

德里學生面臨健康風險

駐印度代表處教育組

德里政府在 20 所公立學校實施的一項為期兩年的健康計劃普查顯示，在接受篩檢的 22,000 名學生中，驚人的 69% 處於 BMI 的紅色區域，在健康營養方面有潛在風險。

該計劃名為學校健康診所（SHC），由健康和家庭福利部以及教育部於 2022 年 1 月實施。作為試點計畫的一部分，每所學校都配備了一名護士和一名心理學家，並設有診所。此外，官員表示，一名訓練有素的醫生被分配到 5 所學校組成的社群。

仔細閱讀 2023 年 12 月 7 日試點計畫發布的數據，我們發現 69% 的學生處於 BMI 的紅色區域。專家表示，這是由於垃圾食物攝取量增加和缺乏體力活動造成的。

一名衛生部門官員表示，這意味著學生嚴重依賴更便宜的快餐，這些快餐含有不飽和脂肪，營養價值較低，這會影響學生的身高和整體生長。學生家長被告知並建議改變飲食習慣，例如在飲食中添加更多蛋白質和鐵。在一些極端的情況下，兒童被轉診接受進一步治療。

數據還顯示，15% 的學生視力下降，官員將其歸因於 3C 螢幕時間增加。隨後，3,674 名學生再次接受篩檢，1,274 名學生得到非營利組織幫助並獲得配戴眼鏡。SHC 計畫解決的另一個重要方面是視力健康，篩檢過程發現 15% 的學生視力下降。

此外，該計畫還讓 20,562 名學生參加了團體心理健康課程。這些課程顯示，許多學生遭受了疫情後的壓力、霸凌、自卑、荷爾蒙變化和身份問題。

在私立學校擔任輔導員的心理學家阿什·阿拉姆（Arshi Alam）表示，青少年面臨從身體形象問題到焦慮等多種挑戰。她補充說，除了學校輔導員之外，教師的敏感度也至關重要，身為心理健康專業人員，我們與孩子相處的時間有限。老師能幫助他們度過日常的掙扎，教師需要對這些問題保持敏感，因為他們是第一線回應者。事實證明，健康的師生關係可以帶來更好的學業成績，以及學生更好的整體成長。

撰稿人/譯稿人：陳立穎綜合編譯

資料來源：印度斯坦時報等媒體

