خطر يهدد صحة الإنسان .. وسلوك غير حضاري

غسل الأيدي في إناء مشترك سبب في نشر الأمراض المعدية والقاتلة

تكثيف الرسالة التوعوية للمجتمع سيساهم في حمايته من مخاطر السلوكيات الخاطئة

بشير الحزمي

يعاني المجتمع اليمني كغيرة من المجتمعات الأخرى في الدول النامية من انتشاربعض العادات والتقاليد الخاطئة والضارة ، وبخاصة في المناطق الريفية والنائية .. ورغم ما تشهده بعض المناطق من تطور حضاري وانتشار للتعليم ووصول الخدمات الصحية وحملات التوعية المختلف فئات المجتمع إلا أن بعض تلك العادات والتقاليد ما تزال حاضرة بقوة ولعل من أبرزها ما هو مرتبط بالجانب الصحي والبيئي ويعد غسل اليدين في إناء مشترك احد ابرز تلك العادات والسلوكيات الخاطئة التي تمارس في المجتمع اليمني قبل وبعد الأكل.

بات استخدام الإناء المشترك لغسل الأيدي عادة تمارسها معظم الأسر اليمنية في الأرياف وحتى في المدن على اختلاف مستوياتها التعليمية والاجتماعية وتبرز هذه العادة كثيراً في المناسبات كالأعراس والولائم والمناسبات لمختلفة ، حيث يشترك كل الأفراد سواء في إطار الأسرة الواحدة أو كل المشاركين في المناسبات في غسل أياديهم في إناء واحد به كمية من الماء تتراوح بين 3-5 لترات بحيث يغسلون أيديهم الواحد تلو الأخر ومن نفس الإناء وبنفس الماء بدون استخدام الصابون وهذا يتم في الغالب قبل الأكل وبعده مما يجعل المستخدمين لهذا الماء عرضة للإصابة بالعديد من الأمراض المعدية وهو ما أكده الأطباء المتخصصون بأن الأيدي في معظم الأحيان تبدو نظيفة ولكنها في الحقيقة تحمل عدداً كبيراً من الجراثيم المسببة للأمراض واليد عضو يستخدمه الإنسان في جميع أعماله.

وسيلة لنقل الأمراض

فاليدان معرضتان للتلوث بدرجة كبيرة وعلينا الاهتمام بنظافتهما دائماً ومهما غسل الإنسان يده بعد ملامستها البراز فلا يمكن التخلص من الجراثيم العالقة باليد وتحت الأظافر إلا إذا استخدام الماء والصابون خلال الغسل ومن الأمراض التي تحدث نتيجة تلوث الأيدي بالبراز (التيفوئد، الدوسنتاريا المعوية ، الامبيبا ، الديدان المعوية ، الاسهالات ،وغيرها) فلنتخيل إذا غسل احدنا يديه وهما ملوثتان في إناء الغسل المشترك وغسل الآخرون أيديهم من نفس الإناء كم ستنتقل من ميكروبات وجراثيم وأمراض معدية إلى الآخرين وخصوصاً إذا كان غسل اليدين قبل الأكل لان اليد ستلامس الطعام وأصابع ا ليد

ستو ضع في الفم وهنا ستكون الكارثة بأن تنتقل كل تلك الأمراض عبر الفم وكان يمكن تجنبها لو استخدم الطريقة الصحيحة السليمة في غسل اليدين قبل وبعد الأكل واستخدام الماء والصابون دون أن يعرض نفسه أو غيره لأي أمراض معدية وهنا ينبغي أن يعي الجميع أهمية منع ذلك السلوك الخاطئ واتباع سلوك بسيط هو نظافة اليدين وغسلها بالماء والصابون جيداً وعلى جميع أفراد الأسرة بمن في ذلك الأطفال التعود على السلوك الصحي المتمثل في غسل اليدين جيداً بالماء والصابون قبل وبعد تناول الطعام وليس باستخدام إناء الغسل المشترك.

الرسالة التوعوية

ما يزال المجتمع متمسكاً بهذه العادة على الرغم من التطور الذي تعيشه اليمن واستخدام الأسر للوسائل الصحية الحديثة وانتشار التعليم والوعي لدى أفراده بمخاطر وأضرار هذه العادة على صحة الإنسان فضلاً عن أنها تعتبر سلوكاً غير حضاري.. وإذا ما أردنا أن نغير من هذا السلوك فينبغي أن نكثف الرسائل التوعوية بهذا الخصوص وأن يشارك الجميع بذلك من خلال وسائل الإعلام المختلفة وبخاصة المرئية والمسموعة كونها الأكثر تأثيراً لأنها تدخل إلى كل بيت كما ينبغي إلا نغفل دور المسجد ورسالته التوعوية فهي رسالة مسموعة وديننا الإسلامي حث على النظافة ودعا إلى المحافظة على صحة الإنسان وقوته ليتمكن من أداء واجباته الدينية والدنيوية ، فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم « إذا استيقظ أحدكم من نومه فليغسل يديه قبل أن يدخلهما في الإناء فإن أحدكم لايدري أين باتت يداه» أخرجه البخاري ومسلم واحمد ومالك والشافعي ونهى صلى الله عليه وسلم عن « أن يدخل المرء يده في الإناء الذي فيه ماء قبل أن يغسلها ثلاثا » متفق عليه فنظافة اليدين تقياً وأطفالنا امراضاً معدية عديدة ، ويقول الأطباء إن اليدين معرضتان دائماً للجراثيم الفتاكة ولذلك ينصحون بغسلهما بالماء والصابون قبل وبعد الأكل فلا نشترك حين نغسل أيدينا في إناء واحد وحين تكون لدينا ضيافة لا نقدم اناءً واحداً يغسل فيه جميع الضيوف فهذا سبب في نشر الأمراض المعدية.

في عمق الحدث

زكي الذبحاني

تنبثق أهمية الاحتفال باليوم العالمي لغسل اليدين بالماء والصابون في سائر أنحاء العالم واليمن على وجه الخصوص لما لهذا الإجراء الصحي من مآثر وفوائد قويمة

وتخصيص يوم الخامس عشر من أكتوبر ليكون يوماً عالمياً لغسل اليدين بالماء والصابون في نحو (70 بلد) حول العالم، هو من قبيل التكريم والأهمية الصحية الكبيرة لغسل اليدين في حياتنا، واسترعاء انتبه العالم واهتمامه بضرورة التنبه إلى النظافة الشخصية وعدم التفريط بها قيد أنملة، ذلك لأن له أهمية صحية ترقي إلى مرتبة عالية، فصار أحد أبرز أبجديات الوقاية من مختلف الأمراض المعدية التي تفتك بالكثير من الأطفال حول العالم، حيث يشكل عدم أو إهمال غسل اليدين المسبب الأول لانتشار وشيوع الإسهالات والأمراض المسببة لها والتي تحتل مرتبة ثانية لأسباب وفيات الأطفال في بلادنا والكثير من بلدان العالم الثالث.

فيما خطوة بسيطة لا مشقة فيها ولا عناء باستخدام الماء والصابون يمكن إنقاذ ملايين الأطفال دون سن الخامسة من الموت في العالم واليمن التي لا ينال المجتمع فيها حضاً وافراً من الوعي بأهمية هذا المسلك الصحي القويم – يومياً- كلما دعت الحاجة إليه.

وقد أثبتت الدراسات أن ما تسببه الأيدي الملوثة من أمراض للجهاز الهضمي، كالإسهالات والإلتهابات الرئوية تؤدي إلى وفاة(3,5 مليون) طفل سنوياً حول العالم .

رقم ليس عادياً، بل جد خطير ويستدعي منا التركيز على القضية كمشكلة لا بد من حلها.

بينما بينت الإحصاءات-على المستوى المحلي- بأن(34٪)من أطفال اليمن يصابون بالإسهالات الشديدة من جراء عدم الاهتمام بنظافة اليدين.

إذن، فالمجتمعات النامية ومنها المجتمع اليمني بحاجة لحملات إعلامية توعوية تستهدف تصحيح الاختلالات المرتبطة بغسل اليدين وما يكتنف الأمر من تهاون ولا مبالاة – وهو ما تحرص وزارة الصحة العامة والسكان ممثلة بالمركز الوطني للتثقيف والإعلام الصحي والسكاني بمعية البرنامج العام لإعلام المرأة والطفل بوزارة الإعلام على القيام به وتنفيذه حالياً- عبر تكريس التوعية الجماهيرية في الصحافة من خلال المقالات والتقارير والتحقيقات في الصحافة، والبرامج واللقاءات والدراما والرسائل الصحية عبر الإذاعات.

إلى جانب ما يقدمه المركز الوطني للتثقيف والإعلام الصحي في هذا الإطار من فلاشات وبرامج ورسائل صحية تلفزيونية، وبثه لها على نحو يحقق التعرض الجماهيري المطلوب عبر القنوات الفضائية اليمنية بما ينمي الوعي والمعرفة الصحية في أوساط المجتمع، في مساع طيبة خلاقة تستهدف إحداث التغيير المأمول في العادات والسلوكيات للمجتمع ككل، وفي الأنماط الحياتية للناس البعيدة كل البعد عن قيم النظافة الشخصية وشروط الغسل الجيد لليدين بالماء والصابون.

عدا عن التركيز على فئات معينة كتلاميذ المدارس والأمهات والعالمين في إعداد الطعام، باعتبار هذه الفئات الأكثر حاجة إلى التوعية بأهمية غسل الأيدي بعناية بالماء والصابون..قبل الطعام وبعده وبعد استخدام المرحاض، وقبل تحضير الطعام أو ملامسته باليدين، وعقب كل عمل تتسخ أو تتلوث على أثره اليدان..

ولابد من أن تؤتي مثل هذه الحملات ثمارها في توعية المجتمعات .. أسر و جماع وأفراد، مع الاهتمام بالأنشطة المدرسية والتوعية المباشرة للأطفال في المدارس بأهمية غسل اليدين.

بهذه الخطوات الجدية يتحقق المأمول في حماية صحة الأسرة بل والمجتمع من خطر الإصابة بالكثير من الأمراض المعدية التي تنتقل في ظروف غياب النظافة وإهمال أو ترك غسل اليدين.

ومن هذا المنطلق، فاليوم العالمي لغسل اليدين نافذةً تفتح أمامنا أفاقاً طيبة وتقدم حلولاً مثلى ليس فيها عناء ولا تحتاج منا - لأداء غسل اليدين بالماء والصابون - سوى ثوانٍ قليلة تتراوح ما بين(30-15 ثانية)ليس إلا..

كذلك حثنا على غسل اليدين ديننا الإسلامي ودعانا إليه رسولنا الكريم(صلى الله عليه وسلم)، فقد جاء في عنه (عليه الصلاة والسلام) أنه قال: «من بات وفي يده ريح غمر فأصابه شيء، فلا يلومن إلا نفسه «، وريح الغمر هنا هو رائحة اللحم.

كما قال رسولنا الكريم(صلى الله عليه وسلم): « من توضأ وأحسن الوضوء، خرجت خطاياه من جسده، حتى أنها تخرج من تحت أظافره « كما قال (صلوات ربي وسلامه عليه) وقوله حق، ووعده يقين وصدق من وحي المولى عز وجل وبلاغه، فجزاه الله عنا وعن سائر أمته خير الجزاء..

« تارتيغرادا»وحوش صغيرة تتمشى على الأجساد

هذه الصور لكائنات صغيرة تسمى « تارتيغرادا» وهي وحوش صغيرة لها فك ومخالب تعيش بيننا ويصعب التخلص منها ، إنها كائنات لا ترى بالعين المجردة ولا حتى بالمجهر العادي ، وتحتاج إلى مجهر متطور لترى هذه الوحوش الصغيرة .

إنها تتمشى على جسدك وملابسك وفراشك دون أن تستطيع إيقافها أو القضاء عليها حتى لو أشعلت النيران في جسدك وذلك لأن هذه المخلوقات الصغيرة تتحمل درجة حرارة تصل إلى 151 درجة مئوية.