قوس قزح

إعداد/ محمد فؤاد

الوساخة تجنب الأطفال الإصابة بالحساسية

براغ/14أكتوبر/متابعات:

يؤكد أطباء الأطفال التشيك انه كلما ازداد عدد المواد المختلفة التي يواجهها ويتعامل معها الأطفال خلال العام الأول من أعمارهم ازداد تراجعت التهديدات بإمكانية ظهور مرض الحساسية لديهم مشيرين إلى أن هذا الأمر بالنسبة لمناعة الطفل هو الأكثر أهمية لأنه يتم في العام الأول ويشكل الحواجز أو العوائق المعوية التي تبت في نوعية التعامل مع المواد الغريبة خلال الأعوام اللاحقة .

ويؤكد الطبيب التشيكي المختص بالأمراض الهضمية بافيل كوهوت بأنه لا يوجد اليوم أي نوع والمواد الأولية لا يتحسس منها أحد ما، معتبرا أن المشكلة تكمن في أن الناس الآن يتناولون الكثير من المواد المحفوظة ويعتنون بشكل كبير بالنظافة والطبخ وبالتالي لا يصادف أو يواجه الأطفال الكثير من المواد في الوقت الذي تكون هناك حاجة كي يصادفوا هذه المواد لتعلم التعامل معها .

ويتم خلال العام الأول من عمر الطفل تشكل الغشاء المخاطي في الأمعاء الذي يقوم وبكلمات بسيطة بتعلم التمييز بين المواد غير الضارة من المواد الخطيرة ولهذا يتوجب على الطفل مواجهة اكبر كمية من المستضدات أي المواد التي تثير الاستجابة المناعية ويمكن لها أن تؤدي إلى إنتاج أضداد في الجسم لان من شأن ذلك أن يجعل جسمه يتعلم كيفية التعامل مع كل مادة أما في حال عدم حدوث ذلك فان الطفل يمكن أن يواجه لاحقا الداء البطني أو الحساسية من أنواع أخرى من المواد الغذائية .

ويرى الدكتور كوهوت أن على الأهل مساعدة أطفالهم من خلال جعلهم يواجهون عددا أكبر من المستضدات مشيرا إلى أن الأطفال لا يتوجب أن يأكلوا كل شيء إلا بعد أن يتم طهيه بشكل دقيق كما انه ليس من الضروري في كل مرة يمدون يدهم إلى شيء ما القيام بعملية غسيل الأيدي ..

ويضيف أن كل المواد يجب أن تتوفر في الطعام الذي يتناوله الطفل إلا في حال مرضه بشكل جدي لكنه حذر من إمكانية إصابة 5 ٪ من الأطفال بالحساسية المؤقتة من بروتينات حليب البقر التي لا تتوفر في حليب الأم .

إلى ذلك تقول طبيبة الأطفال التشيكية يانا فيرتشيكوفا إن مثل هذا النوع من الحساسية يمكن أن يظهر عند الأطفال الذين لم يجر إرضاعهم أو عند الأطفال الذين تتناول أمهاتهم بشكل كثير حليب الأبقار في الوقت الذي تعاني أجسامهن من قلة في الاكزيمات التي تهضم ذلك .

وحسب توصية جمعية أطباء الأطفال التشيكية فانه يمكن وبشكل جزئي التعويض عن حليب الأم بإعداد خلطة من حليب الماعز الأمر الذي لم يكن ممكنا سابقا ففي حليب الماعز لا توجد كميات كافية من الحديد ويؤدي إلى فقر في الدم غير انه يتم في الوقت الحاضر إضافة هذه المواد إلى حليب الماعز الأمر الذي يغير موقف المختصين من هذه القضية .

من جهتها ترى السيدة هانا بوسكوتشيلوفا التي حصلت على براءة اختراع بموضوع إنتاج خلية أو هريس من حليب الماعز أن هذا النوع من الحليب مشابه بشكل أكبر لحليب الأم ولاسيما في التركيبة البروتينية له ولهذا من المناسب تقديمه للأطفال منذ انتهاء الشهر الرابع .

الصحة المدرسية وواجبها في مراقبة الوجبات المقدمة للطلاب

إيهاب القلعة : المقصف في الماضي كان يتحلى بالنظافة أكثر من الآن وكانت أسعاره رمزية

الطالب لا يتمكن من شراء وجبته جراء الازدحام خلال فترة الاستراحة ونتيجة للكثافة الطلابية

الاهتمام بنظافة الأطعمة أمر مهم لتجنيب أبنائنا الصغار الإصابة بالأمراض والأوبئة الخطيرة التي قد تودي بحياتهم لاسمح الله ، وقد حثنا ديننا الإسلامي الحنيف وأوصانا نبينا عليه أفضل الصلاة والسلام بالمحافظة على النظافة، وجعلها جزءاً لايتجزأ من الإيمان عندما قال (النظافة من الإيمان).

فالحرص على نظافتنا الشخصية ونظافة بيئتنا ينبغي أن يكون هدفاً رئيسياً لكل فرد سواء في البيت أو الشارع أو المدرسة وفي المجتمع كله، للتحصين من الأمراض وخاصة الإسهالات التي انتشرت في هذه الأيام بين الأطفال والكبار باعتبارها أحد الأمراض القاتلة، وقد تنتشر هذه الأمراض عبر العديد من الطرق منها الأطعمة المكشوفة وغير النظيفة والمياه الراكدة والقمامات في الشوارع والطرقات.

(14 أكتوبر) التقت بعدد من مالكي المقاصف المدرسية والمختصين وربات البيوت لمعرفة الطرق الصحيحة للنظافة وخرجت بالحصيلة الآتية:

أجرت اللقاءات/ أشجان المقطري

ليلى قاسم: المدرسة لديها لجان للصحة المدرسية تتابع باستمرار نظافة المقصف وجودة الأطعمة

إدارة المدرسة كشفت عن مخالفات من قبل المقصف وقامت باتخاذ الإجراءات الرادعة

مراقبة جودة وجبات الطلاب

في هذا الصدد التقينا الأخ إيهاب القلعة وكيل في مجمع الحمزة التربوي والتعليمي فتحدث عن الموضوع قائلا: كان المقصف في الماضي يتحلى بالنظافة أكثر من الآن، وكذلك كانت أسعاره رمزية وفي السبعينات كان يقدم الألبان كوجبة صباحية مجانية والوجبات كانت متنوعة منها (الخمير، الكيك، العصائر الطازجة، العواف، البيض بنوعيه، الفاصوليا، الكبدة). وكان المقصف يخضع للتفتيش المستمر من قبل الصحة المدرسية. أما الآن فنادراً ما يتم التفتيش، وكذلك عدم مراعاة الأطفال عند وضع البهارات في المأكولات .كما أن الطفل لا يتمكن من شراء وجبته بصورة طبيعية جراء ازدحام الطلاب خلال فترة الاستراحة، نتيجة للكثافة الطلابية في المدارس.

وأضاف: إلى جانب ارتفاع أسعار الوجبات بشتى أنواعها يتم إدخال الآيس كريم، والمشروبات الباردة، والفوفل (الخارجي) والملبس، التي تضر بالطفل وبصحته والسبب في ذلك هو الربح السريع.

دور الرقابة المدرسية

من جانبها علقت الأخت ليلى قاسم جوهر مديرة مجمع حمزة التربوي والتعليمي على الظاهرة بقولها إن : وضع الطعام في الصحون البلاستيكية يسهل للطلاب الأمر، ولكنها عندما كشفت مالك المقصف يعطي الطالب مبلغاً من المال من اجل تجميع الصحون المرمية وإعادتها إليه ليستخدمها مرة أخرى رفضت هذا الشيء ومنعت صاحب المقصف من اتباع هذه الطريقة ، مضيفة أن في المدرسة لجانا خاصة بالصحة المدرسية تقوم بالمتابعة المستمرة للمقصف من حيث نظافة المكان والأواني والأطعمة التي تقدم للطلاب أثناء الاستراحة، كما تقوم الصحة المدرسية بمتابعة الزيت المتكرر،مشيرة إلى أن «إدارة المدرسة أثناء جولاتها لاحظت وجود بقايا (عتر مبيت) وقمنا باتخاذ الإجراءات اللازمة في حق صاحب المقصف، من اجل عدم تكرار ذلك مرة أخرى».

وأضافت جوهر: أن الأطفال يعتبرون أمانة في أعناقنا لهذا تقوم إدارة المدرسة باستمرار وحرص شديد على مراقبة المقصف باستمرار وأحيانا ونتيجة كثرة الأعمال لديها يتناوبون هم والصحة المدرسية والوكلاء داخل المدرسة سواء في فترة الصباح أو الظهيرة في مراقبة المقصف من خلال قياس نسبة النظافة ووسائل التنظيف سواء بالماء والصابون أو المنظفات والمطهرات ، وفضلت جوهر لو يتم منع بيع البطاط (أبوحمر) و(الفوفل الملبس) في المقاصف بشكل عام،وقالت: قامت الإدارة بالعيد من المحاولات مع الباعة المتجولين لمنع الطلاب من شراء أطعمتهم لكنهم يتجهون إلى أماكن بيعها خارج المدرسة، وذلك لعدم وجود جهة مخولة تمنع هذه الممارسات والمخالفات.

أما بالنسبة للباعة المتجولين أمام المدرسة فقالت : تسعى إدارة المدرسة إلى منعهم من البيع للطلاب، ولكن من دون أي فائدة لأنه بمجرد أن ندخل إلى المدرسة يعودون مجدداً، لذلك من الضروري أن تقوم لجان الصحة البيئية التابعة للبلدية بمتابعة هؤلاء الباعة المتجولين ومنعهم من البيع أمام المدارس، كما يفضل تحديد مأكولات معينة للطلاب في المقاصف لكي يتسنى للإدارة متابعتها لأنهم عندما يطالبون أصحاب المقاصف بعدم بيع الأطعمة المضرة أو النشوية فإنهم يرفضون ذلك ويقولون (هذا رزقنا كيف تمنعوننا).

نظافة البيئة المدرسية

أما الأخت ياسمين ملهي مديرة ثانوية محيرز للبنات فتحدث قائلة: تقوم إدارة المدرسة منذ الساعة السابعة صباحاً حتى الساعة الثانية عشرة ظهراً داخل الثانوية بمراقبة الطالبات وكذلك المقصف كل يوم من حيث النظافة الكاملة ونظافة الصفوف وساحات المدرسة والحمد لله المقصف نظيف وأيضاً الحمامات وهذا ضروري ومهم أكثر من أي شيء آخر، كما أننا نجتمع مع المدرسات والطالبات ومالك المقصف ونناقش ضرورة الحفاظ على مستوى النظافة في المدرسة سلوكا وتطبيقا، لأن شعارنا هو (النظافة من الإيمان) كما يحثنا ديننا الإسلامي الحنيف، كما أن الصحة المدرسية تقوم بالمتابعة أيضاً سواء كان في الفترة الصباحية أم في فترة الظهيرة، ودائماً ما نجتمع لإعداد جداول النظافة لأنها شيء أساس سندوتشات وعصائر طازجة ، مؤكدا أن النظافة أمر ضروري على الجميع التقيد بها للصحة العامة، فالنظافة من الإيمان، وهو على ثقة من أمانة عمله وحتى عندما ينزل مفتشو الصحة المدرسية أو مسئولو التربية إلى المقصف تظهر على وجوههم ملامح الارتياح من حيث النظافة التي وجدوها من جهة وبتواجد المأكولات الطازجة من جهة أخرى.

وأضاف: لم يقم المقصف يوما ما ببيع أشياء أو أطعمة غير طازجة (مبيتة)، حيث يتم إعداد الأطعمة كل يوم بيومه وفي فترة الصباح يقدم المقصف مأكولات الإفطار في الفترة الصباحية ووجبات الغداء في الظهيرة، كما يسعى المقصف إلى تبادل الخبرات لتنويع الأطعمة .

أما من حيث الرقابة فأكد أن الصحة المدرسية كل يوم تقوم بزيارة المقصف والمتابعة الدائمة لنظافته، وقبل كل شيء نحن محاسبون أمام الله سبحانه وتعالى قبل الناس.

الصحة بغسل اليدين

وفي مدرسة آزال التقينا بالدكتور/ ماجد عكيش - طبيب عام تابع لمنظمة الصحة العالمية حيث قال: بعض الأمراض تنتقل عن طريق فضلات الجسم من شخص لآخر بسبب عدم الاهتمام بغسل اليدين بالماء والصابون عند الخروج من الحمام، وتتسبب هذه الأمراض بالإسهالات التي قد تفضي في حالات كثيرة إلى الموت، ومنها

أطعمة الباعة المتجولين أحد أسباب إصابة الطلاب بالأمراض

د.ماجد عكيش: بعض الأمراض تنتقل إلى الطلاب بسبب عدم الاهتمام بغسل اليدين بالماء والصابون

الجسم أثناء الإسهال، والمحافظة على غسل اليدين بالماء والصابون قبل تناول الطعام وإعداده وبعد الخروج من الحمام، لأنها أفضل طريقة للحماية من الأمراض.

أمراض تهدد صحة الأطفال

وأضاف عكيش ان المصاب بالتيفوئيد الذي تسببه بكتيريا (السالمونيلا تيفي) يعاني من إمساك (لدى البالغين) وإسهال (عند الأطفال) وحمى متزايدة وفقدان للشهية. وينصح عكيش بزيارة الطبيب إذا استمر الإسهال لأكثر من عشرة أيام لدى مرضى الجارديا الذين يعانون من إسهال أصفر وانتفاخ بالبطن وخروج كثير من الغازات.

وقال د.ماجد: هناك ممارسات تعتبر الأهم والأكثر فعالية في الوقاية من هذه الأمراض تتمثل في التخلص الآمن من فضلات الجسم - بعد استعمال المراحيض عند قضاء الحاجة - عبر تنظيف اليدين بالماء والصابون والحرص على نظافة اليدين قبل إعداد الطعام وأثناء تناوله وبعده، وكذلك تغطية الطعام من الذباب الذي ينقل البكتيريا والجراثيم.

النظافة كسلوك ثقافي

أما الأخت آسيا المقطري (ربة بيت) فقالت: أساس الحفاظ على الجسم والوقاية من الأمراض والأوبئة الخطيرة هو « النظافة»، فالنظافة عموماً وغسل اليدين خصوصاً من الأمور التي حثنا الله عليها ورغب فيها سيدنا محمد (صلى الله عليه وسلم). يقول الله تعالى «إن الله يحب التوابين ويحب المتطهرين» وقال الرسول في حثه على النظافة والاغتسال: «أرأيتم لو أن نهراً بباب أحدكم يغتسل منه كل يوم خمس مرات هل يبقى من درنه شيء؟ قالوا «لا يبقى من درنه شيء...»كما جعل الإسلام طهارة البدن شرطاً لدخول الإسلام، والنظافة شرطاً لأداء أهم أركانه وهي الصلاة. ومن الأمور التي تسبق أداء الصلاة أيضاً غسل الأيدي: بورك في طعام غسل قبله وغسل بعده.

وأضافت: أحب أن أعرفك بأني والحمد لله دائماً أغسل يدي بالماء والصابون واغسل الخضار بالماء الدافئ مع وضع القليل من الملح أو الخل، وهذا لقتل البكتيريا،وأنصح كل الأمهات والآباء بنظافة منازلهم من غرف نوم ومطابخ وحمامات، وكذلك نظافة أولادهم وتنظيف الأطعمة والخضار الفواكه بالماء الدافئ وأنصح بتوفير الصابون والديتول في منازلهم دائما.

أما الأخت أنيسة سالم فقالت: للأسف الشديد هناك أمهات غير نظيفات ولا توجد فيهن رائحة النظافة حتى أنهن يضعن حفاظات أولادهن في الحمامات إلى اليوم الثاني، وهذا خطأ لأنه يسبب أمراضاً خطيرة لأطفالهن منها أولاً الالتهابات وكذلك الإسهالات،داعية إلى ضرورة الحفاظ على هذا السلوك المتمثل بغسل اليدين جيدا وخصوصاً من الأمهات اللاتي لا يحافظن على أطفالهن الصغار رغم أنهم أمانة في أعناقهن، وتوعيتهن بما قد ينتج من أضرار وعواقب صحية على أطفالهن جراء إهمالهن. فالنظافة ضمان لسلامة وصحة أطفالنا.

بسبب عدم الاهتمام بغسل اليدين بالماء والصابون

أما من ناحية مقارنة الأطعمة بين الفترة السابقة والحالية فقال: الآن هناك تغير بسيط حيث كنا نبيع (مقرمش وخمير وباجية) لكن بسبب خروج العامل الذي كان يعد هذه الأكلات من المقصف نتيجة لارتفاع الأسعار والغلاء، فالعامل يريد رفع أجره إلى جانب ارتفاع أسعار الزيت دفع مالك المقصف لوقف هذه الأكلات.. والآن نطهو وجبة الفاصوليا، الدقة، البيض بأنواعه.

أمراض الكوليرا والملاريا والدوستنتاريا الذي تنقل جراثيمه من البراز إلى الأيدي التي لا تغسل بالماء والصابون ثم إلى الطعام ليبتلعها أشخاص آخرون ويصابوا بالمرض، وكذلك الديدان مثل ديدان البلهارسيا وغيرها. ويسبب مرض الكوليرا الذي تنقله بكتيريا مغصاً في البطن وقيئاً شديداً.

ونصح د.ماجد المرضى بشرب كمية من الماء مساوية للكمية التي يفقدها

لقطة وتعليق

تلي ماتش

هذه الصورة الجميلة تجمع براعم مدرسة نوري بعدن أثناء تدشين الفعاليات الرياضية في الأسبوع الماضي والتي جمعت الفريقين الفائزين في الأنشطة الرياضية وأقامها قسم الأنشطة في المدرسة.

ملتقى الأصدقاء

وصلت عبر البريد الالكتروني لصفحة (قوس قزح) هذه الصورة الرائعة للملاك الحبوبة ماجدة فراس مهدي تبلغ من العمر تسعة أشهر من مواليد محافظة عدن مديرية معلا.

أسرة الصفحة تتمنى لصديقتنا الصغيرة ماجدة دوام الصحة والعمر المديد وكل عام وهي بألف خير وعافية.