

Đề tay mình Sạch:

- Rửa tay bằng Nước sạch
- chà tay với Xà phòng mặt ngoài và lòng bàn tay theo trình tự hướng dẫn trong 20 giây.
- Rửa tay lại với Nước.
- Lau khô tay bằng khăn sạch hay khăn giấy hay máy sấy khô tay.
- Dùng khăn giấy khóa vòi nước lại. Khi không có khăn, dùng cùi chỏ đóng vòi nước lại.

Lợi ích của rửa tay:

- Rửa tay đúng cách giúp phòng bệnh lây qua tiếp xúc với thực phẩm hay vật bị ô nhiễm (thường thấy là bệnh tiêu chảy, ngộ độc thực phẩm, bệnh giun sán...), và với người bệnh (như cảm cúm, tay chân miệng, tiêu chảy...).

Khi nào Rửa tay?

Trước và Sau khi:

- Chế biến thức ăn (cắt rau củ, thực phẩm..., nấu nướng).
- Thăm viếng, chăm sóc người bệnh hay trẻ nhỏ.
- Băng bó, xử trí vết thương, vết cắt.
- Mang kiếng sát trùng (Contact lenses)

Trước khi: Ăn

Sau khi:

- Đi vệ sinh.
- Chơi đùa với vật nuôi (chó, mèo, rùa, bọ, chim ...)
- Chơi thể thao (bóng rổ, bi-da)
- Ho, ách xì, xì mũi.
- Thay tã lót cho em bé, người bệnh.



- Chạm vào các vật nơi công cộng (như chuột và bàn phím vi tính nơi công cộng).

Hình thức truyền thông:

QUY TRÌNH RỬA TAY THƯỜNG QUY

Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và nước sạch 20 - 30 giây mỗi lần để phòng chống bệnh do chủng mới của vi rút CORONA (nCoV)



Bước 1: Làm ướt tay bằng nước và xà phòng. Chà hai lòng bàn tay vào nhau.



Bước 2: Chà lòng bàn tay này lên mu và kẽ ngoài các ngón tay của bàn tay kia và ngược lại (5 lần).



Bước 3: Chà hai lòng bàn tay vào nhau, miết mạnh các kẽ ngón tay (5 lần).



Bước 4: Chà mặt ngoài các ngón tay này vào lòng bàn tay kia (5 lần).



Bước 5: Xoay ngón tay cái của bàn tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại (5 lần).



Bước 6: Xoay các đầu ngón tay của tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại. Làm sạch tay dưới vòi nước chảy đến cổ tay và lau khô.



**SỞ Y TẾ NINH THUẬN
TRUNG TÂM KIỂM SOÁT BỆNH TẬT**

☎ 0259.3824754 - 0913882231

- Buổi nói chuyện (dưới cờ/ giờ chủ nhiệm/ loa truyền thông giờ ra chơi).
- Forum của trường.

Người truyền thông:

- Giáo viên chủ nhiệm/ giáo viên bộ môn sinh học
- Đoàn trường.
- Admin của forum trường.

Những bệnh lây qua đường tiếp xúc phổ biến tại trường học:

- COVID -19
- SỐT PHÁT BAN, SỞI, RUBELLA.
- QUAI BỊ
- THỦY ĐẬU (Trái Rạ)
- CẢM CÚM
- TIÊU CHẢY CẤP
- CẢM CÚM

- ĐAU MẮT ĐỎ
- TAY CHÂN MIỆNG.

Biện pháp phòng ngừa:

- Rửa tay đúng cách và thường xuyên.
- Che khi ho, hắt hơi đúng cách.
- Tránh dụi mắt, mũi và miệng.
- Thông báo nhân viên y tế trường, và giáo viên khi có triệu chứng của bệnh và đến cơ sở y tế để được khám và điều trị.
- Tránh tiếp xúc với người xung quanh khi có chẩn đoán bệnh lây qua đường tiếp xúc trên từ nhân viên y tế.
- Tiêm ngừa vắc-xin phòng bệnh covid -19 quai bị, sởi, rubella, thủy đậu, và cúm khi điều kiện kinh tế cho phép.
- Không sử dụng chung khăn, bàn chải đánh răng, ly chén và các vật dụng cá nhân khác với người bệnh.
- Vệ sinh khử khuẩn môi trường xung quanh mỗi ngày (trường học, nhà ở) bằng Javel (nước tẩy trắng có hoạt chất Sodium Hypochlorite) khi có trường hợp mắc bệnh lây qua đường tiếp xúc trên.

CÂU HỎI LƯỢNG GIÁ

Câu 1: Có bao nhiêu bước rửa tay:

- A. 4
- B. 5
- C. 6
- D. 7

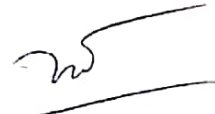
Câu 2: Chọn thứ tự đúng của các bước rửa tay

- A. Bước 1: rửa tay bằng nước sạch, bước 2: chà tay với xà phòng mặt ngoài và lòng bàn tay, bước 3: rửa tay lại với nước, bước 4: lau khô tay, bước 5: khóa vòi nước lại
- B. Bước 1: chà tay với xà phòng mặt ngoài và lòng bàn tay, bước 2: rửa tay bằng nước sạch, bước 3: rửa tay lại với nước, bước 4: Lau khô tay, bước 5: khóa vòi nước lại.
- C. Bước 1: mở vòi nước, bước 2: rửa tay bằng nước sạch, bước 3: rửa tay với xà phòng, bước 4: lau khô tay, bước 5: khóa vòi nước lại
- D. Không có câu nào đúng.

Câu 3: Thời điểm cần rửa tay

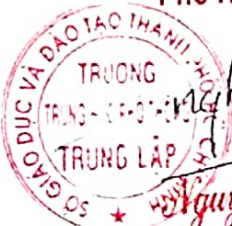
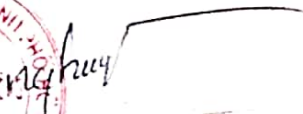
- A. Trước và sau khi chế biến thức ăn, băng bó, xử trí vết thương, vết cắt
- B. Sau khi đi vệ sinh, chơi đùa với vật nuôi (chó, mèo, rùa, bò, chim ...), chơi thể thao (bóng rổ, bi-da)
- C. Trước khi ăn
- D. Tất cả đều đúng

YTHĐ


Nguyễn Thị Vui

Ngày 18 tháng 05 năm 2021

Hiệu Trưởng
Phó Hiệu Trưởng


TRƯỜNG
TRUNG LẬP
SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO THÁI HUYÊN

Nguyễn Văn Hiệp