



يضعف وظائف الرئة لدى الرضع

الأطفال أكثر حساسية لتلوث الهواء خاصة في مراحل حياتهم الأولى



الباحثون بنموذج رياضي لتقييم تعرض الصغار لتلوث الهواء، كما حصلوا على بيانات مرقمة هؤلاء الأطفال والعناية اليومية التي يحظون بها وعناوين مدارسهم. ولا حظ الباحثون ضعف وظائف الرئة بين الصغار الذين يعانون حساسية من بعض الأطعمة أو الروائح، كما ظهر أن الصبية يتأثرن أكثر من الفتيات في تلوث الهواء، وظهر التأثير الأكبر في العام الأول من حياة الطفل.

والأطفال الذين يعانون الربو والذين يعانون حساسية من بعض المأكولات أو الروائح. وفي هذه الدراسة التي نشرت مؤخراً بالجريدة الأمريكية للتنفس وطب الحالات الحرجة، جمع فريق البحث بيانات عن 1,900 طفل، وتمت متابعة حالتهم منذ يوم ميلادهم حتى بلوغهم الثامنة، وتم إرسال قوائم استقبال لأبائهم وإجراء عدة اختبارات أثناء تلك الفترة لقياس وظائف الرئة، كما استعان

من مليوني شخص كل عام. وأوضح البروفيسور جوران برشاجن قائلا: "أثبتت دراسات سابقة أن الأطفال يكونون أكثر حساسية نتيجة لتلوث الهواء خاصة في مراحل حياتهم الأولى". وأضاف: "في هذه الدراسة التي أجريت على عدد كبير من الأطفال بالسويد تبين أن التعرض لتلوث الهواء الناتج عن حركة المرور أثناء الأعمار الأولى من عمر الطفل يرتبط بانخفاض وظائف الرئة عند بلوغ الثامنة، خاصة بين الذكور،

أشار باحثون من معهد (Karolin) بالسويد إلى أن تعرض الرضع لتلوث الهواء الناتج عن السيارات يجعلهم عرضة للإصابة بضعف وظائف الرئة حتى سن الثامنة خاصة الأطفال الذين يعانون نوعا من الحساسية. وقد أدرك الباحثون منذ زمن طويل أن تلوث الهواء يضر بالصحة بل ويتسبب في وفاة الكثيرين، ففي عام 2006 أشارت تقارير منظمة الصحة العالمية إلى أن تلوث الهواء يتسبب في وفاة ما يقرب



قوس قزح

إعداد / محمد فؤاد

النظافة ضمان لسلامة وصحة أطفالنا

تعويد أبنائنا على النظافة الشخصية ونظافة بيئتهم يعد هدفاً رئيسياً لا ينبغي تجاهله

Shoso

الاهتمام بالنظافة أمر واجب علينا لإبقاء الأمراض بعيدة عنا ، فهي الحصن المنيع الذي

لا يمكن أن يتجاوزه أي مرض . ونبينا أوصانا بالمحافظة

على النظافة وجعلها

جزءاً لا يتجزأ من

الإيمان عندما

قال (النظافة من

الإيمان)، فالحرص

على نظافتنا الشخصية

ونظافة بيئتنا يعد هدفاً

رئيسياً لا ينبغي على أي

فرد تجاهله سواء في البيت

او المدرسة أو البيئة المحيطة

وفي المجتمع كله ، للحد من

الأمراض خاصة مرض الإسهال

المنتشر بين الأطفال بشكل كبير

الذي يعد أحد الأمراض القاتلة في

الدول النامية حيث يقضي على أكثر

من ثلاثة ملايين طفل سنويا ، وقد

تنتشر هذه الأمراض عبر العديد من

الطرق منها الأطعمة المكشوفة والمياه

الملوثة مثل الآبار غير المحمية وأيضا

الأرض وأماكن اللعب والحدائق .. ! إذا كيف

يمكننا حماية أنفسنا وأطفالنا..؟



اليوم العالمي لغسل اليدين

الطريقة الفعالة لغسل اليدين بالماء و الصابون



الدعك الدائري للإبهام الأيسر ثم الأيمن



باطن اليد اليمنى بظهر اليد اليسرى مع تداخل الأصابع



باطن اليد بباطن اليد الأخرى مع تداخل الأصابع



باطن اليد بباطن اليد الأخرى



غسل المعصم لكلا اليدين في النهاية



الدعك الدائري بأصابع اليد اليسرى لباطن اليد اليمنى والعكس



أصابع بباطن اليد الأخرى لأصابع مضومة



البوابة الصحية Health Gate

إعداد / أماني العيسري



بحاجة أيضا إلى إشراف وتدريب خاص للاستفادة منها بطريقة صحيحة ، من هذه التدابير : حماية الموارد المائية وصيانة خدمات المياه والحمامات مثل الصرف الصحي (المجاري)، والمياه العادمة (مياه الغسيل ، التنظيف والوضوء) قنطرة الماء مع الممارسة السليمة للنظافة له أثر قوي في تحسين المستوى مقارنة مع تحسين نوعية الماء فقط .

الإجراءات الضرورية لحماية الصحة العامة

هناك إجراءات ضرورية ينبغي أن تطبق لضمان الحصول على النظافة منها : التخلص من النفايات فقد تحمل النفايات التي لا يتم التخلص منها بطريقة صحية العديد من البعوضات التي تحمل الأمراض وتنشرها، وأفضل الطرق للتخلص من النفايات تتم بثلاث مراحل هي : إعادة تصنيع المواد، وإعادة استخدام المواد الطبيعية كسماد للأرض، دفن النفايات في حفرة أو حرقها .

محاولة السيطرة على حالات الأمراض مثل الذباب والناموس والفئران التي تحمل العديد من الأمراض وتقوم بنشرها ويمكن التخلص منها بالطريقة التالية : تحسين طرق التخلص من البراز، تحسين طرق صرف المياه الراكدة ، السيطرة على جميع النفايات باستخدام المواد الكيميائية والبيولوجية .

شروط النظافة وكيف نمارسها

يجب دائما تغطية الأكل والمحافظة عليه من الأوساخ ، والمحافظة على الأماكن المخصصة للمياه نظيفة وخالية من الأوساخ والمياه الراكدة وأهم شيء عدم التبرز في الأماكن المفتوحة وأن تنظف المراحيض بشكل دائم والعمل على التخلص من البراز عبر المراحيض بطريقة صحية . لأن البراز يعتبر من أهم الأسباب للإصابة بأمراض الإسهال المعدية مثل الديزنتاريا (الزحار)، الكوليرا ، (التيفويد) التي تسببها الفيروسات أو البكتيريا أو الطفيليات التي تعبر جسم الإنسان من خلال الفم وتخرج عن طريق البراز لهذا يجب غسل الأيدي بالماء والصابون في كل الأوقات .

فوائد ممارسة النظافة الشخصية

إن فائدة الاهتمام بالنظافة الشخصية تتمثل في عدم الاحتياج الى شراء الأدوية ، كما تقلل نسبة وفيات (الخدج) المعرضين بشكل كبير للأمراض المعدية . وترفع النظافة من مستوى الوعي الاجتماعي للأسرة عبر استخدامها للمراحيض الصحية ، وتزيد من فرص المساهمة في تطوير المجتمع والمحافظة على سلامة البيئة .

إن توفر كمية كافية من المياه الصالحة للشرب يعتبر الشرط الأساسي للحياة .ويمكن القول ان وجود خدمة توصيل المياه للمنازل قد وفرت الكثير من المشقة والعناء خاصة للنساء اللواتي يعبرن مسافات طويلة سيرا على الأقدام للبحث عنه ، ولهذا فالمياه



هل تعلم

- في مصر الفرعونية كان الأسبوع يتألف من 10 أيام.
- يتعين على معدة الإنسان أن تفرز بطانة مخاطية جديدة كل أسبوعين وإلا فإنها ستهضم نفسها.
- هناك نوع من النمل يشتهر باسم «النمل السفاح» لأنه يشن غارات على مستعمرات النمل المجاورة له حيث يقتل ملكاتها وينهب محتوياتها ثم يقتاد عددا من ذلك النمل ويجبره على العمل كعبيد لديه!

اتفاقية حقوق الطفل



المادة (23)؛

لدى تنفيذ الاتفاقية على نحو فعال وتشجيع التعاون الدولي في الميدان الذي تغطيه الاتفاقية:
تضمن الدول التي تقرر أو تجيز نظام التبني إيلاء مصالح الطفل الفضلى الاعتبار الأول والقيام بما يلي:

4 - على الدول الأطراف أن تشجع - بروح التعاون الدولي- تبادل المعلومات المناسبة في ميدان الرعاية الصحية الوقائية والعلاج الطبي والنفسي والوظيفي للأطفال المعوقين بما في ذلك نشر المعلومات المتعلقة بمناهج إعادة التأهيل والخدمات المهنية وإمكانية الوصول إليها، وذلك بغية تمكين الدول الأطراف من تحسين قدراتها ومهاراتها وتوسيع خبرتها في هذه المجالات وتراعي بصفة خاصة ، في هذا الصدد احتياجات البلدان النامية.

مدرسة الحفاني ومنظمة أوكسفام تحتفلان باليوم العالمي لغسل اليدين



وكانت الطالبة عبير عدنان عبرت عن فرحتها في المشاركة بهذه المناسبة للتعرف على أهمية غسل الأيدي قبل الأكل وبعد الأكل وأثناء الانتهاء من اللعب وقد حثت زميلاتها على المحافظة والحرص على غسل أيديهم حتى لا يتم انتشار الأمراض المعدية التي تسبب الإسهال وأمراض العيون. وشاركتها الحديث زميلتها فاطمة أنيس حيث قالت : هذا اليوم يعتبر يوما مهما في حياة الجميع وخاصة الأطفال الذين هم عرضة للكثير من الأمراض لهذا لابد من توعيتهم بأهمية غسل أيديهم حتى لا ينقل العدوى والجراثيم ويجب أن يهتموا بغسل أيديهم حين ينهضون الصباح من الفراش وعند الأكل ويجب ألا ينسوا أن يغسلوا أيديهم دائما حتى لا يتم نقل الأمراض لهم . وفي ختام الحفل قام مدير مكتب التربية بغسل يديه حتى يحث الطلاب على الاهتمام والمحافظة على غسل أيديهم.

هذا اليوم العالمي إيصال الرسائل الصحية المتعلقة بثقافة غسل اليدين لجميع شرائح المجتمع سوى في الداخل أو خارج المدارس التي تؤدي النازحين لتعزيز ثقافة غسل اليدين بالماء والصابون حتى يتسنى للجميع مجابهة الأمراض وهذا اليوم يعتبر ظاهرة سنوية يتم الإعداد لها كونها جزءا صحيا يستهدف فيه الطلاب كونها رسالة مهمة ومناسبة لمراجعة الرسائل الطبية حول الأمراض المنقولة ومناسبة تجمع بين جميع المنظمات الإنسانية . كما قال الأخ عوض نبهان مدير مكتب التربية والتعليم بمديرية المنصورة : إن هذه الفعالية عالمية المتمثلة بغسل اليدين حيث أن المدرسة تلعب دورا مهما وأساسيا في غرس هذه الثقافة والسلوك والتي بالأصل موجودة في ديننا الإسلامي الذي يأمرنا بالوضوء خمس مرات في اليوم ونحن نشكر كل من تفاعل مع هذه المناسبة في شرح أهمية غسل اليدين وسيتم إقامة المزيد من الفعاليات في بقية المدارس في المديرية. ومن جانبها قالت الأخت نور صالح مديرة مدرسة الحفاني : هذا اليوم العالمي لغسل اليدين قد تزامن مع العام الدراسي الجديد حيث له أهمية في حياتنا جميعا وإيصاله للعالم أجمع حيث وصل عدد الدول المشاركة فيه (80) دولة ومنها بلادنا حتى نحافظ على أبنائنا الطلاب من الأمراض المنقولة.

عدن/ فاطمة رشاد وأيهن عماد، على هامش فعاليات اليوم العالمي لحملة غسل اليدين التي أقيمت صباح يوم الثلاثاء الماضي في مدرسة الحفاني بمديرية المنصورة أقيم الحفل الخطابي والفني والكرنفال الطلابي بالاشتراك مع منظمة أوكسفام الدولية ومكتب التربية والتعليم محافظة عدن تواصلت للحملة التي بدأت في الخامس عشر من أكتوبر والتي تقام كل عام في العالم للاحتفال بهذا اليوم . وقد بدى الحفل بآيات القرآن الكريم التي تلتها إحدى طالبات المدرسة ومن ثم استعرضت كرنفالي قيمته مجموعة من طالبات المدرسة يحملن لافتات عن ثقافة غسل الأيدي. وتم عرض المسرحيات التوعوية لحث الجميع على الاهتمام بثقافة غسل اليدين قدمتها طالبات مدرسة الحفاني بالاشتراك مع أطفال إيبين النازحين في المدارس واستعرض فيها أهم المشاكل التي يتجاولها الأطفال منها عدم الاستماع إلى نصائح أولياء الأمور والمدرسين في المحافظة على النظافة الشخصية وغسل الأيدي وتجنب أكل الأطعمة المكشوفة التي تنتقل لهم الكثير من الأمراض. من جانبهن قدمت مجموعة من الطالبات مجموعة من الأناشيد التي تتعلق بأهمية غسل الأيدي . والتقينا بالمهندس موسى ادم مدير منظمة أوكسفام/ مكتب عدن قال :الهدف من



GLOBAL HANDWASHING DAY
15 OCTOBER 2012
اليوم العالمي لغسل اليدين 15 أكتوبر 2012