



TIL FORELDRA
FRÁ HEILSUVERND SKÓLABARNA
www.6h.is

HEILSUVERND SKÓLABARNA

HEILSUFARSSKOÐANIR

Heilsufarsskoðanir fara fram í
1., 4., 7. og 9. bekk.

Skoðunin felur í sér sjónpróf, hæðar-
og þyngdarmælingu auk fræðslu og
viðtals um lífsstíl og líðan.

Nemendur í öðrum árgöngum
eru skoðaðir ef ástæða þykir til.

BÓLUSETNINGAR

7. bekkur

Mislingar, rauðir hundar og hettusótt
(ein sprauta) og HPV gegn
legghálskrabbameini hjá stelpum
(2 sprautur á 6 mánuðum)

9. bekkur

Mænusótt, barnaveiki, stífkrampi og
kíghósti (ein sprauta).

Ef líkur eru á að barnið sé ekki að
fullu bóluset þá eru foreldrar hvattir
til að hafa samband við skólaheilsu-
gæsluna.

TANNHEILSA

Flúorþjálfun fer fram í 1. bekk og er
foreldrum boðið að fá flúor að henni
lokinni til að til að halda áfram
flúorskolun heima. Vikuleg
flúorskolun með 0,2% FLUX veitir
viðbótarvörn gegn tannskemmdum.

Reglulegt tanneftirlit er einnig
nauðsynlegt. Skráning hjá
heimilistannlækni í Réttindagátt Sí
(www.sjukra.is) er forsenda
greiðsluþátttöku Sí og tryggir börnum
gjaldfrjálsa tannlæknisþjónustu.

MARKMIÐ

Heilsuvernd skólabarna er hluti af heilsugæslunni og framhald af ung- og
smábarnavernd. Markmið heilsuverndar skólabarna er að efla heilbrigði nemenda og
stuðla að vellíðan þeirra. Starfsfólk heilsuverndar skólabarna vinnur í náinni samvinnu
við foreldra/forráðamenn, skólastjórnendur, kennara og aðra sem koma að málefnum
nemenda með velferð nemenda að leiðarljósi. Farið er með allar upplýsingar sem
trúnaðarmál. Starfsemi heilsuverndar skólabarna er skv. lögum, reglugerðum og
tilmælum sem um hana gilda. Í henni felast heilsufarsskoðanir, bólusetningar og
heilbrigðisfræðsla, ásamt ráðgjöf til nemenda, fjölskyldna þeirra og starfsfólks skólans.

6H HEILSUNNAR - HEILBRIGÐISFRÆÐSLA

Heilsuvernd skólabarna sinnir skipulagðri heilbrigðisfræðslu og hvetur til heilbrigðra
lífsháttá ymist í hópi eða á einstaklingsgrunni. Byggt er á hugmyndafræðinni um **6-h**
heilsunnar sem er samstarfsverkefni Heilsugæslunnar og Embættis landlæknis.
Áherslur fræðslunnar eru **hollusta – hvíld – hreyfing – hreinlæti – hamingja - hugrekki**
og kynheilbrigði. Eftir fræðslu fá foreldrar sent bréf og gefst þeim þá kostur á að ræða
við börnin um það sem þau lærðu.

LYFJAGJAFIR

Sjaldgæft er að börn þurfi að taka lyf á skólatíma. Þurfi börn á því að halda er
foreldrum bent á að hafa samband við skólahjúkrunarfræðing og kynna sér tilmæli
Landlæknis um lyfjagjafir í skólum.

SLYS OG VEIKINDI

Mikilvægt er að skólahjúkrunarfræðingar viti af börnum sem eru með langvinnan
og/eða alvarlegan sjúkdóm, s.s. sykursýki, ofnæmi, flogaveiki og blæðingarsjúkdóma.
Ef óhapp eða slys verður á skólatíma sér starfsfólk skólans um fyrstu hjálp. Þurfi
nemandi að fara á heilsugæslustöð eða slysadeild skulu foreldrar/forráðamenn fara
með barninu. Því er mikilvægt að skólinn hafi öll símanúmer þar sem hægt er að ná í
foreldra á skólatíma barnsins. **Ekki er ætlast til að óhöppum sem gerast utan
skólatíma sé sinnt af skólahjúkrunarfræðingi.**

LÚS

Mikilvægt er að foreldrar kembi og/eða leiti að lús í hári barna sinna reglulega, t.d.
vikulega. Ef upp kemur lús í skólanum er send tilkynning um það heim ásamt
leiðbeiningum um meðferð. Kemming og meðferð er á ábyrgð foreldra.

LÍÐAN BARNA

Til að njóta sín í námi verður barninu að líða vel í skólanum. Heilsuvernd skólabarna
hvetur foreldra til að vera vakandi yfir líðan barna sinna og spyrja þau reglulega um
líðan sína. Einnig að hafa hugfast að hrós og hvatning styrkja jákvæða hegðun og
auka vellíðan. Foreldrar geta ávallt leitað ráðgjafar hjá skólahjúkrunarfræðingi
varðandi málefni er varða líðan og heilbrigði barnsins.

**Með kveðju og ósk um gott samstarf.
Starfsfólk heilsuverndar skólabarna**