

## کودکان و نوجوانان ۱۲ سال به بالا

در کودکان و نوجوانان ۱۲ سال به بالا، باید توصیه ها و دستورالعمل های استفاده از ماسک در بزرگسالان رعایت شود.

### کودکان با بیماریها / مشکلات خاص

استفاده از ماسک برای کودکان دارای نقص ایمنی یا برای کودکان مبتلا به فیبروز کیستیک یا برخی بیماری های دیگر مثل سرطان معمولاً توصیه می شود، اما باید با مشورت پزشک باشد.

استفاده از ماسک در کودکان دچار اختلالات تکاملی، ناتوانی ها یا سایر شرایط خاصی که با استفاده از ماسک تداخل ایجاد می کند، نباید اجباری باشد و باید توسط پزشک، کودک مورد معاینه قرار گیرد.

برای اطمینان از اینکه استفاده از ماسک باعث ایجاد حس کاذب امنیت یا بی توجهی در کودکان به سایر اقدامات بهداشت عمومی نشود، باید پیام های ویژه آموزشی و ارتباطی ایجاد شود.

پیام های ویژه آموزشی و ارتباطی باید شامل این موارد باشد:

نحوه استفاده ایمن و موثر از ماسک: پس از ورزش یا تغذیه اگر ماسک آلوده شود، باید در سطل آشغال پدالی درب دار دارای کیسه زباله دفع گردد و پس از شستشوی دست ها با آب و صابون از ماسک جدید و تمیز استفاده گردد.

در طراحی ماسک صورت برای کودکان باید کیفیت کلی پارچه، قابلیت تنفس و راحتی و طبق میل کودک بودن آن (اندازه مناسب، رنگ، طرح و ...) مد نظر قرار گیرد تا به بهبود پذیرش و استفاده آنها توسط کودکان کمک کند.

برخی کودکان به دلایل مختلف مثلاً مسائل بهداشتی یا ترس از ماسک، ممکن است نتوانند ماسک بزنند، بنابراین محافظ صورت می تواند به عنوان جایگزینی برای ماسک باشد.

**مزایای استفاده از ماسک در کودکان برای پیشگیری از کووید ۱۹ باید نسبت به معایب آن در نظر گرفته شود. سهولت استفاده و احساس راحتی و هم چنین نگرانی از تاثیر آن بر روابط اجتماعی و ارتباطی باید سنجیده شود.**



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی  
آذربایجان غربی  
سازمان بهداشت

COVID - 19



راهنمای "استفاده از

ماسک در کودکان در

شرایط پاندمی کووید ۱۹"

گروه هدف : عموم مردم

Phc.umsu.ac.ir

## حقایق درباره کووید ۱۹ و استفاده از ماسک در کودکان



استفاده از ماسک به عنوان بخشی از بسته جامع مداخلات بهداشتی عمومی می تواند از انتقال برخی از بیماری های ویروسی دستگاه تنفسی از جمله COVID 19- جلوگیری و آن را کنترل کند. رعایت سایر

اقدامات از جمله حفظ فاصله فیزیکی، بهداشت دست، بهداشت تنفسی و تهویه مناسب در محیط های بسته برای کاهش شیوع بیماری عامل موثری است.

مطالعات نشان می دهد کودکان بین ۵ تا ۱۱ سال در مقایسه با بزرگسالان، با استفاده از ماسک به میزان قابل توجهی محافظت نمی شوند که احتمالاً مربوط به عدم تناسب سایز ماسک و یا مواردی مانند گرما، خارش، مشکلات تنفسی، ناراحتی، حواس پرتی و مقبولیت اجتماعی پایین می باشد و بایستی از سایر روش های حفاظتی، بخصوص رعایت فاصله گذاری اجتماعی مد نظر قرار گیرد.

## معیارهای استفاده از ماسک در کودکان

### کودکان زیر ۵ سال:

استفاده از ماسک در کودکان زیر پنج سال به دلایل زیر نمی تواند موجب پیشگیری از انتقال بیماری از کودکان به سایرین گردد:

قبل از ۵ سالگی، مراحل تکاملی مربوط به مهارت های استفاده از دست و هماهنگی حرکات ظریف در کودکان سپری نشده است و کودکان برای استفاده مناسب از ماسک نیاز به کمک دارند.

کودکانی که دارای اختلالات شناختی یا تنفسی شدید هستند و در تحمل ماسک مشکل دارند، تحت هیچ شرایطی نباید از ماسک استفاده کنند. بهترین روش پیشگیری رعایت بهداشت عمومی نظیر شستن مرتب و مکرر دستها و فاصله گذاری اجتماعی (حفظ فاصله فیزیکی حداقل ۲ متر) می باشد.



### کودکان ۶ تا ۱۱ سال

در تصمیم گیری برای استفاده کودکان ۶ تا ۱۱ سال از ماسک، باید ملاحظات زیر را در نظر گرفته شود:

محیط اجتماعی و فرهنگی (عقاید، آداب و رسوم، رفتار یا هنجارهای اجتماعی) که بر تعاملات اجتماعی کودکان تأثیر می گذارد؛ توانایی کودک در استفاده مناسب از ماسک و نظارت مناسب بزرگسالان؛

تأثیر بالقوه استفاده از ماسک بر یادگیری و رشد روانی - اجتماعی کودک؛

ملاحظات خاص برای مواردی مانند حضور بستگان مسن و سالمند در خانه، مدارس، هنگام انجام فعالیت های ورزشی کودکان معلول یا کودکان دچار بیماری های زمینه ای

به منظور درک بهتر کودک از پوشیدن ماسک و نگهداری ماسک، الگوسازی از طریق والدین / سرپرستان، معلمان، مربیان و افراد معتمد جامعه انجام شود.