

MENINGITIS	
Wat is meningitis?	Meningitis is 'n infeksie van die membrane om die brein en rugmurg. Dit kan veroorsaak word deur kieme genaamd <i>bakterieë</i> (bv. <i>meningococcal meningitis</i>) of deur kieme genaamd <i>virusse</i> (<i>virale meningitis</i>). Die meeste gevalle van meningitis word deur 'n virus veroorsaak en is betreklik gematig. Meningitis wat egter deur bakterieë veroorsaak is, is 'n ernstige infeksie.
Hoe algemeen is meningitis?	Bakteriale meningitis kan seisoenaal uitbreek (veral suid van die Sahara in Afrika), maar virale meningitis is die mees algemene vorm daarvan.
Hoe sal jy weet of 'n leerder meningitis het?	Die leerder sal ernstig siek wees met simptome wat in enige volgorde mag voorkom. Dit sluit in 'n hoë koors, stywe nek, naarheid en braking, hoofpyn, uitslag (stippels, rooi kolle), verwarring en toevalle.
Hoe doen 'n mens meningitis op?	Direkte en indirekte kontak met vars neus- of keelafskeiding (respiratoriese druppeltjies van die neus of keel van 'n geïnfecteerde persoon se hoes en nies).
Hoe lank na infeksie (sodra die kiem in jou liggaam is) duur dit voor jy begin siek voel?	Dit kan van 1 tot 10 dae duur, maar gewoonlik 3 – 4 dae.
Hoe word meningitis behandel?	Indien die onderwyser meningitis vermoed, moet die leerder na 'n dokter, kliniek of hospitaal verwys word. Indien die leerder 'n <i>bakteriale</i> meningitis opgedoen het, sal hy of sy met antibiotika behandel word. Antibiotika word nie benodig vir <i>virale</i> meningitis nie, maar die leerder sal moet rus en pyndoders soos paracetamol (bv. Panado) neem. Die simptome van virale meningitis klaar gewoonlik binne twee weke op.
Moet 'n leerder met meningitis van die skool uitgesluit word?	Ja.
Vir hoe lank moet 'n leerder van die skool uitgesluit word?	Vir 24 uur nadat behandeling begin het. Die leerder moet na die skool terugkeer alleenlik met 'n brief van die dokter.
Watter komplikasies kan intree a.g.v. meningitis?	Versuim in die behandeling van bakteriële meningitis kan lei tot permanente breinskade en dit kan lei tot leerstoornisse en verlamming. Ander komplikasies sluit in doofheid, velletsels en verlies van ledemate as gevolg van gebrekkige sirkulasie.
Opmerkings:	Stiptelike behandeling deur die dokter is baie belangrik. Rapporteer gevalle onmiddellik aan die Gesondheidsdepartement. Om die verspreiding van die siekte te keer mag antibiotika aan persone wat kontak met gevalle van meningitis gehad het, gegee word. <i>Meningococcal meningitis</i> is uiters aansteeklik en is die vorm wat presenteer met 'n uitslag. Dit kan die dood veroorsaak.

WATERPOKKIES

Wat is waterpokkies?	Waterpokkies is 'n siekte wat veroorsaak word deur 'n baie klein kiem (virus) genaamd <i>varicella virus</i> veroorsaak, wat nie met die blote oog gesien kan word nie.
Hoe algemeen kom waterpokkies voor?	Dit is hoofsaaklik kinders wat waterpokkies opdoen, maar volwassenes kan dit ook opdoen.
Hoe sal 'n mens weet of 'n leerder waterpokkies het?	Die leerder sal 'n jukkerige uitslag hê wat hoofsaaklik op die bors, rug en gesig, (selfs op die tandvleis) voorkom. Die uitslag verskyn in dele, elke paar dae. Dit begin as rooi kolle en word dan blase gevul met vloeistof, wat later met etter gevul kan word. Later droog dit uit en vorm 'n kors of rowe. Die uitslag duur van 8 tot 10 dae. Die leerder kan ook 'n koors en hoofpyn hê en kan kla van moegheid en liggaamspyne.
Hoe kry 'n mens waterpokkies?	Waterpokkies is hoogs aansteeklik en word versprei wanneer 'n geïnfekteerde kind hoes of nies en sodoende die kiem na ander kinders toe aangee. 'n Mens kan ook waterpokkies kry as jy in direkte kontak kom met die vloeistof wat uit die blase kom.
Vanaf die oomblik dat jy geïnfekteerd is (wanneer die kiem in jou liggaam is), hoe lank neem dit voor jy begin siek voel?	Die kiem kan al in jou liggaam wees vir 10 tot 21 dae voor jy begin siek voel.
Wat is die behandeling vir waterpokkies?	Indien die vermoede van waterpokkies bestaan, moet die kind deur 'n dokter ondersoek word. Paracetamol (bv. Panado) kan vir die kind ingegee word, en kalamynmelk kan aangewend word om die gejuk te verminder. Indien die waterpokkies erg is of geïnfekteerd geraak het, kan die dokter tablette voorskryf saam met antibiotika vir die gejuk.
Moet 'n leerder met waterpokkies weggehou word van die skool?	Ja.
Vir hoe lank behoort 'n leerder met waterpokkies weg te bly van die skool af?	'n Leerder met waterpokkies moet tuis gehou word en deur 'n dokter behandel word. Die leerder mag slegs terugkeer skool toe met 'n brief van die dokter.
Watter komplikasies kan intree a.g.v. waterpokkies?	Die uitslag mag geïnfekteerd word en dus is dit belangrik om te waak teen krappery. Dit kan ook jou longe, brein en bloedstroom affekteer.
Opmerkings:	Immunisering is beskikbaar. Dit is nie by klinieke beskikbaar nie, maar wel by apteke.

KOPLUISE	
Wat is kopluse?	Luse is klein ($\frac{1}{2}$ - 3mm lank) vlerklose parasitiese insekte wat op mense teer om te oorleef. Hulle het harige plat lywe en kloue waarmee hulle hulle aan die kopvel vasheg. Hulle leef naby aan die vel vir warmte en suig klein hoeveelhede bloed van die kopvel. Die vroulike luse lê eiertjies of nete wat stewig aan die haarskag vasheg. Die nete lyk soos klein wit graankorreltjies.
Hoe algemeen kom kopluse voor?	Luse is 'n algemene probleem by kinders. Dogters het 'n groter kans om besmet te word. Sindelikheid en higiëne het min te doen met die voorkoms van luse (alhoewel die swak sanitêre toestande in arm en oorbevolkte areas veroorsaak dat luse makliker versprei). Luse kan voorkom ten spyte van gereelde haarwassery. In der waarheid floreer luse in skoon, goedgegaste hare
Hoe sal 'n mens weet 'n leerder het kopluse?	Die leerder se kopvel mag uiters jukkerig wees. (Luse veroorsaak egter nie 'n gejeuk nie vir tot drie maande nadat 'n persoon geïnfekteer is.) Die leerder mag ook 'n rooi uitslag in die agterkant van die nek hê, of die werklike luse of nete sal op die haarskagte sigbaar wees. Die mees algemene liggaamsdeel wat geïnfekteer word, is die agterkant van die oor.
Hoe kry 'n mens kopluse?	Luse kan van kop tot kop loop indien hulle in direkte kontak is, maar hulle kan nie swem, vlieg, of spring nie. Hulle kan ook van iemand se kop af na 'n oppervlakte soos 'n kussing of 'n pet beweeg, en daarvandaan na iemand anders se kop toe gaan.
Hoe lank neem dit voor die eiers (nete) uitbroei?	7 tot 10 dae na hulle gelê is.
Hoe behandel 'n mens iemand teen kopluse?	Om van die luse ontslae te raak, moet die hare met 'n spesiale sjampoe wat van die apteek verkrygbaar is (bv. Quellada of Gambex) gewas word. Enige oorblywende nete moet met 'n fyn kam verwyder word en met warm asynwater gewas word. Gaan die hare na 10 dae weer na en herhaal die sjampoebehandeling en verwydering van die nete. (Sien aangehegte vormbriewe vir ouers.)
Moet 'n leerder met kopluse van die skool weggehou word?	Ja.
Vir hoe lank moet 'n leerder uit die kool gehou word?	'n Leerder met luse moet tuis gehou word <i>totdat met behandeling begin is</i> . Sodra daar met die behandeling begin is, (selfs al is nete steeds teenwoordig) kan die leerder terug skool toe gaan, solank daar voortgegaan word met haarondersoek en die verwydering van nete. Navorsing het bewys dat alle nete nie in luse ontwikkel nie, en dit is dus onnodig om 'n leerder weg te hou van die skool as hy of sy slegs nete het.
Watter komplikasies kan intree indien 'n mens kopluse het?	Luse veroorsaak selde fisiese gesondheidsprobleme, alhoewel gekrap van die kopvel infeksie kan veroorsaak. Die grootste probleem met luse is dat hele families, huishoudings en skole geïnfesteerd kan raak.
Opmerkings:	Alle ouers of voogde moet gewaarsku word om op die uitkyk te bly vir luseinfestering binne die skool, en moet versoek word om hulle kinders gereeld te ondersoek. (Voorbeelde van geskikte briewe is aangeheg.)

MASELS	
Wat is masels?	‘n Baie aansteeklike siekte veroorsaak deur ‘n baie klein kiem, genaamd die maselsvirus.
Hoe algemeen kom masels voor?	In die verlede het die meeste kinders onder 5 een of ander tyd masels opgedoen. Omdat baie kinders deesdae teen masels geïmmuniseer is, kom dit minder algemeen voor.
Hoe sal jy weet of ‘n leerder masels het?	Masels word gekenmerk deur ‘n hoë koors en rooi uitslagvlekke regoor die liggaam. Simptome sluit ook in ‘n hoes, waterige oë wat seer raak in helder lig en ‘n neus wat loop.
Hoe doen jy masels op?	Masels word van een persoon na die volgende versprei deur druppeltjies, bv. hoes en nies. Deur kontak te hê met ‘n geïnfekteerde persoon se neus- of keelafskeidings kan dit ook versprei word. Kinders is gewoonlik op die mees aansteeklike fase voor die diagnose gemaak is.
Wanneer jy geïnfekteerd is (as die kiem in jou liggaam is), hoe lank sal dit neem voor jy siek voel of simptome toon?	Dit kan tussen 7 en 14 dae neem.
Watter behandeling is nodig vir iemand met masels?	Indien vermoed word dat ‘n kind masels het, moet hy of sy ‘n dokter besoek. Paracetamol (bv. Panado) kan toegedien word vir die hoë koors. Somtyds kan ‘n dokter ‘n vitamien A-aanvulling voorskryf om komplikasies te voorkom. Kinders wat masels het, moet aangemoedig word om baie vloeistof in te neem.
Moet ‘n leerder wat masels het van die skool weggehou word?	Ja.
Vir hoe lank moet ‘n leerder met masels uit die skool bly?	Vir nog 7 dae nadat die uitslag verskyn het.
Watter komplikasies kan ‘n mens van masels kry?	Borsinfeksie (longontsteking), middelloorinfeksie, diarree, ernstige mondsere, en ‘n soort ooginfeksie wat tot gedeeltelike blindheid kan lei.
Opmerkings:	Masels is ‘n ernstige siekte wat tot die dood kan lei. Dit kan egter voorkom of tot die minimum beperk word deur immunisering. (Voorskoolse kaarte moet deur onderwysers gekontroleer word.) Dit is belangrik dat ouers aangemoedig word om hulle kinders ten volle te laat immuniseer voordat hulle skool toe gaan.

JEUKSIEKTE (SKABIES)

Wat is jeuksiekte?	Dit is 'n klein organisme of miet wat onder die vel inkruip en eiers lê. Hierdie eiers broei na 'n paar dae uit en meer eiers word gelê. Hierdie siklus gaan voort en mag oor die hele liggaam versprei.
Hoe algemeen is jeuksiekte?	Jeuksiekte kom meer algemeen voor by oorbevolkte lewenstoestande waar dit nie moontlik is om gereeld te bad nie. Dit versprei waar daar dikwels vel-tot-vel-kontak tussen mense is, soos in hospitale, dagsorgsentrums, skole, ens. Kinders sowel as volwassenes kan jeuksiekte kry. Ouer mense of diegene met 'n swak immuunstelsel se kanse om jeuksiekte op te doen is gewoonlik groter.
Hoe sal jy weet of 'n leerder aan jeuksiekte ly?	Klein rooi kolletjies of gaatjies word op die liggaam gevind. Dit kom voor in die voue van velle, tussen vingers, by die middellyf, ens. Dit kan egter na die res van die liggaam versprei. Erge gejeuk word ervaar, veral snags of wanneer toestande warm is.
Hoe doen 'n mens jeuksiekte op ?	Dit word oorgedra van een persoon na 'n ander deur direkte, gewoonlik langdurige vel-tot-vel-kontak, of deur klere, bedlakens, handskoene, pette, hoede, ens. te deel. 'n Handdruk of drukkie sal gewoonlik nie genoeg kontak wees om die infestering te versprei nie.
Vanaf die oomblik dat jy geïnfekteerd is (wanneer die kiem in jou liggaam is), hoe lank neem dit voordat jy siek voel of simptome begin toon ?	Van 'n paar dae tot 'n paar weke.
Hoe word jeuksiekte behandel?	Indien jeuksiekte vermoed word, moet die leerder 'n dokter besoek vir 'n voorskrif vir salf. (Sien Bylae A vir aanwending van salf.)
Moet 'n leerder met jeuksiekte wegbly van die skool ?	Ja
Vir hoe lank moet 'n leerder uit die skool gehou word a.g.v. jeuksiekte?	Vir 24 uur na die begin van behandeling.
Watter komplikasies kan intree a.g.v. jeuksiekte?	Omdat die vel stukkend gemaak is, kan sekondêre infeksie dikwels voorkom. (Dit beteken dat die beskadigde vel boonop deur 'n ander kiem ook geïnfekteer word.) Dit moet deur 'n professionele gesondheidspersoon behandel word.
Opmerkings :	Jeuksiekte moet nie self gediagnoseer en self behandel word nie. Dit kan maklik aangesien word vir 'n ander vel-infeksie of siekte en moet dus deur 'n dokter, verpleegster of opgeleide gesondheidsbeampte gediagnoseer word.

PAMPOENTJIES	
Wat is pampoentjies?	‘n Aansteeklike siekte wat deur ‘n klein kiem, genaamd ‘n virus, veroorsaak word (die pampoentjie-virus).
Hoe sal jy weet of ‘n leerder pampoentjies het?	Die leerder sal normaalweg ‘n koors hê met swelling en teerheid van een of meer van die speekselkliere (die kliere net voor die oor).
Hoe kry jy pampoentjies?	Die kiem word versprei van een persoon na ‘n ander deur druppeltjies, bv. deur hoes en nies of ander kontak met speeksel van ‘n geïnfekteerde persoon.
Wanneer jy geïnfekteerd is (wanneer die kiem in jou liggaam is), hoe lank neem dit voor jy siek voel of simptome vertoon?	Dit kan tussen 14 en 21 dae duur.
Wat is die behandeling vir pampoentjies?	Indien vermoed word dat ‘n leerder pampoentjies het, moet hy of sy na ‘n dokter geneem word. Pynmedikasie mag toegedien word vir die koors en die pyn. Dit is belangrik om goeie mondhigiëne toe te pas. In sommige gevalle is die swelsel so erg en pynlik dat ‘n kind met pampoentjies vir ‘n paar dae slegs ‘n vloeistofdieet mag neem. Moedig altyd die inname van genoeg vloeistof aan.
Moet ‘n leerder met pampoentjies wegbly van die skool?	Ja.
Vir hoe lank moet ‘n leerder met pampoentjies van die skool af wegbly?	Vir 7 tot 9 dae na die verskyning van swelling. Hy of sy mag slegs met ‘n doktersertifikaat terugkeer.
Watter komplikasies kan intree na pampoentjies?	Inflammasie van sekere dele van die brein sowel as doofheid. Die testikels of ovaria kan aangetas wees, wat baie pyn kan veroorsaak. Dit is egter nie algemeen in kinders wat nog nie puberteit bereik het nie.
Opmerkings:	Die immunisering van kinders kan pampoentjies verhoed. Ouers moet aangemoedig word om hulle kinders ten volle te immuniseer voor hulle die skoolstelsel betree. Immunisering is nie beskikbaar by klinieke nie, maar wel by apteke.

Bylae A:

VORMBRIEF VIR OUERS VAN KINDERS MET JEUKSIEKTE (SKABIES)

Geagte Ouer/Voog

Na 'n ondersoek op skool het ons gevind dat u kind, _____
moontlik skabies mag hê.

Doen asseblief die volgende:

1. Hou hom/haar by die huis tot u met die behandeling begin het.
2. Knip u kind se vingernaels
3. Was al u kind se klere en bedlinne in warm water en laat dit vir ongeveer 8 uur in direkte sonlig droog word. Stryk alle klere met 'n warm strykyster indien moontlik.
4. Die hele lyf moet met seep en warm water gewas word. Droog goed af met 'n skoon handdoek.
5. Wend die room aan (voorgeskryf deur 'n dokter of kliniek) oor die hele lyf, uitgesonderd die gesig- en nekarea. Maak seker dat die room in al die voue van die vel kom. Laat toe om op die vel droog te word. wend room weer aan. Laat die room aan die vel vir 24 uur en was af. Indien die gejeuk nie ophou binne 3 dae na hierdie behandeling nie, moet die proses herhaal word.
6. Almal wat in dieselfde huis of in nabye kontak leef, behoort ook behandel te word.

U samewerking sal hoog waardeer word.

Die uwe

Klasonderwyser

Datum

Bylae B:

VORMBRIEF VIR OUERS VAN KINDERS MET LUISE

Geagte Ouer/Voog

Na 'n ondersoek op skool het ons gevind dat daar

luise en nete in u kind se hare is.

Doen asseblief die volgende:

1. Hou hom/haar by die huis tot u met die behandeling begin het.
2. Was die kind se hare met spesiale sjampoe, bv. Quellada of Gambex, wat van u plaaslike apteek, gemeenskapsgesondheidsentrum (daghospitaal) of kliniek verkrygbaar is. Dit sal die luise doodmaak.
3. Na die hare gewas is, kan die nete met 'n kam met fyn tande of met 'n doringtangetjie verwyder word. Beweeg die kam deur die hare, deur by die hare se punte te begin en terug te werk na die kopvel toe met die kam se tande altyd in die rigting van die kopvel gehou. Inspekteer die tande van die kam na elke strykbeweging – enigiets klein, grys en bewegend is 'n luis. Spoel die kam in lopende water af na elke strykbeweging.
4. As daar enige nete of luise tot die volgende dag oorgebly het, was die hare met asynwater ('n oplossing bestaande uit die helfte asyn gemeng met die helfte water.)
5. Hou aan om die hare met 'n kam met fyn tande te kam tot daar geen nete meer oorgebly het nie.
6. Tien dae nadat die hare met die spesiale sjampoe gewas is, moet dit weer daarmee gewas word.
7. Elkeen in die familie of gesin wat geïnfesteerd is, moet behandel word.
8. Moenie 'n haardroër gebruik na die gebruik van die spesiale sjampoe nie.
9. Moenie kamme, borsels, handdoeke of hoofbedekkings deel nie.
10. Stofsuig die huis deeglik om enige hare wat nete aan mag hê, te verwyder.
11. Was al die klere (veral hoofbedekkings) en beddegoed in warm water.

U samewerking sal waardeer word.

Die uwe

Klasonderwyser

Datum

Bylae C:

VORMBRIEF VIR OUERS
KENNISGEWING VAN LUISINFEKSIE

Geagte Ouer/Voog

'n Aantal leerders by ons skool is met luise geïnfesteer. Hierdie leerders sal nie mag skool toe kom voordat hulle behandeling teen die luise begin het nie.

Om te keer dat die infestering versprei, doen asseblief die volgende:

1. Borsel u kind se hare ten minste een keer daaglik.
2. Maak seker dat die kind se hare naby aan die kop gedra word, bv. gevleg.
3. Stel die skool in kennis indien u kopluse opgespoor het.
4. Gaan daaglik na of daar nog kopluse oorgebly het.
5. Indien u kind luise het, hou hom/haar by die huis tot u met die behandeling begin het.

U samewerking sal waardeer word.

Die uwe

Klasonderwyser

Datum