

# Gesundheit

Version 3.0



## 1 Inhalt

1	Inhalt	1
2	Gesunde Ernährung	2
2.1	Gesunde Ernährung an der Primarschule Thalheim	2
3	Schulzahnpflege	2
3.1	Verantwortung	2
3.2	Jährlich obligatorische Untersuchung	2
3.3	Kostenbeteiligung durch die Schule	3
4	Schulärztlicher Dienst	3
4.1	Schulärztlicher Dienst der Primarschule Thalheim	3
4.2	Arztuntersuchung an der Primarschule Thalheim auf Kindergartenstufe	3
4.3	Arztuntersuchung an der Primarschule Thalheim in der 5. Klasse	4
4.4	Überprüfung	4
5	Masern	4
5.1	Massnahmen und Schulausschluss	4
5.2	Masern-Information an der Primarschule Thalheim	5
6	Zecken	5
6.1	Lyme-Borreliose	5
6.2	Zeckenzephalitis (auch Frühsommer-Meningo-Enzephalitis, FSME genannt)	5
6.3	Vorbeugung und Schutzmassnahmen	6
6.3.1	Impfung gegen Zeckenzephalitis (FSME)	6
6.4	Zeckeninformation an der Primarschule Thalheim	6
7	Läuse	6
7.1	Läusebefall	6
7.1.1	Vorgehen der Primarschule Thalheim	7
7.1.2	Dispensationen	7

## 2 Gesunde Ernährung

Die Anzahl der übergewichtigen und fehlernährten Kinder hat in den letzten 20 Jahren stark zugenommen. So ist in der Schweiz heute jedes fünfte Kind zu schwer. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) betrachtet Übergewicht und Fettleibigkeit (Adipositas) als neue Pandemie. Übergewicht in der Kindheit erhöht das Risiko, auch im Erwachsenenalter übergewichtig zu sein. Das begünstigt Krankheiten wie Diabetes Typ II, Herz-Kreislaufkrankungen und Krebs. Eine ausgewogene Ernährung und ausreichende Bewegung sind zentrale Faktoren, um Übergewicht zu bekämpfen.

### 2.1 Gesunde Ernährung an der Primarschule Thalheim

Die Primarschule Thalheim unterstützt die erzieherischen Bemühungen für eine gesunde Ernährung. Insbesondere auf Kindergartenstufe wird auf einen gesunden Znüni Wert gelegt. Die Kindergartenlehrperson verteilt jährlich allen Eltern ein Merkblatt mit Ideen für einen gesunden Znüni. Sie macht Eltern, im persönlichen Kontakt aufmerksam, wenn Kinder ungesunde Znüni mitnehmen.

## 3 Schulzahnpflege

Das Ziel der Schulzahnpflege besteht darin, durch Massnahmen zur Erhaltung einer gesunden Mundhöhle einen Beitrag an die allgemeine Gesundheit der Schüler/Schülerinnen zu leisten. Die Schulzahnpflege umfasst vorbeugende Massnahmen im Unterricht und obligatorische zahnärztliche Einzeluntersuchungen bei privaten Zahnärzten.

Die Primarschulpflege sorgt für die Durchführung der Präventionsmassnahmen. Sie lässt sich dabei der kantonalen Gesundheitsdirektion/Bildungsdirektion beraten.

Zu den Präventionsmassnahmen der Primarschule Thalheim gehören:

- Empfehlungen für die Ernährung bezüglich Schülerversorgung (Pausenversorgung und Trinkverhalten, Mittagstisch)
- Regelmässige Präventions-Lektionen im Unterricht durch eine Schulzahnpflegeinstruktorin.
- Überprüfung der Durchführung der jährlichen obligatorischen Untersuchungen der Zähne der Kinder bei einem Zahnarzt

### 3.1 Verantwortung

Die Eltern sind verpflichtet jedes Jahr für ihr Kind einen Kontrolluntersuch bei einem Zahnarzt ihrer Wahl durchführen zu lassen.

Die Primarschulpflege bestimmt eine verantwortliche Schulzahnpflegeinstruktorin, welche die Durchführung der Präventions-Lektionen in den Klassen garantiert.

Private Zahnärzte/innen übernehmen den zahnärztlichen Untersuch und allfällig notwendige Behandlungen der Kinder.

Die Schulverwaltung kontrolliert die Durchführung der Zahnarztuntersuche und erinnert Eltern daran. Sie ist verantwortlich für die Rückvergütungen der Kosten an die Eltern wie im Konzept vorgesehen.

### 3.2 Jährlich obligatorische Untersuchung

Die zahnärztliche Untersuchung sämtlicher Schüler/Schülerinnen ist obligatorisch und wird jährlich in der Verantwortung der Eltern durch einen Zahnarzt ihrer Wahl durchgeführt. Die Untersuchung zweckt die Gesundhaltung und gute Funktion der Milch- und bleibenden Zähne. Sie dient dazu, Erkrankungen der Zähne und des Mundes, aber auch Zahn- und Kieferfehlstellungen frühzeitig zu erkennen und wenn nötig zu behandeln. Die Schule beteiligt sich an den Kosten der Untersuchung. Bei besonderem Verdacht auf Karies bzw. nach Absprache der Eltern können Bitewing-Röntgenbilder angefertigt werden.

Die Untersuchungen sollen wenn möglich den Schulbetrieb nicht tangieren.

### **3.3 Kostenbeteiligung durch die Schule**

Die Schule vergütet den Eltern pro Schuljahr für die Befundaufnahme beim Kind CHF 48.80 (nach Zahnarttarif UV/MV/IV Tarifposition 4.0090 Befundaufnahme beim Schüler)  
Zusätzlich vergütet sie den Eltern einmal im Laufe der Schulzeit an der Primarschule Thalheim CHF 38.40 für Bitewing-Röntgenbilder. (Tarifposition 4.0500 intraorales Röntgenbild links und rechts)  
Eltern bezahlen die Zahnarztrechnung, reichen eine Kopie der Rechnung unter Angabe ihrer Bankverbindung (IBAN-Code und Kontoinhaber) an die Schulverwaltung und erhalten die oben genannten Kosten rückvergütet.

Die Kosten für weitergehende Behandlungen gehen zu Lasten der Eltern. Eine Kostenbeteiligung durch die Schule ist nicht vorgesehen.

## **4 Schulärztlicher Dienst**

Rechtsgrundlagen zum Schulärztlichen Dienst und den schulärztlichen Untersuchungen bilden das Volksschulgesetz §20, die Volksschulverordnung §16-18 und das Gesundheitsgesetz §13, §15, §49-50 des Kantons Zürich.

Der Schulärztliche Dienst unterstützt die Schule in Fragen der Gesundheitsberatung, -erziehung und -förderung und Prävention. Sie sind gemeinsam mit den Gemeinden zuständig für die Verhütung und Bekämpfung übertragbarer Krankheiten in Schulen und wirken bei der Durchführung notwendiger Massnahmen mit.

Auf Gesuch der Schule untersuchen Schulärzte und Schulärztinnen Schülerinnen und Schüler bei konkretem Verdacht auf Kindesmisshandlung auch ohne Zustimmung der Eltern.

Schulärztliche Untersuchungen sind auf der Kindergartenstufe, in der 5. Klasse der Primarschule und auf der Sekundarstufe obligatorisch.

Bei schulärztlichen Untersuchungen werden Grösse und Gewicht, Seh- und Hörvermögen sowie der Impfstatus erhoben. Auf der Kindergartenstufe erfolgt zusätzliche eine Entwicklungsbeurteilung.

Schulärztinnen und Schulärzte, sowie Privatärzte und Privatärztinnen halten die Ergebnisse der Untersuchung gemäss Vorschriften fest, teilen diese den Eltern mit, und melden den Schulen die Durchführung des Untersuchs.

Sie beraten Eltern im Impffragen. Impfungen durch den Schularzt oder die Schulärztin werden nur mit ausdrücklicher Erlaubnis der Eltern durchgeführt.

### **4.1 Schulärztlicher Dienst der Primarschule Thalheim**

Für die Primarschule Thalheim übernimmt das Ärzteteam der Arztpraxis Ossingen, den schulärztlichen Dienst. Schülerinnen werden den Schulärztinnen Dr. Irene Glauser oder Dr. Elinor Schwab zugewiesen, Schüler Dr. Florian Kuss.

Schularzt Thalheim:     Arztpraxis Ossingen  
                                  Truttikerstrasse 19  
                                  8475 Ossingen  
                                  Tel. 052 304 32 11

### **4.2 Arztuntersuch an der Primarschule Thalheim auf Kindergartenstufe**

Die Eltern der Kindergartenkinder im ersten Jahr werden anfangs Schuljahr mit einem Schreiben und dem „Merkblatt Schulärztliche Untersuchung“ zum Arztuntersuch aufgefordert. Die Kosten für die gesetzlich vorgeschriebene schulärztliche Untersuchung werden von den obligatorischen Krankenpfleversicherungen übernommen. Die Schule übernimmt keine Kosten.

Die Privatärzte und Privatärztinnen bestätigen mit Unterschrift die Durchführung der schulärztlichen Untersuchung, die Eltern leiten die Bestätigung an die Primarschule weiter.

#### 4.3 Arztuntersuchung an der Primarschule Thalheim in der 5. Klasse

Die Eltern der Kinder der 5. Klasse werden anfangs Schuljahr mit einem Schreiben und dem „Merkblatt Schulärztliche Untersuchung“ zum Untersuch aufgefördert. Wenn die Untersuchung in der schulärztlichen Praxis der Primarschule Thalheim stattfindet, übernimmt die Schule die Kosten des Untersuch. Auf eigenen Wunsch können die Eltern den Untersuch aber auch bei ihrem Privatarzt oder bei ihrer Privatärztin durchführen, die Kosten dafür gehen dann aber zu Lasten der Eltern.

Sowohl die schulärztliche Praxis, wie auch private Praxen bestätigen den Schuluntersuch.

Der Schularzt verrechnet pro Schuluntersuch in seiner Praxis der Primarschule Thalheim direkt CHF 75.00.

#### 4.4 Überprüfung

Die Primarschule überprüft, ob die obligatorischen Untersuch durchgeführt wurden, und erinnert die Eltern bei Versäumnissen jeweils Ende Schuljahr.

## 5 Masern

Masern sind eine hochansteckende Kinderkrankheit, die in der Schweiz immer wieder epidemieartig auftritt und vor allem nicht oder ungenügend geimpfte Personen betrifft. Die Komplikations- bzw. Hospitalisationsrate ist aktuell in der Schweiz hoch: bei Ein- bis Fünfzehnjährigen liegt sie bei 16 %, bei über Sechzehnjährigen sogar bei 28 %. Der einzig sichere Schutz besteht **in einer zweimaligen Impfung, die in der Regel im Kleinkindalter verabreicht wird, aber auch später bis zum 40. Altersjahr - ausser in der Schwangerschaft - empfohlen ist.**

**Erkrankung Ansteckung:** Hochansteckende Virus-Erkrankung mit Hautausschlag. Ansteckung durch Tröpfchen (z.B. Speichel, Husten/Niesen) schon ab dem 4. Tag vor Beginn des Hautausschlages möglich. Zeitraum Ansteckung bis Ausbruch der Erkrankung ca. 1 - 3 Wochen. Masern-Erkrankungen müssen vom Kinder-/Hausarzt dem Kantonsarzt gemeldet werden!

**Symptome** Frühstadium: Fieber, Husten, Schnupfen, Bindehautentzündung. Vollstadium: leicht geschwollene rötliche Hautflecken, die ineinander übergehen.

**Komplikationen:** Häufig Mittelohrentzündung, Lungenentzündung, Hospitalisation wegen schlechtem Allgemeinzustand. Selten Übergreifen auf das Gehirn (Enzephalitis) in ca. 0.5 - 1 von 1000 Erkrankungen, zum Teil mit bleibenden Hirnschäden. Todesfälle in Industrieländern selten. In der Regel heilen Masern folgenlos ab.

**Behandlung** Bisher ist nur eine Behandlung bzw. Abschwächung der Symptome möglich, eine ursächliche Behandlung ist **nicht möglich**. Antibiotika helfen nicht gegen Viren.

**Impfung** Die gut verträgliche, kombinierte Impfung gegen Masern, Mumps und Röteln gehört zu den Basisimpfungen im Alter von 12 Monaten mit einer Zweitimpfung im Alter von 15 -18 Monaten. Der Impfschutz hält dann nach heutigem Wissen bis ins hohe Erwachsenenalter. Leichte Formen der Erkrankung sind auch bei Geimpften möglich, in der Regel aber ohne Komplikationen. Eine Impfung innerhalb der ersten 72 Stunden nach Masern-Kontakt kann den Ausbruch der Erkrankung in einem hohen Prozentsatz der Fälle noch verhindern. Schwangere dürfen nicht geimpft werden (siehe auch <http://www.bag.admin.ch/themen/medizin/00682/00685/03212/index.html?lang=de>)

### 5.1 Massnahmen und Schulausschluss

Erkranktes Kind bis 4 Tage nach Beginn des Ausschlages. Ungeimpfte Geschwister oder Kinder des gleichen Haushaltes sollten innerhalb von 72 Stunden geimpft werden. Ungeimpfte Kinder in engem Kontakt mit Erkrankten müssen 14 Tage vom Besuch der Schule, des Kindergartens und der Spielgruppe ausgeschlossen werden.

### **Empfohlene Massnahmen beim Auftreten von Masern in Schule, Kindergarten und Spielgruppe**

- Ausschluss des erkrankten und anderer nicht geimpfter Kinder von Schule, Kindergarten und Spielgruppe gemäss obigen Richtlinien.
- Bei Krankheitszeichen sofortiges Aufsuchen des Kinder- oder Hausarztes mit Rückmeldung an Schule, Kindergarten und Spielgruppe.
- In Gemeinschaftseinrichtungen/Haushalt: strenge Händehygiene, Einmal-Papiertücher (keine Stoffhandtücher), kein Austauschen von Bechern, Besteck und ähnlichen Gebrauchsgegenständen.

### **5.2 Masern-Information an der Primarschule Thalheim**

Die Eltern der neu eintretenden Kindergarten-Kinder werden anfangs Schuljahr mit dem Merkblatt Masern informiert. Ebenso ist das Merkblatt auf der Homepage ([www.schule-thalheim.ch](http://www.schule-thalheim.ch)) aufgeschaltet.

## **6 Zecken**

### **6.1 Lyme-Borreliose**

Zecken können in der ganzen Schweiz die sog. Borreliose oder Lyme-Disease übertragen. Nur jede 10. Person, die von einer infizierten Zecke gestochen wurde, entwickelt Symptome.

Wenn einige Tage nach einem Zeckenstich an der Stichstelle oder an einer andern Körperstelle eine ringförmige Hautrötung (Erythema migrans) auftritt, suchen Sie Ihren Haus- oder Kinderarzt auf. Gelegentlich ist dieses frühe Stadium der Erkrankung kombiniert mit Fieber und grippeartigen Symptomen. Die Borreliose kann schwerwiegendere Beschwerden verursachen an Gelenken, Sehnen, Nervensystem und selten auch Herzbeschwerden hervorrufen (auch Monate und Jahre nach dem Zeckenstich). Deshalb ist eine frühe Erkennung wichtig, denn die Erkrankung kann mit Antibiotika behandelt werden. Sie hinterlässt keine Immunität, d.h. nach einem erneuten Kontakt mit dem Erreger kann man wieder erkranken.

### **6.2 Zeckenzephalitis (auch Frühsommer-Meningo-Enzephalitis, FSME genannt)**

In bestimmten Endemiegebieten sind Zecken mit dem FSME-Virus infiziert und können ihn auf Menschen übertragen. Der ganze Kanton Zürich ist betroffen. Ebenfalls betroffen ist fast die ganze Deutschschweiz (ausser Appenzell, Basel-Stadt, Glarus, Jura), das Fürstentum Lichtenstein und die Kantone Fribourg und Waadt (Stand Mai 2010, Quelle Bundesamt für Gesundheit BAG, <http://www.bag.admin.ch/themen/medizin/00682/00684/01114/index.html?lang=de>).

Etwa 1-5% der Zecken in Endemiegebieten ist mit dem FSME-Virus infiziert. Viel häufiger sind die Zecken mit dem Bakterium *Borrelia burgdorferi* infiziert (10-35%), welches die Lyme-Borreliose hervorruft. FSME führt zu einer Immunität im Gegensatz zur Borreliose.

#### **Zwei-Phasen-Verlauf und Beschwerden der FSME**

7 bis 14 Tagen nach einem Zeckenstich treten Kopfschmerzen, Fieber, Müdigkeit und andere grippeartigen Beschwerden auf (Phase 1). Diese Phase dauert nur wenige Tage und ist gefolgt von einem beschwerdefreien Zeitraum. Bei 5% bis 15% der Erkrankten kommt es nach der Beschwerdefreiheit zu Entzündungen des Nervensystems mit starken Kopfschmerzen, manchmal Lähmungen und Bewusstseinstörungen (Phase 2). 1% bis 2% beträgt die Letalität dieser schweren Hirnentzündung und das Risiko für bleibende Schäden.

Deshalb sollten Sie bei Symptomen unbedingt Ihren Haus- oder Kinderarzt aufsuchen. Noch besser ist eine Vorbeugung: Gegen Zeckenzephalitis gibt es eine Impfung!

## 6.3 Vorbeugung und Schutzmassnahmen

- Gut abschliessende, helle Kleidung (Lange Hosen und Ärmel, Socken über die Hosen gestülpt),
- Zeckenschutzmittel für Haut und Kleider, geschlossenes Schuhwerk.
- Wenn möglich Meiden von Gebüsch, hohem Gras und Unterholz. Aufsuchen von Spielanlagen fern vom Gebüsch und auf schützenden Trockenzone oder kurz geschnittenem Rasen. Steinwege benutzen.
- Nach Ausflügen an Orten mit möglichem Zeckenkontakt baldiges, sorgfältiges Absuchen des Körpers und der Kleider nach Zecken (Aufgabe der Eltern): Gerne stechen Zecken in den Kniekehlen, Leisten, Bauchnabel und Achselhöhlen, bei Kindern auch im Bereich des Kopfhaares und hinter den Ohren. Der Zeckenstich ist schmerzlos.
- Ein schnelles Entfernen der Zecke kann vor einer Erkrankung schützen: Diese ohne Vorbehandlung mit einer Pinzette hautnah fassen und gerade, mit kontinuierlichem Zug herausziehen, Haut desinfizieren. Stichstelle mit Kugelschreiber und Datum kennzeichnen.

### 6.3.1 Impfung gegen Zeckenzephalitis (FSME)

Gegen die FSME existiert eine wirksame Schutzimpfung. Da die FSME Erkrankungen in den letzten Jahren zugenommen haben, wird allen Erwachsenen und Kindern ab 6 Jahren, die in einem Endemiegebiet wohnen oder sich dort zeitweilig aufhalten, eine Impfung gegen die FSME empfohlen. Diese Empfehlung gilt seit Frühling 2006 auch für den ganzen Kanton Zürich. Für einen vollständigen Impfschutz sind drei Impfungen nötig. Ein wirksamer Impfschutz besteht nach der 2. Impfung frühestens nach 4 - 6 Wochen. Darum sollte mit der Grundimpfung wenn möglich vor der Zeckensaison begonnen werden.

## 6.4 Zeckeninformation an der Primarschule Thalheim

Die Eltern der neu eintretenden Kindergarten-Kinder werden anfangs Schuljahr mit dem Merkblatt Zecken informiert. Ebenso ist das Merkblatt auf der Homepage ([www.schule-thalheim.ch](http://www.schule-thalheim.ch)) aufgeschaltet.

# 7 Läuse

Jedermann kann Kopfläuse bekommen. Sie sind lästig und man bekommt sie schneller, als dass man sie loswird! Für die Untersuchung und Bekämpfung bei Läusebefall in Schulen sind die Gemeinden zuständig: „Die Gemeinden sorgen für die Prävention und Überwachung der Gesundheit der Schülerinnen und Schüler an der Volksschule.“ (§50, Abs. 1, Gesundheitsgesetz). An der Primarschule Thalheim werden für die Bekämpfung Laufachfrauen eingesetzt. Bei hartnäckigem Befall oder bei nicht kooperierendem Elternhaus kann zur Unterstützung, Beratung und Motivation die zuständige Schulärztin oder der zuständige Schularzt beigezogen werden.

## 7.1 Läusebefall

Die Übertragung erfolgt fast ausschliesslich durch direkten Kopf zu Kopf Kontakt, nur in seltenen Fällen durch das Austauschen von Kopfbedeckung, Kämmen und anderen persönlichen Gegenstände wie z.B. Plüschtiere. Eine Übertragung durch Haustiere ist nicht möglich, ebenso nicht eine Übertragung über Wasser z.B. im Schwimmbad. Die Kopflaus braucht die warme Kopfhaut als Lebensraum und kann nur dort überleben und sich vermehren.

### **7.1.1 Vorgehen der Primarschule Thalheim**

Um eine Ausbreitung des Läusebefalls frühzeitig zu verhindern, führt die Primarschule zweimal jährlich, im September und Januar, eine Gesamtkontrolle aller Kinder durch. Die Termine werden von der Schulleitung via Quartalsinfobrief bekannt gegeben.

Werden dabei Nissen entdeckt, wird die gesamte Elternschaft mit einem Merkblatt über den Läusebefall in der Schule informiert. Das Schreiben wird via älteste Kinder an alle verteilt. Kinder, bei denen Nissen entdeckt wurden, werden mit einem speziellen Elternbrief und den entsprechenden Merkblättern angeschrieben. Die Information erfolgt schriftlich und wird im Normalfall per Post zugesandt.

Erfolgt zwischen den Gesamtkontrollen eine Meldung an die Schulleitung, informiert diese die Lausfachfrauen. Untersucht werden dann mindestens alle Kinder der betreffenden Klasse, allenfalls auch andere Klassen. Das Informationsverhalten der Schule ist dasselbe, wie bei den Gesamtkontrollen.

Eine Nachkontrolle durch das Lausteam erfolgt je nach Anzahl Kinder, die vom Lausbefall betroffen sind. Sind es nur einzelne, werden die Eltern über den Nachkontrolltermin informiert. Dieser findet nach der Schule im Schulhaus statt, in Einzelfällen und in Absprache auch mal bei den Kindern zu Hause. Betrifft es mehrerer Kinder in einer Klasse, wird die ganze Klasse nochmals kontrolliert.

### **7.1.2 Dispensationen**

Der Läusebefall, obwohl lästig und aufwändig in der Behandlung, gehört nicht zu den ansteckenden, übertragbaren Krankheiten im Sinne des Epidemiegesetzes, weil dieser keine beeinträchtigende Erkrankung ist oder mit sich bringt. Deshalb ist ein Läusebefall kein Dispositionsgrund auch nicht für den Schwimmunterricht, weil Läuse nicht über Wasser übertragen werden.

Um die Läuse erfolgreich aus einer Schulklasse zu eliminieren, ist es erforderlich, dass alle Betroffenen in der Klasse korrekt gegen Läuse behandelt werden. Wenn die Läusebehandlung von den Eltern trotz wiederholter Aufforderung erwiesenermassen nicht sachgemäss durchgeführt wird oder die Eltern sich weigern, die Nissen zu entfernen oder überhaupt zu kooperieren, kann eine vorübergehende Dispensation der betroffenen Schülerin oder des Schülers vom Unterricht notwendig sein und von der Schulpflege bzw. Schulleitung angeordnet werden. Wenn eine ganze Klasse wiederholt angesteckt wird, liegt ein zureichender Dispositionsgrund im Sinne von § 29, Abs. 1 der Volksschulverordnung ebenfalls vor.