



## Thông tin sức khỏe

1. Thông tin tiêm chủng - Bộ Y tế Utah duy trì một hệ thống hồ sơ tự nguyện, bí mật để hỗ trợ phụ huynh / người giám hộ, nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe và trường học ghi lại việc tiêm chủng của học sinh. Thông tin tiêm chủng sẽ được truy cập và nhập vào Hệ thống thông tin tiêm chủng toàn tiểu bang Utah (USIIS) cho học sinh từ mẫu giáo đến lớp 12. Cho phép trường học của học sinh của bạn chia sẻ lịch sử tiêm chủng của học sinh của bạn với USIIS sẽ giúp bạn, nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của học sinh và nhà trường xác định loại vắc-xin nào mà học sinh của bạn đã nhận được và vẫn có thể cần thiết. Cha mẹ/người giám hộ có thể yêu cầu, bằng văn bản, rằng con mình được miễn nhập cảnh vào cơ quan đăng ký nhà nước theo Đạo luật quyền riêng tư và quyền giáo dục gia đình (FERPA).
2. Sàng lọc thị lực – Murray City School District (MCSD) tiến hành sàng lọc năm. Nếu bạn không muốn con bạn được sàng lọc, vui lòng liên hệ với thư ký trường học hoặc y tá trường học để cho chúng biết.
3. Mối quan tâm về sức khỏe - nếu con bạn có concerns sức khỏe, vui lòng liên hệ với hiệu trưởng trường và / hoặc y tá trường học để thảo luận về nhu cầu chăm sóc sức khỏe của học sinh.
4. Kiểm tra vẹo cột sống - các nghiên cứu gần đây đã gây tranh cãi về hiệu quả của sàng lọc vẹo cột sống thường xuyên trong môi trường học đường. Để tuân thủ luật Utah, mã số 53G-9-402, chúng tôi đang cung cấp hướng dẫn cho phụ huynh, cách kiểm tra vẹo cột sống cho con bạn. Dịch vụ này sẽ không còn được thực hiện tại các trường học trong MCSD trừ khi phụ huynh / người giám hộ yêu cầu y tá của trường.

## Sàng lọc vẹo cột sống cho cha mẹ

Để tuân thủ các quy tắc 53G-9-402 của Bộ Y tế Utah code 53G-9-402 cho các kỳ thi do Bộ Y tế quy định, hướng dẫn về cách kiểm tra vẹo cột sống của con bạn được cung cấp cho phụ huynh có con trong độ tuổi đi học từ lớp 5 đến lớp 8.

Vẹo cột sống là xoắn sang một bên của cột sống hoặc xương sống. Nó thường được phát hiện ở trẻ em từ 10 đến 14 tuổi. Kyphosis, đôi khi được gọi là roundback, là một vòng tròn phóng đại của lưng trên và có thể trông giống như tư thế kém.

Nhiều trường hợp vẹo cột sống và kyphosis là nhẹ và chỉ cần theo dõi liên tục bởi một bác sĩ. Những người khác có thể tồi tệ hơn khi con bạn lớn lên và cần điều trị bằng giằng hoặc phẫu thuật. Vẹo cột sống / kyphosis không được điều trị có thể trở nên tồi tệ hơn khi con bạn lớn lên. Phát hiện và điều trị sớm là điều cần thiết để giúp tránh các biến chứng có thể bao gồm đau lưng, mệt mỏi, giảm dung nạp exercise và trong trường hợp nghiêm trọng làm giảm chức năng tim và phổi.

Thủ tục sàng lọc rất đơn giản. Nhìn vào lưng của con bạn trong khi bé đứng và sau đó uốn cong về phía trước có thể phát hiện sự hiện diện của vẹo cột sống hoặc kyphosis. Instructions đơn giản được đính kèm.

Nếu bạn nghi ngờ con bạn bị vẹo cột sống hoặc kyphosis, bạn nên liên hệ với bác sĩ chăm sóc chính của bạn và cho con bạn kiểm tra. Y tá của trường có thể cung cấp sàng lọc cho từng học sinh theo yêu cầu của phụ huynh hoặc người giám hộ.

Nếu bạn có bất kỳ câu hỏi nào, hoặc muốn con bạn được sàng lọc, vui lòng liên hệ với y tá trường học của bạn, Paulette Staley, RN theo số 801-264-7400 Ext. 5537.

Trân trọng



Darren Dean

Giám đốc Nhân sự & Dịch vụ Sinh viên

## Thông tin vẹo cột sống

Vẹo cột sống là gì? Vẹo cột sống là một uốn cong từ bên này sang bên kia của cột sống. Đó là một khiếm khuyết phát triển và không phải là kết quả của thói quen tư thế kém. 80% các trường hợp vẹo cột sống là vô căn (không rõ nguyên nhân) nhưng nó được biết là phổ biến ở một số gia đình, cho thấy các yếu tố di truyền.

Vẹo cột sống vô căn bắt đầu như một uốn cong nhẹ trong cột sống của một đứa trẻ đang phát triển. Nó có thể vẫn còn nhẹ và không tiến triển, hoặc nó có thể tiến triển theo thời gian, đôi khi nhanh chóng trong quá trình tăng trưởng vị thành niên, từ 10 đến 15. Khoảng 10% số người có một dạng vẹo cột sống rất nhẹ sẽ không cần điều trị và nhiều lần không được chú ý đối với bất cứ ai không được đào tạo để kiểm tra nó. Khoảng 1% sẽ có một tình trạng tiến triển và cần một số điều trị y tế. Trong giai đoạn phát triển, cột sống vẫn linh hoạt và không có đau để chỉ ra sự tiến triển.

Các đường cong đáng kể không ổn định sẽ tiếp tục tiến bộ ở tuổi trưởng thành. Nếu không được điều trị, vẹo cột sống có thể gây ra biến dạng thể chất rõ ràng, đau, viêm khớp, triệu chứng, và các biến chứng tim và phổi và cũng có thể hạn chế hoạt động thể chất.

Nếu được phát hiện sớm, vẹo cột sống có thể được điều trị trước khi nó trở thành một khuyết tật về thể chất hoặc cảm xúc. Các dấu hiệu thường gặp của vẹo cột sống là: xương bả vai nổi bật, hông không đồng đều và mức độ lười, khoảng cách không đồng đều giữa cánh tay và cơ thể, đường viền không đồng đều và quần áo không treo đúng.

Các xét nghiệm sàng lọc tại nhà có thể được thực hiện với đứa trẻ không mặc áo. Đối với các cô gái, một chiếc áo ngực hoặc một bộ đồ bơi đủ thấp ở phía sau để hiển thị spine thất lưng (lưng dưới) sẽ ổn.



Trong khi con bạn đang đứng đối diện với bạn nhìn vào lưng của đứa trẻ và trả lời những câu hỏi sau:

1. Một vai cao hơn vai kia, hay một vai nổi bật hơn?
2. Khi cánh tay của anh ấy / cô ấy treo lỏng lẻo ở bên cạnh cô ấy, một cánh tay có kéo ra khỏi cơ thể nhiều hơn người kia không?
3. Một hông cao hơn hay nổi bật hơn hông kia?
4. Đứa trẻ dường như nghiêng sang một bên?
5. Bạn có thấy một đường cong rõ ràng?

SAU ĐÓ: yêu cầu con bạn uốn cong về phía trước, với cánh tay treo xuống và lòng bàn tay khôngogether ở mức đầu gối. Bạn có thể nhìn thấy một cái bướu ở lưng ở xương sườn hoặc gần thắt lưng không?

Nếu câu trả lời của bạn cho bất kỳ câu hỏi nào trong số này là "có", bạn nên liên hệ với bác sĩ để xác minh những phát hiện của bạn.

Sàng lọc thường xuyên được thực hiện bởi nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của bạn tại một kỳ thi trẻ em tốt, và được khuyến cáo hai lần cho các cô gái ở tuổi 10 và 12, bé trai một lần ở tuổi 13-14.

