

الثقافة الصحية والمجتمع.

المحاضرة الاولى....

الثقافة الصحية/ هي تقديم المعلومات والحقائق الصحية التي ترتبط بالصحة والمرض لكافة افراد المجتمع.

الوعي الصحي/ هو الامام افراد المجتمع بالمعلومات والحقائق الصحية واحساسهم بالمسؤولية تجاه صحتهم وصحة غيرهم.

السلوك الصحي/ هو ما يؤديه الفرد عن قصد نابع من تمسكه بقيم معينه ويمكن ان تتحول الممارسات الصحية السليمة الى عادات تؤدي بلا شعور نتيجة لكثرة تكرارها.

العادة الصحية/ هي مجموعة من الممارسات المترافقة التي يؤديها الفرد بلا تفكير او شعور نتيجة لكثرة تكرارها.

ماهي أهداف الثقافة الصحية؟

*نشر المفاهيم الصحية السليمة في المجتمع.

*ترسيخ السلوك الصحي السليم وتغيير الخاطىء الى سلوك صحي سليم.

*تحسين الصحة على مستوى الفرد والمجتمع.

*تشجيع أفراد المجتمع على الاشتراك في تنمية وتطوير الخدمات الصحية.

*التعريف بالأدوار الفعالة التي تقوم بها المؤسسات الصحية مثل(مراكز الرعاية الاولى/مركز رعاية الامومة والطفولة).

الصحة العامة/ هي حالة من التكامل البدني والنفسي والعقلي والاجتماعي والروحي ولاتعني الخلو من المرض او العجز.

الاهتمام بالصحة العامة يكون ب/

*الاهتمام بالتغذية والنظافة الشخصية وتحسين مستوى المعيشة.

*الاهتمام باللياقة البدنية وممارسة التمارين الرياضية.

*الاهتمام بالبيئة وتحسينها وحل مشاكلها.

وذلك عن طريق/

*العناية بأماكن المعيشة وتهويتها وإضاءتها (المنزل الصحي)

*التخلص من المخلفات والفضلات. *مكافحة التلوث بشتى صورته.

ماهي مجالات الصحة العامة؟

*مجال البيئة الصحية: هو كل مايحيط بالفرد سواء كان جماد او كائن حي وبالاضافة الى الجانب الاجتماعي (العادات والتقاليد).

*مجال التوعية والتثقيف الصحي: هو ترجمة المعلومات والحقائق الصحية وتحويلها الى أنماط سلوكية صحيحة على مستوى الفرد والمجتمع.

*مجال الخدمات الطبية: هي تعنى بتقديم الرعاية الصحية للأفراد وتوفير الخدمة العلاجية والوقائية لهم بالمراكز الصحية بكافة المناطق.....مثل..

***تقديم الرعاية الطبية لطلاب المدارس والجامعات وكافة العاملين بالدولة.**

***توفير الادوية المناسبة. *رعاية الامومة والطفولة.**

***مكافحة الامراض المعدية. *إعطاء التطعيمات للأطفال.**

التربية الصحية/ هي جزء هام من التربية العامة ,تهدف الى أن يعيش الفرد في بيئة تلائم الحياة الحديثة والاستفادة منها على اكمل وجه .

ماهي اهداف التربية الصحية؟

*العمل على تغير مفاهيم الافراد فيما يتعلق بالصحة والمرض.

*العمل على تغير الاتجاهات والسلوكيات والعادات الخاطئة للأفراد لتحسين صحة الفرد والاسرة والمجتمع بشكل عام.

*العمل على تنمية وانجاح المشروعات الصحية في المجتمع.

*العمل على نشر الوعي الصحي بين افراد المجتمع.

الصحة المدرسية/ هي مبادئ ومفاهيم واستراتيجيات لحماية صحة الطلاب بالمدارس والجامعات, وتقديم برنامج متكامل يعني بصحة الطلاب من جميع النواحي.

ماهي أهداف الصحة المدرسية؟

*تحديد أولويات المشاكل الصحية في المجتمع المدرسي وتعريف التربويين لها.

*تدريب التربويين على مهارات الاكتشاف المبكر للمشكلات الصحية.

*تزويد العاملين في المدرسة بمهارات التوعية الصحية.

*التعاون بين المجتمع التربوي والصحي لتحسين البيئة المدرسية.

الصحة الوقائية/ هو فن الوقاية من الامراض وتقوية الصحة سواء كان هذا على مستوى الفرد او الاسرة.

ماهي أهداف الصحة الوقائية؟

*منع حدوث الامراض من خلال) عدم التعرض لمصادر العدوى_ الابتعاد عن الاماكن الملوثة_ زيادة التنقيف والوعي الصحي)

*الحد من انتشار الامراض بالتحصين والعزل والتطهير.

الصحة المهنية/ تعني الحفاظ على سلامة وصحة العاملين في كافة المهن وذلك بتوفير بيئات عمل امنه وخالية من مسببات الحوادث او الامراض والاصابات المهنية في كل مجالات العمل.

ماهي اهداف الصحة المهنية؟

*حماية (العنصر البشري)مثل العمال من الاصابات الناجمة عن مخاطر العمل.

*الحفاظ على مقومات (العنصر المادي)مثل المنشآت والاجهزة والمعدات.

*توفير كافة شروط السلامة والصحة المهنية.

*توفير الامان والطمأنينة في قلوب العاملين أثناء العمل.

المحاضرة الثانية.....

المناعة/ هي قدرة الجسم على الوقاية من العدوى بالامراض والتعرف على الميكروبات والاجسام الغريبة والقضاء عليها قبل ان تسبب له المرض.

أنواع المناعة/

١_ *المناعة الطبيعية: هي الحواجز والموانع الطبيعية الموجودة في الجسم منذ الولادة و حتى قبل الولادة.

*تعمل بطريقة غير متخصصة. *لا توجد بها ذاكرة مناعية.

٢_ *المناعة المكتسبة: هي المناعة التي يكتسبها الانسان خلال فترة حياته بعد تعرضه للممرضات.

*تعمل بطريقة متخصصة. *بها ذاكرة مناعية.

ماهي اليات المناعة الطبيعية؟

*الحواجز الميكانيكية والكيميائية. *الاستجابة الخلوية. *العناصر السائلة.

ماهي الحواجز الميكانيكية؟

*الجلد السليم. *الاعشية المخاطية. *الشعر. *حرارة الجسم.

ماهي الحواجز الكيميائية؟

*العرق. *الدموع. *البول. *اللعاب.

ماهي الخلايا المختصة لمحاربة الميكروبات؟

١_ *الخلايا الليمفاوية (ت) مصدرها/الغدة التيموسية. وظيفتها/تقوم بالالتحام بالميكروبات وقتلها وتحليلها.

٢_ *الخلايا الليمفاوية (ب) مصدرها/نخاع العظم. وظيفتها/تصنيع و انتاج الاجسام المضادة.

الخلايا القاتلة الطبيعية/ لا تهاجم الميكروبات المهاجمة, ولكن تهاجم خلايا الجسم التي اصيبت بالفيروس وهي تهاجم الخلايا السرطانية.

المناعة المكتسبة تنقسم الى/

١_ المكتسبه الطبيعية/

موقته وهي التي يكتسبها الجنين من امه وتستمر لفترة ٦ شهور لحماية الطفل حديث الولادة من الامراض المعدية.مثل الحمى الشوكية.

دائمة وهي التي يكتسبها الجسم بعد تعرضه للمرض وتستمر طول العمر.مثل المناعة بعد الاصابة بمرض الحصبة __ ومرض شلل الاطفال.

٢_ المكتسبة الاصطناعية/

موقته مثل الامصال المضادة لسموم: (الدفتيريا_ التيتانوس_ داء الكلب).

دائمة تحدث بعد التطعيم باللقاحات المناسبة مثل التطعيم ضد مرض:(الحصبة_ الدرن_ السعال الديكي_ شلل الاطفال).

المصل/ عبارة عن أجسام مضادة بروتينية بلازمية مجهزة تعطي عند الاصابه ببعض الميكروبات.

مثل: مصل الدفتيريا ومصل التيتانوس.

او عند الاصابة بالسموم الطبيعية كلدغ الثعابين والعقارب.

وايضا يتم استخلاصها من دم الحيوانات بعد حقنها بجرعات مخففه من الميكروبات والسموم.

اللقاح/ هو عباة عن الميكروب نفسه(مضعف)او جزء منه اوسمومه يتم معالجته كيميائيا ثم يعطي للجسم ليحثه على انتاج اجسام مضاده متخصصه ضد هذا الميكروب.

مثل(لقاح الدرن_ لقاح الحصبة_ لقاح شلل الاطفال)

ماهي اهم الاعتلالات المناعية؟

١_ مرض فقد المناعه المكتسبه (الايدز)

يسببه فيروس الايدز الذي يهاجم خلايا الدم البيضاء ويفقدها قدرتها على مقاومة الميكروب.

٢_ امراض المناعه الذاتية

وهي ناتجه من مهاجمة الجهاز المناعي لبعض الخلايا السليمه في الجسم.

كيف يميز جهاز المناعة بين خلايا الجسم والاجسام الغريبه؟

* على كل خلية من خلايا الجسم توجد شفرة (مركب كيميائي) تعرف بمركب التميز الذاتي ويعتبر بطاقة التعريف لكل خلية ولايتشابه شخصان الا في حالات نادرة مثل التوائم المتطابق.

* أي خلية لاتحمل بطاقة التعريف تعامل على انها جسم غريب ويتم مهاجمتها بواسطة جهاز المناعة .

* في بعض الاحيان يحدث خلل في تكوين بطاقات التعريف الخاصة بالخلايا فتعامل كخلايا غريبة ويتم مهاجمتها بواسطة الجهاز المناعي وينتج مايعرف بالامراض المناعية الذاتية مثل الروماتويد.

المحاضرة الثالثة

المرض/ هو اعتلال الجسم أو العقل

*تتسبب الامراض في قتل او اعاقه أعداد من الناس تفوق الذين قتلوا في جميع الحروب مجتمعه.

*تحدث الامراض بسبب كائنات دقيقة مثل البكتيريا والفيروسات التي تقوم بغزو الجسم.

تصنيف الامراض/

*تصنيف عام. *تبعاً لمكان دخول المرض للجسم.

*تبعاً للعامل المسبب. *تبعاً للمكان او العضو المستهدف.

كيف يتم تصنيف الامراض؟

١_ تصنيف عام (أمراض بدنيه_ أمراض نفسية_ أمراض عقلية).

٢_ تصنيف تبعاً للعامل المسبب(أمراض بكتيرية.. مثل الدفتيريا والدرن_ أمراض فيروسية.. مثل الانفلونزا والحصبة_ أمراض طفيلية.. مثل البلهارسيا والملاريا_ أمراض فطرية.. مثل سعفة الرأس)

٣_ تصنيف تبعاً لمكان دخول المرض للجسم(أمراض تدخل عن طريق الفم_ امراض تدخل عن طريق الانف_ امراض تدخل عن طريق الجلد_ امراض تدخل عن طريق الدم)

٤_ تصنيف تبعاً للمكان او العضو المستهدف(امراض باطنيه_ امراض صدرية_ امراض القلب والاعوية الدموية_ امراض المخ والاعصاب_ امراض المسالك البولية_ امراض العيون_ امراض صدرية_ امراض الانف والاذن والحنجرة_ امراض الاسنان_ امراض الجلدية والتناسلية_ امراض نفسية وعصبية)

ماهي مسببات الامراض؟

(مسببات امراض معدية_ مسببات غذائية_ مسببات كيميائية_ مسببات طبيعية_ مسببات ميكانيكية_ مسببات وظيفية_ مسببات نفسية واجتماعية)

المرض المعدي/ هو المرض الذي ينشا نتيجة عدوى ويمكن انتقاله بطرق مباشرة وغير مباشرة من انسان لآخر او من حيوان او من البيئة المحيطة.

الميكروب المسبب للعدوى/ هو ميكروب لديه القدرة على احداث العدوى ومن ثم المرض.

العدوى / هي انتقال الميكروبات او الجراثيم او مسببات المرض من الشخص المريض حامل الميكروب الى الشخص السليم الذي لديه القابلية للعدوى سواء عن طرق مباشر او غير مباشر ممايودي الى حدوث العدوى.

ماهي شروط حدوث العدوى؟

لحدوث العدوى لابد ان تتوفر ثلاثة شروط:

١_ مصادر العدوى.

٢_ طريقة انتقال مناسبة بين المصدر والمضيف الجديد.

٣_ شخص سليم.

مصادر العدوى:

*المصاب. *حامل الميكروب أو مسببات المرض.

*الحيوانات الریضة بامراض مشتركة بين الانسان والحيوان.

*البيئة الملوثة المحيطة بالانسان.

طرق انتقال العدوى:

* طرق مباشرة (التنفس والرذاذ_ عن طريق ملامسة الجلد)
* طرق غير مباشرة وتلتزم وجود وسيط (وسيط حي_ وسيط غير حي)

العوامل المساعدة على انتشار العدوى:

* بيئة غير صحية.

* العادات غير صحية.

* عدم التطعيم ضد الامراض.

* مخالطة المرضى الذين يعانون أمراض يعانون من أمراض معدية.

* عدم التطعيم ضد الامراض المعدية.

* التخلص غير السليم من النفايات الطبية الخطرة.

بعض المصطلحات المتعلقة بالامراض المعدية:

الامراضية/ هي قدر الميكروب على احداث المرض في مضيف لديه القابلية للعدوى.

الضراوة/ المقدرة على احداث ضرر او تلف في خلايا أنسجة الجسم.

فترة الحضانة/ هي الفترة الزمنية بين الاصابة بالعدوى وبدء ظهور أول عرض او علامة للمرض.

وقد تطول هذه المدة او تقصر.

وهذه الفترة تعتمد على نوع الميكروب وعلى فاعليته وقدرته على احداث المرض ودرجة مقاومة الجسم له.

المرض المستوطن/ هو الوجود المستمر لمرض او مسبباته داخل منطقة جغرافية معينة مع وجود الحالات المرضية بشكل متكرر عندما تتلاءم الظروف لذلك.

الوباء/ اصابة مجموعة كبيرة من الافراد بمرض معد في منطقة جغرافية معينة بحيث تزيد نسبة الاصابة عن النسبة الطبيعية المتوقعة.

فترة النقاهة/ هي الفترة التي تلي زوال اعراض وعلامات المرض والتماثل للشفاء وقد تطول هذه الفترة او تقصر حسب نوع المرض او شدته.

المحاضره الرابعه. الامراض البكتيرية

١_ مرض الكوليرا (الجهاز الهضمي)

طرق الوقاية والعلاج	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>١- عزل المريض وحقنه بالسوائل لتعويض جسمه السوائل التي فقدت منه.</p> <p>٢- اعطاء المريض المضادات الحيوية والادوية المقوية كالفيتامينات والاملاح المعدنية</p> <p>٣- ادوية علاج الاسهال</p> <p>٤- التطعيم المضاد للكوليرا.</p>	<p>الطعام او الشراب الملوث بميكروب الكوليرا</p>	<p>١- قي وعطش</p> <p>٢- مغص واسهال يشبه ماء الارز</p> <p>٣- الهزال والضعف</p> <p>٤- الاغماء والوفاة في الحالات الشديدة</p>	<p>هو احد الامراض المعدية البكتيرية التي تصيب الانسان عندما يتناول الطعام او الشراب الملوث بميكروب الكوليرا وهو نوع من انواع البكتيريا تسمى (ضمة الكوليرا) Vibrio cholera</p>

٢- مرض النيفود(الجهاز الهضمي)

طرق الوقايه والعلاج	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
---------------------	------------	-------------	------------

<p>١-العناية بالصرف الصحي للفضلات الانسانية.</p> <p>٢-مكافحة الذباب.</p> <p>٣-الاهتمام بشرب الماء النقي وغلي اللبن قبل تناوله.</p> <p>٤- غسيل الخضروات .</p> <p>٥- الاهتمام بالنظافة الشخصية</p> <p>٦- التحصين باللقاح المناسب</p> <p>٧- العلاج بالمضادات الحيوية.</p>	<p>١-الملامسة المباشرة مع المريض.</p> <p>٢-استعمال ادوات المريض.</p> <p>٣- الماء والطعام الملوث.</p> <p>٤-يلعب الذباب دورا كبيرا في نقل العدوى.</p>	<p>١-تبدا الاعراض بالصداع والخمول وفقدان الشهية وارتفاع تدريجي في درجة الحرارة</p> <p>٢-يزداد ارتفاع درجة حرارة حتى ٤٠ درجة ويصاحبه تهيج عصبي والامساك .</p> <p>٢-تضخم في الطحال.</p>	<p>هو احد الامراض البكتيرية المعوية الحادة التي تصيب الامعاء الدقيقة وهو يصيب الاطفال بالخصوص يسببه (بكتيريا سالمونيلا تيفيميوريم) Salmonellatyp</p>
--	---	---	--

٣- مرض الدفتيريا

طرق الوقايه والعلاج	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
---------------------	------------	-------------	------------

<p>١-التحصين ضد الدفتريا بالتطعيم الاجباري.</p> <p>٢- عزل الطفل المصاب وعلاجه بواسطة المضادات الحيوية ومصل الدفتريا.</p> <p>٣- يجب تطهير جميع ادوات وملابس المريض.</p> <p>٤- يجب علاج جميع المخالطين للمريض بواسطة مضادات حيويه ومصل الدفتريا.</p>	<p>١-ملامسة المريض او استنشاق الرذاذ المتطاير منه</p> <p>٢- عن طريق استعمال ادواته الشخصية.</p>	<p>١-ارتفاع شديد في درجة الحرارة</p> <p>٢- الم في الحلق</p> <p>٣-اختناق بسبب انسداد المسالك الهوائية.</p> <p>٤-انتشار سموم البكتيريا بالجسم ممايوثر على العين والحلق.</p> <p>٥- يؤدي الى الوفاة.</p>	<p>نوع من البكتيريا تسمى (عصية الدفتريا)</p> <p>تصيب الحلق واللوزتين والاغشية المخاطية.</p>
--	---	--	---

٤-مرض التهاب اللوزتين

طرق العلاج والوقاية	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>١-التثقيف الصحي لطلبة المدارس لتعريفهم بالمرض وطرق انتقال العدوى.</p> <p>٢- عدم شرب الحليب الا بعد غليه.</p> <p>٣- عزل المريض وعلاجه بالمضادات الحيوية.</p>	<p>١-طريقة مباشرة: استنشاق الهواء والرذاذ المتطاير من المريض اثناء العطس والسعال.</p> <p>٢- طريقة غير مباشرة: استعمال ادوات وملابس المريض.</p> <p>٣- تناول لبن او طعام ملوث بميكروبات المرض</p>	<p>١-ارتفاع مفاجئ في درجة الحرارة</p> <p>٢- الام في الحلق والتهاب اللوزتين الحاد وحدوث صديد بهما.</p> <p>٣- التهاب وتضخم في الغدد.</p> <p>مضاعفات المرض.</p> <p>١-التهاب الاذن الوسطى.</p> <p>٢-تكوين خراج حول اللوزتين.</p> <p>٣- التهاب المفاصل.</p>	<p>مرض بكتيري معدي تسببه بكتيريا المكورات السبحية التي تصيب اللوزتين وتسبب لهما التهاب حاد واحمرار وتورم</p>

٥- مرض الالتهاب السحائي (الحمى الشوكية) الجهاز العصبي

طرق العدوى	طرق الوقاية والعلاج	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>١-التعرض للرذاذ المتطاير من انف وحلق المريض اثناء السعال والعطاس.</p> <p>٢- شرب الحليب الملوث وتناول الاغذية الملوثة ببكتيريا المرض.</p>	<p>١-التثقيف الصحي بهذا المرض.</p> <p>٢- استخدام المناديل اثناء السعال والعطس والبصق.</p> <p>٣- تجنب الاماكن المزدحمة.</p> <p>٤- عزل المريض وعلاجه.</p> <p>٥- التطعيم بلقاح الحمى الشوكية.</p>	<p>١-الام بعضلات الرقبة مع تصلب في الحركة وتقوس بالظهر.</p> <p>٢- طفح جلدي واحيانا غيبوبة.</p> <p>٣- يمكن ان يؤدي الى تسمم الدم والوفاة.</p>	<p>مرض خطير يؤدي الى الوفاة اذا اصيب به الاطفال في سن مبكرة بسبب البكتيريا السحائية.</p> <p>Neisseria meningitidis</p>

٦-مرض السل الرئوي (الدرن)

طرق الوقايه والعلاج	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>١-التثقيف الصحي بالمرض وطرق العدوى وطرق الوقاية.</p> <p>٢- التطعيم بجرعات منشطة بلقاح المرض.</p> <p>٣- مكافحة الدرن في البقر والجاموس.</p> <p>٤- اكتشاف الحالات المصابة مبكرا وعلاجها.</p> <p>٥- الكشف الدوري على الطلاب اذا كان هناك احتمال وجود عدوى بالبيئة المحيطة بهم.</p> <p>اما العلاج فيتم باستخدام الادوية الخاصة لعلاج الدرن.</p>	<p>١-بطريقة مباشرة..</p> <p>عن طريق استنشاق الهواء المحمل بالرذاذ المحتوي على بكتيريا الدرن اثناء عطس او سعال المريض.</p> <p>٢-بطريقة غير مباشرة.</p> <p>عن طريق شرب الحليب الملوث من حيوانات مصابة بالدرن مثل البقر او استعمال ادوات ومناشف المريض.</p>	<p><u>عند الاطفال</u></p> <p>تتضخم الغدد اللمفاوية في الجسم وتظهر البؤرة الاساسية للدرن في الرئتين سعال جاف وضعف عام وعرق غزير.</p> <p><u>عند الكبار..</u></p> <p>التهاب رئوي وتلف بالرئتين ويصاحب ذلك السعال الجاف مع خروج دم مع البصاق وكذلك الضعف العام وكثرة العرق.</p>	<p>هو احد الامراض البيكتيرية المعدية التي تصيب الجهاز التنفسي وتسبب الضعف والعجز المزمن ويسببه بكتيريا mycobacterium Tuberculosis</p> <p>عصيات الدرن</p>

٧- مرض السيلان

طرق الوقايه والعلاج	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>١-الوقاية عن طريق الابتعاد عن الزنا.</p> <p>٢- العلاج يتم بواسطة المضادات الحيوية الخاصة لعلاج السيلان.</p>	<p>الاتصال الجنسي مع المريض.</p>	<p>عند الاطفال...رمد صديدي وسيلان في العين بعد ولادة الجنين.</p> <p>عند الذكور.</p> <p>١-شعور بحرقان في الجزء الامامي من مجرى البول والبول يميل الى الاصفرار ويزداد كلما تاخر العلاج.</p> <p>٢-يمتد الالتهاب والشعور بالحرقان في الجزء الخلفي من مجرى البول وفي عنق المثانه وغدة البروستاتا ويصاحبه كثرة التبول واحيانا ينزل دم مع البول.</p> <p>عند الاناث.</p> <p>١-خروج بعض الافرازات المهبلية مع الشعور بالحرقان .</p> <p>٢- يمتد الالتهاب الى عنق الرحم ثم داخل الرحم وقناة فالوب وترتفع درجة الحرارة وتحدث الام بالبطن.</p> <p>خراج في المهبل و العقم.</p>	<p>احد الامراض التناسلية البكتيرية المعديّة.</p> <p>يسببه بكتيريا نسيريا جونوريا</p> <p>يصيب الجهاز البولي التناسلي.</p>

٨- مرض الزهري

مسبب المرض	اعراض المرض	طرق العدوى	طرق الوقاية والعلاج
<p>احد اخطر الامراض التناسلية البكتيرية المعدية يسببه نوع من البكتيريا تسمى الملتوية اللولبية الشاحبة تريبونوما باليديوم</p> <p style="text-align: center;">Treponema pallidum</p>	<p>المرحلة الاولى:</p> <p>١-تبدا بظهور ورم بسيط او قرحة تحت الجلد على الاعضاء التناسلية ويصاحبها ٢-تضخم في الغدد التناسلية.</p> <p>المرحلة الثانية:</p> <p>١-طفح جلدي والام بالحلق والمفاصل وصداع.٢-تساقط الشعر الراس والتهاب في العينين.٣-التهاب في الكلى وفقر الدم.</p> <p>المرحلة الثالثة: ١-تنقسم هذه المرحلة الى نوعين من الاعراض: ١-الزهري المتاخر البسيطة:</p> <p>ورم صمغي يصيب أي عضو بالجسم خاصة بالكبد والخصيتين والمخ وقد تظهر قرحة على الجلد او الاغشية المخاطية وتودي الى تشوهات ظاهرية.٢-الزهري المتاخر: تنتشر عدوى المرض في الجسم وتصيب القلب والاعوية الدموية وقد يؤدي ذلك الى الوفاة اما اذا اصيب الجهاز العصبي ببكتيريا الزهري فان المريض يصاب بالشلل او التشنجات وتتميل في الاطراف والجنون</p>	<p>الاتصال الجنسي مع المريض وتنتشر بسرعة داخل الجسم عن طريق الدم</p>	<p>١-التثقيف الصحي والتعريف بمخاطر هذا المرض.</p> <p>٢-القاء المحاضرات الدينية التي تحت على تجنب الاتصال الجنسي المحرم</p> <p>العلاج:</p> <p>بواسطة الادوية الخاصة بهذا المرض تحت اشراف الطبيب المختص في امراض الجنسيه.</p>

المحاضرة الخامسة الامراض الفيروسية

١-الانفلونزا (الجهاز التنفسي)

طرق الوقايه والعلاج	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>١-يؤخذ اللقاح حقنا او بالانف.</p> <p>٢-يتم التطعيم كل سنة بلقاح نفس نوع الفيروس السائد والاشخاص الذين ياخذونه هم:الذين فوق سن ٦٥ او المعرضون للعدوى وتظهر المناعه بعد اسبوعين من تعاطيه.</p> <p>لايعطى اللقاح :</p> <p>١-للحامل.</p> <p>٢- الاشخاص الذين لديهم حالات قلبية او رئويه مثل الربو.</p> <p>٣-الاطفال من ٦ شهور الى ١٨ شهر.</p> <p>٤- المصابين بجروح في المخ او العمود الفقري.</p>	<p>١-السعال والعطس</p> <p>٢-الاعشيه المخاطية للأنف والفم او العين.</p> <p>٣-فضلات الطيور.</p>	<p>المرض يستمر ٣-٧ايام</p> <p>ويصيب الاطفال والشيوخ.</p> <p>اهم اعراضه:</p> <p>الحمى المرتفعة والرعشة والام في العظام والكحة.</p> <p>مضاعفات الانفلونزا:</p> <p>١-الالتهاب رئوي.</p> <p>٢-جفاف بالجسم.</p> <p>٣- احتقان وهبوط بالقلب.</p> <p>٤- الربو.</p> <p>٥- التهاب الجيوب الانفية والاذن.</p>	<p>فيروس الانفلونزا</p> <p>Infuenza virus</p> <p>ومنه ٣انواع وهي (أ_ب_ج)</p>

٢- الالتهاب الكبدي (أ)

طرق الوقايه والعلاج	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>الوقاية.</p> <p>١-المحافظه على النظافة الشخصية والبيئة المحيطة وغسل الايدي جيدا بعد استخدام المراحيض.</p> <p>٢-توعية العاملين في قطاع تحضير وتقديم الطعام على غسل ايديهم وارتداء القفاز.</p> <p>٣-غسل الخضروات والفواكة بماء نظيف.</p> <p>٤-طهي الطعام جيدا.</p> <p>العلاج...</p> <p>لايوجد علاج للمرض.</p> <p>ولكن يتم اعطاء السوائل بكثرة والتغذية الجيدة خلال فترة المرض.</p> <p>يتوفر لقاح يمكن اعطائه للاطفال او الاشخاص الذين لايملكون مناعة ضد المرض</p>	<p>١-تلوث الايدي ببراز شخص مصاب.</p> <p>٢-تلوث المياه بالفضلات الادمية عن طريق المجاري.</p> <p>٣- تلوث الاطعمة والمشروبات ببراز المصاب عن طريق الايدي الملوثة والذباب.</p>	<p>١-تبدا الاعراض بحمى خفيفة مصحوبة بفقدان الشهية , غثيان.</p> <p>٢-الام في البطن واضطرابات معوية.</p> <p>٣-بعد عدة ايام يظهر اصفرار بالجلد والعيون وتضخم بالكبد مرحلة الشفاء قد تستغرق اسابيع يستمر فيها تضخم الكبد لبعض الوقت.</p>	<p>فيروس كبدي (أ)</p> <p>يعد اكثر انواع الالتهاب الكبدي انتشارا في العالم</p>

٣- الالتهاب الكبدي (ب)

طرق الوقاية والعلاج	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>الوقاية:</p> <p>١- اخذ اللقاح المناسب خاصة الاشخاص المستهدفين.</p> <p>٢- فحص الدم قبل نقله للمحتاجين.</p> <p>٣- اجتناب العلاقات الجنسية المحرمة.</p> <p>٤- استخدام الادوات المعقمة لاغراض الحلاقة والحجامة</p> <p>العلاج:</p> <p>١- بعض الاشخاص تنتهي عدواهم خلال اسابيعه او شهور</p> <p>٢- البعض يحتاج الى اخذ الادوية.</p>	<p>١- المحاقن المحاقن الملوثة وتنتشر بين مدمني المخدرات</p> <p>٢- نقل الدم الملوث او مشتقاته او عن طريق الجروح والخدوش والوشم والحجامة بطريقه غير صحيحة</p> <p>٣- عن طريق اللعاب والاتصال الجنسي بين شخصين احدهما مصاب</p> <p>٤- احتمال اصابة الجنين من الام المصابه.</p>	<p>وتمر بمرحلتين هما: المرحلة الاولى: (مرحلة الاصفرار)</p> <p>تتميز باصفرار الجسم والعينين مع تضخم الكبد والطحال.</p> <p>المرحلة الثانية: (مرحلة ما بعد الاصفرار)</p> <p>وهي مرحلة النقاهاة والشفاء من اعراض المرض حيث يختفي الاصفرار تدريجيا مع تحسن وظائف الكبد على الرغم من استمرار تضخمه لبعض الوقت.</p> <p>مضاعفاته: اورام وتليف الكبد والالتهاب الكبدي المزمن و المستمر.</p>	<p>فيروس كبدي(ب)</p> <p>يصيب جميع المراحل العمرية على مدار العام وينتقل عن طريق الدم الملوث بالفيروس.</p>

٤- الالتهاب الكبدي(ج)

طرق الوقاية والعلاج	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>الوقاية:</p> <p>١- لا يوجد تطعيم ضد التهاب الكبد الفيروسي حتى الان .</p> <p>٢- انجح وسيلة للقضاء على المرض هي فحص الدم من المتبرعين.</p> <p>٣- تعقيم الادوات الجراحية والابر</p> <p>٤- الابتعاد عن العلاقات الجنسية المحرمة.</p> <p>٥- الابتعاد عن المخدرات والادمان.</p> <p>٦- الاخذ الاحتياطات اللازمة عند التعامل مع الجروح والدم.</p> <p>٧- استخدام الادوات الشخصية مثل ادوات (الحلاقه -فرش الاسنان- وعدم مشاركة الاخرين ادواتهم</p> <p>العلاج..</p> <p>١- الحالات النادرة تتشافي بدون علاج</p> <p>٢- يوخذ العلاج لفترات طويلة وتتراوح نسبة الشفاء من 30% الى 50%.</p>	<p>١-نقل الدم الملوث ومشتقاته.</p> <p>٢-الابر الملوثة بالفيروس.</p> <p>٣- استخدام ادوات حادة ملوثة في (الحجامه_ الوشم_ الختان_ استخدام المخدرات_ تخريم الاذن)</p> <p>٤- الممارسة الجنسية مع حامل الفيروس.</p> <p>٥- الام المصابه الى طفلها مع الولادة.</p>	<p>٧٠٪ من الحالات لا يوجد اعراض للالتهاب الحاد وان وجدت فيكون اعياء مع اصفرار الجلد والعين</p> <p>خطورته في ان * (80%) من الاصابات تتطور لتكون مزمنة. * (20%) يحدث التلف في الكبد.</p> <p>* (5%) يحدث بها سرطان الكبد خلال ٢٠ او ٣٠ سنه</p>	<p>فيروس كبدي (ج)</p> <p>أحد الفيروسات التي تصيب الكبد ويمكن ان تسبب تليف الكبد والاصابة بسرطان الكبد.</p>

٥- حمى الضنك_ الدم

طرق الوقاية والعلاج	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>الوقاية:</p> <p>١- التخلص من المخلفات .</p> <p>٢- ردم المستنقعات.</p> <p>٣- استخدام الملابس الواقية.</p> <p>العلاج:</p> <p>١- لا يوجد علاج لحمى الضنك لكن يعطى المريض مخففات للالم مع الاسيتامينوفين ويعطى الكثير من السوائل للتعويض.</p>	<p>١- لا تنتقل العدوى من شخص لآخر مباشرة.</p> <p>٢- تنتقل العدوى بحمى الضنك بواسطة (انثى البعوضة الزاعجة)</p> <p>٣- ينتقل الفيروس الى البعوض عامة اثناء التغذية على دم الاشخاص المصابين خلال تواجد الفيروس في الدورة الدموية.</p> <p>٤- تصبح البعوضة بعد اصابتها قادرة على نقل الفيروس للاشخاص المعرضين طوال فترة عمرها.</p>	<p>١- حمى حادة.</p> <p>٢- صداع حاد.</p> <p>٣- الم في الظهر.</p> <p>٤- الم في المفاصل.</p> <p>٥- طفح جلدي.</p> <p>٦- الم في العيون.</p> <p>مضاعفات حمى الضنك:</p> <p>١- الحمى الشديدة والنزف.</p> <p>٢- تضخم في الكبد.</p> <p>وفي الحالات الشديدة يحدث:</p> <p>١- هبوط في الدورة الدموية.</p> <p>٢- ارتفاع مفاجئ في درجة الحرارة وتستمر الحمى عادة من ٢-٧ ايام.</p> <p>يمكن ان ترتفع درجة الحرارة حتى ٤٠-٤١ درجة.</p> <p>قد يؤدي الى الوفاة</p>	<p>اربعة انواع مميزة ومتقاربة في التركيب من الفيروسات.</p>

٦- الايدز (الدم)_AIDS

طرق العدوى	طرق العدوى	مراحل واعراض المرض	مسبب المرض
<p>١-تجنب أي علاقة جنسية محرمة</p> <p>٢-التأكد من تعقيم الادوات الطبيه.</p> <p>٣- التأكد من سلامة عينات الدم المنقلبه.</p>	<p>١-نقل الدم الملوث ومشتقاته</p> <p>٢-الابر الملوثة بالفيروس.</p> <p>٣-استخدام الادوات الحادة الملوثة في الحجامه – الوشم-الختان- استخدام المخدرات تخريم الاذن</p> <p>٤-الممارسة الجنسية مع حامل الفيروس.</p> <p>٥-الام المصابة الى طفلها عند الولادة.</p> <p>٦-علميات زرع الاعضاء.</p>	<p>المرحلة الاولى(مرحلة المرض الحاد) تتراوح من ٣ الى ٤ اسابيع.اعراضها:</p> <p>١-حمى وتضخم في الغدد الليمفاوية بالرقبة. ٢- التهاب بالبلعوم والحنجرة.</p> <p>٣- الام عضلية وصداع.</p> <p>٤-بقع حمراء على العنق والم في الحلق.</p> <p>المرحلة الثانيه(فترة الكمون)تتراوح من ٦ شهور الى عدة سنوات.اعراضها:</p> <p>١-لا تظهر اعراض مرضية خلالها ويعرف المريض (حامل الفيروس).</p> <p>٢- يصيب الفيروس المزيد من خلايا تي اللمفاوية وتندى المناعة تدريجيا</p> <p>تعتبر المرحلة الاولى والثانية فترة حضانة الفيروس</p> <p>المرحلة الثالثه(مرحلة الايدز)تتميز هذه المرحلة بالاعراض:</p> <p>١-حمى -نقص بالوزن وزيادة التعرق الليلي. ٢-اسهالات مزمنة وانتفاخ الغدد اللمفاوية.</p> <p>٣- ظهور تقرحات في الفم والحلق وعلى الاعضاء التناسلية.</p> <p>عدم استجابة المريض للعلاج بسبب نقص المناعة -انتشار الالتهابات في الجسم.</p> <p>يتوفى المريض في النهايه.</p>	<p>هو مرض فيروسي معد ويعرف باسم مرض نقص المناعة المكتسبة</p> <p>Acquired Immuno Deficiency Syndrome</p> <p>فيروس Human Immunodeficiency Virus (HIV)</p> <p>يصيب كريات الدم البيضاء اللمفاوية المعروفة باسم (تي ليمفوسايت).</p>

٧- شلل الاطفال Poliomyelitis

طرق الوقاية والعلاج	طرق العدوى	مراحل واعراض المرض	مسبب المرض
<p>١- لا يوجد علاج ويسبب اعاقه مدى الحياة</p> <p>٢- الوقاية بتطعيم الاطفال في المواعيد المحددة.</p>	<p>١- عن طريق الاتصال المباشر بين المريض او حامل الفيروس والشخص السليم</p> <p>٢- الالبان الملوته</p> <p>٣- عن طريق البراز الملوث</p> <p>٤- عن طريق المخاط و البلغم من الفم والانف.</p>	<p>يقوم الفيروس بمهاجمة الجهاز العصبي ويصيب الخلايا العصبية الحركية في النخاع الشوكي</p> <p>يتسبب في حدوث شلل رخو بالاطراف السفلية.</p>	<p>مرض فيروسي تتراوح شدته من بسيطه الى مرض يصحبه شلل رخوي في الاطراف السفلية من الجسم.</p> <p>يسببه فيروس من نوع الانتيرو Enterovirus</p> <p>الفيروس له ثلاث انماط ١-٢-٣</p> <p>النمط واحد هو اكثرها انتشارا</p>

٨ الحمى النزفية (ايبولا) Ebola

طرق العدوى	طرق الوقاية والعلاج	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>١-الاتصال المباشر مع الدم او سوائل الجسم لشخص مصاب.</p> <p>٢-معدات طبيه او شفرات حلاقة ملوثة.</p> <p>٣-العلاقات الجنسية(قد يظل الفيروس موجود في السائل المنوي لمدة ٥٠ يوم حتى بعد الشفاء.</p>	<p>١-البعد عن ملامسة او الاتصال مع المرضى.</p> <p>-عدم السفر للاماكن المؤبوءه بالمرض.</p> <p>٣- لا يوجد علاج محدد تمت الموافقه عليه.</p>	<p>١-حمى والتهاب الحلق</p> <p>٢-الام بالعضلات وصداع</p> <p>٣- غثيان -قيء اسهال.</p> <p>٤-انخفاض في وظائف الكبد والكلى.</p> <p>٥-نزيف داخلي وخارجي.</p>	<p>من اخطر الحمات النزفية ويسببه فيروس ايبولا يعتمد ان خفافيش الفاكهة هي المضيف الطبيعي للمرض</p>

٩-متلازمة الجهاز التنفسي الشرق اوسطي (كرونا)

طرق الوقايه والعلاج	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>١-غسل الايدي جيدا.</p> <p>٢-مراعاة اداب السعال والعطس.</p> <p>٣-التهوية المناسبة لاماكن التجمعات وتجنب الاماكن المزدحمة</p> <p>٤-تجنب الاتصال المباشر مع المصابين لايتوفر لقاح</p>	<p>كمعظم الفيروسات الجهاز التنفسي ينتقل المرض عن طريق :</p> <p>١-الرذاذ والمخالطة المباشرة مع افرازات سوائل المريض.</p> <p>٢-تلوث الايدي.</p>	<p>مثل اعراض الانفلونزا:</p> <p>١-احتقان في الحلق والسعال.</p> <p>٢-ارتفاع في درجة الحرارة.</p> <p>٣-صداع مع ضيق بالتنفس.</p> <p>قد تتطور الاعراض الى :</p> <p>١-التهاب رئوي حاد.</p> <p>٢-فشل كلوي.</p> <p>٣-قصور في وظائف اعضاء الجسم.</p> <p>٤-الوفاة.</p>	<p>ينتمي فيروس الكورونا الى عائلة الناجية بسبب مشاكل بالجهاز التنفسي.</p>

المحاضرة السادسة الامراض الطفيلية.

التطفل: اعتماد كائن حي (الطفيل) في معيشه على كائن حي اخر.

الاعراض العامة نتيجة الاصابة بالطفيليات:

١-اعراض معوية كالاسهال والتعينة والمغص(الطفيليات المعوية).

٢-فقدان الشهية والكسل وفقر الدم.

٣-انسداد القنوات المرارية(الدودة الكبدية)

٤-نزيف دموي-الفشل الكلوي والكبدى(البلهارسيا)

٥-اصابة الجهاز الليمفاوي(الفيلاريا)

الوقاية من الطفيليات:

١-العلاج الفوري عند اكتشاف الاصابه

٢-طهي الطعام(اللحوم والاسماك) جيدا

٣-غسل الخضروات جيدا

٤-الحفاظ على مصادر المياه من التلوث بالبراز والبول

٥-غسل الايدي جيدا قبل الاكل وبعد الخروج من الحمام

٦-حفظ الطعام بعيدا عن الحشرات والقضاء على الذباب والبعوض

المالاريا (الدم)

تعريف المرض	اعراض المرض	طرق العدوى	طرق الوقايه
<p>هو احد الامراض الخطيرة التي تصيب سكان المناطق الحارة حيث يتكاثر البعوض الذي يعتبر المصدر المباشر لنقل العدوى طفيل البلازموديوم Plasmodium</p>	<p>تكرر هذه النوبة كل ٢٤ او ٤٨ ساعة يمكن تقسيم مراحل نوبة المالاريا الى ثلاثة مراحل. ١- الاحساس بالبرودة الشديدة والقشعريرة واصفرار الجلد. ٢- الارتفاع الكبير في درجة الحرارة والشعور بالحمي واحمرار الجلد. ٣- خروج العرق من الجسم وانخفاض درجة الحرارة</p>	<p>تنتقل عدوى المالاريا بواسطة (انثى بعوضة الانوفليس) Anopheles التي تحمل طفيليات المالاريا تلدغ البعوضة شخصا سليما وتحقن فيه الطور المعدي للمالاريا (الاسبوروزويت)</p>	<p>١- مكافحة البعوض والاهتمام بالنظافة وردم البرك والمستنقعات ٢- عزل المرضى ووضعهم في اماكن خاصة وبعيدا عن البعوض حتى لا يكونوا وسيلة لنقل عدوى المرض ٣- وضع سلك على النوافذ للحد من دخول البعوض داخل حجرات المنازل العلاج: علاج المريض بالادوية الخاصة بمرض المالاريا</p>

٢- البلهارسيا

تعريف المرض	طريقة العدوى	الاعراض	الوقاية والعلاج
<p>ديدان مفلطحة تعيش بدم الانسان لها ثلاث انواع</p> <p>١- بلهارسيا المجاري البولية: شيسستوسوما هيماتوبيورم- تصيب الجهاز البولي</p> <p>٢- بلهارسيا المستقيم: شيسستوسوما مانسونى - تصيب الامعاء</p> <p>٣- البلهاريا اليابانية تصيب الامعاء</p>	<p>اختراق الطور المعدي (السركاريا) لجلد انسان في مياة الترع والمستنقعات</p>	<p>بلهارسيا المجاري البولية: حرقان بالبول- نزول دم مع البول- ضعف وهزال</p> <p>بلهارسيا المستقيم: اسهال مخاطي وخروج دم مع البراز.</p> <p>عموما المصاب بالبلهارسيا يعاني من تضخم الكبد والطحال والتهابات مزمنة بمجرى البول يمكن تودي لسرطان المثانة</p>	<p>عدم الاستحمام او الوضوء او الغسيل في مياة الترع والمستنقعات والصرف</p>

٣-الديدان الشريطية (الجهاز الهضمي)

طرق الوقاية	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>١-يجب نشر التوعية بهذه الديدان وطرق العدوى والوقاية</p> <p>٢-يجب استعمال المراحيض عند التبرز</p> <p>٣-غسل اليدين قبل الاكل وتغطية الطعام وحفظه بعيدا عن الذباب</p> <p>٤- يجب طهي الحوم البقر جيدا حتى يمكن التخلص من الطور المعدي للديدان الشريطية التي تكون متحوصلة في لحوم البقر المصاب</p> <p>٥-عزل المريض عندما يشكو اعراض الضعف والمغص وعلاجه فورا بالمستشفى</p>	<p>عن طريق اكل لحوم البقر والماشية او الخنازير المصابة والغير مطهية جيدا (لم يتم طهيها عند درجة حرارة عالية ولفترة زمنية طويلة).</p>	<p>١-ضعف المريض وعدم قدرته على مقاومة الامراض المعوية</p> <p>٢-الشعور بالجوع والرغبة في النوم والاصابة بالانيميا.</p>	<p>تصيب الديدان الشريطية الانسان وتعيش متطفلة داخل الامعاء الدقيقة وتتغذى على الغذاء المهضوم,</p> <p>يوجد نوعان من الديدان:</p> <p>١-ديدان تينيا ساجيناتا (Taenia saginata) (دودة البقر الشريطية)</p> <p>يكمل دورة حياته داخل البقر كعائل وسيط</p> <p>٢-ديدان تينيا سوليم (Taenia solium) (دودة الخنزير الشريطية)</p> <p>يكمل دورة حياتية داخل الخنزير كعائل وسيط</p> <p>اما العائل الاساسي للنوعين فهو الانسان.</p>

٤-الدوسنتاريا الامبيه(الزحار) -الجهاز الهضمي.

طرق الوقايه	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>١-التثقيف والتوعيه بهذا المرض</p> <p>٢-الاهتمام بالنظافة وغسل اليدين قبل تناول الطعام</p> <p>٣- يجب عدم التبرز في الخلاء واستخدام المراحيض</p> <p>٤- يجب غسل الخضروات الطازجة جيدا قبل اكلها</p> <p>٥-يجب غلي الحليب جيدا قبل شربه</p> <p>العلاج</p> <p>يتم بواسطة الادوية المضادة للطفيليات وتناول السوائل</p>	<p>تناول طعام او ماء او حليب ملوث بالطفيلي المسبب للمرض</p>	<p>١-اضطرابات معوية مصحوبة بالامسام مرة والاسهال مرة اخرى</p> <p>٢-نزول مخاط وبعض الدم مع البراز</p> <p>٣- الشعور بصعوبة اثناء التبرز كما تتكرر الرغبة في التبرز من حين لآخر</p>	<p>هو احد الامراض الطفيلية المعديّة التي تصيب القولون ويسببه طفيل الانتامبيا هستوليتيكا</p> <p>Entamoeba Histolytica</p> <p>هو الامبيا الطفيلية النشطة</p>

٥- القمل (الجلد)

<u>طرق الوقاية</u>	<u>طرق العدوى</u>	<u>اعراض المرض</u>	<u>مسبب المرض</u>
<p>الاهتمام بنظافة الراس بالاستحمام المستمر بالماء عدم استعمال امشاط وفرش وادوات وملابس الاخرين عزل الطفل المصاب وعلاجه</p>	<p>تنتشر بويضات القمل بسرعة بين افراد الاسرة وكذلك بين التلاميذ في المدارس بسبب الملامسة وجلوستهم بجوار بعضهم</p>	<p>١-تهيج الجلد والشعور بحكة شديدة مما يدعو المصاب الى الهرش وحك الجلد بصفة مستمرة</p> <p>٢-ينقل للمصاب حمى التيفوس</p>	<p>القمل P.humanus من الطفيليات التي تعيش على جسم الانسان من الخراج القمل نوعان: قمل الراس: يعيش على جانبي الراس وفوق الرقبه وخلف الاذنين ويختبئ بين الشعر</p> <p>قمل الجسم: يعيش على سطح الجلد وبين طبقات الجلد مختبئاً بالملابس الداخلية</p>

٦- القراع (جلد الراس)

طرق الوقاية	طرق العدوى	اعراض المرض	مسبب المرض
<p>١- عدم استعمال ادوات الاخرين مثل اغطية الراس او مشط الحلاقة او ادوات الحلاقة</p> <p>٢- نشر الوعي الصحي للتعرف على مصادر العدوى وتشجيع النظافة الشخصية وغسل الراس بالماء والصابون</p> <p>٣- عدم لمس الحيوانات المصابة</p> <p>العلاج:</p> <p>يعالج المريض بالادوية المضادة للفطريات</p>	<p>١- ملامسة المريض</p> <p>٢- استعمال ادواته مثل فرشاة الشعر وادوات الحلاقة</p> <p>٣- ملامسة القطط والماشية المصابة</p>	<p>يحك فروة الراس</p> <p>سقوط الشعر</p> <p>ظهور طفح في منطقة الاصابة</p> <p>سرعان مايتلوث وتتكون طبقة قشرية تحتوي غالبا على افرازات صديدية ولها رائحة مميزة</p>	<p>فطر يسمى</p> <p>١- ترياكوفيتون</p> <p>٢- ميكروسبورم وهو يسبب القراع للاطفال ويوجد هذا الفطر اساسا في القطط والكلاب والاغنام والماعز</p>

المحاضرة السابعة (مرض السكر)

مرض السكر: هو اضطراب وظيفي في عملية الايض يؤدي الى ارتفاع مستوى السكر في الدم، ويعجز الجسم عن الاستفادة من سكر الجلوكوز، فتزداد نسبته في الدم وتفرزه الكلى في البول.

ويحدث هذا نتيجة خلل كامل او جزئي في كمية الانسولين اللازمة التي يفرزها البنكرياس.

نسبة الجلوكوز الطبيعية في الدم قبل الاكل (١٢٠-٨٠ ملجم/١٠٠ مل)

الانسولين: هو هرمون تقوم بافرازه غده البنكرياس:

وظائفه: * يساعد على خفض مستوى السكر في الدم.

*يساعد على تكوين البروتينات في العضلات.

*زيادة المخزون النشوي (الجليكوجين) في الكبد.

انواع مرض السكر:

١-مرض السكر المعتمد على الانسولين(وراثي بنسبة ٩٠٪/يصيب الاطفال).

٢-مرض السكر غير المعتمد على الانسولين (وراثي بنسبة ٥٠٪/يصيب الكبار بعد سن الاربعين).

٣-سكري الحمل يحدث خلال فترة الحمل وتقريبا في الاسبوع ٢٤ ويختفي بعد الولادة.

هناك اسباب اخرى : الطعام المحتوي على نسبة عالية من الدهون والسكريات كالوجبات الجاهزة _ الانفعالات النفسية _ القصور في عمل غدة البنكرياس، الغدة النخامية.

المعرضون للاصابة بمرض السكر:

- ١- الاشخاص الذين لهم اقارب مصابون بمرض السكر.
- ٢- الاشخاص من ذوي السمنة والبدانه.
- ٣- الاشخاص الذين هم في متوسط العمر والطاعنين في السن الحديثه.

اهم العلامات المبكرة للمنذرة للاصابة بمرض السكر:

- ١- الاحساس الزائد بالعطش.
- ٢- الرغبه غير الطبيعية في التبول.
- ٣- الاحساس بالتعب عند القيام باقل مجهود.
- ٤- حدوث التهابات في المسالك البولية.
- ٥- اضطرابات في البصر.

العوامل التي من الممكن ان تسبب مرض السكر:

- ١- السمنة الزائدة. ٢- اصابه فيروسية للبنكرياس.
- ٣- ضغوط نفسية لفترات طويله. ٤- عوامل وراثية.
- ٥- بعض الامراض المناعية تهاجم البنكرياس.

اهم اعراض الاصابة بمرض السكر:

- ١- العطش المستمر ويحدث بسبب فقدان الجسم لكميه كبيره من الماء مع البول حيث يوظف هذا الماء لاجراء السكر من الجسم.
- ٢- انخفاض وزن الجسم.
- ٣- تصلب الشرايين والاوردة.
- ٤- الاعياء والهن ورجفة الاطراف.
- ٥- كثرة التبول وزيادة كمية البول.
- ٦- الدوخة والجوع والتلثم في الكلام.
- ٧- اضطرابات نفسية.
- ٨- ظهور دمامل وخراجات في مختلف اجزاء الجسم.

اهم مضاعفات مرض السكر:

- ١-زيادة حموضة الدم وانبعاث الاستيون من الفم اثناء الزفير.
- ٢-غيوبة السكر. ٣-تاخير التئام الجروح. ٤-اصابات الجلد بالدمامل.
- ٥-ضعف البصر ويزداد مع تقدم الحالة.
- ٦-عتامة العين (الكتاراكت)(المياة البيضاء).
- ٧-تصلب الاوعية الدموية في شبكة العين, القلب, الكلى, الاطراف السفلى.
- ٨- قابلية حدوث الغرغرينا في الاطراف خاصة القدمين.

علاج مرض السكر:

اولا: عند الكبار..

- ١-النظام الغذائي -النظام الغذائي واستخدام بديلات السكر مثل(عسل النحل وسكر الفواكة)مع العلاج يُمكن المريض من الوقاية من المضاعفات.
- ٢-استعمال الحبوب- ومنها انواع كثيرة تختلف في مفعولها وطريقة تعاطيها وهي ليست بديلة للنظام الغذائي.
- ٣-الانسولين-ويستخدم في حالتين:
*الحالات التي لاتستجيب للاقراص.
*اذا كانت نسبة السكر في الدم اكثر من ٤٠٠ ملجم/١٠٠ مل.

ثانيا: عند الاطفال..

- ١-تنظيم غذاء الطفل.
- ٢-اعطائهم جرعات من الانسولين ولايجوز اعطائهم الحبوب كبديل مطلقا.
- ٣- التقليل من ممارسة الالعاب الرياضية العنيفة كالسباحة وركوب الدراجات لانها تسبب نقصا حادا في سكر الدم.

نقص السكر:

*تظهر اعراض نقص السكر في حالتين وهما:

١-زيادة جرعة الانسولين.

٢-اخذ جرعة الانسولين ثم التأخر في الافطار.

اعراض نقص السكر:

١-صفرة في الوجه ٢- تعرق غزير ٣-جوع شديد

٤-رعشة في اليدين ٥-تسارع ضربات القلب.

علاج نقص السكر:

اولا:العلاج الفوري

(لللكبار والصغار)

اخذ سكر فوري وباي طريقه عن طريق الفم او الحقن.

ثانيا:تجنب نقص السكر عند الاطفال

*اضافة وجبة خفيفة للطفل بين الفطور والغداء واعطائه كوبا من الحليب قبل النوم.

*احتواء طعام الطفل على كمية معقولة من البروتينات الضرورية الهامة في نمو الطفل.

*المحافظة على الطفل من الخدوش والجروح.

المحاضرة الثامنة .. ضغط الدم..

_ عند قياس ضغط دم شخص ما يسجل الجهاز رقمين:

* اعلى (الضغط الانقباضي).. هو اعلى ضغط يولده القلب وهو يضخ الدم الى الشرايين.

* ادنى (الضغط الانبساطي) هو الضغط الذي يبقى في الشرايين قبل النبضة التالية مباشرة.

_ متوسط ضغط الدم الطبيعي (مليمتر زئبق)

* الاطفال في سن السادسة $\frac{90}{60}$

* البالغين $\frac{120}{80}$

* فوق الاربعين من $\frac{90}{60}$ الى $\frac{140}{90}$

_ يعتبر الشخص مصاب بمرض ضغط الدم المرتفع اذا كانت القراءات المتواصلة لضغط دمه اعلى من $\frac{140}{90}$ مليمتر زئبق.

_ العوامل التي تؤثر في ارتفاع ضغط الدم

١- عدد دقات القلب ٢- سعة الشرايين ٣- كمية الدم

_ أسباب الارتفاع في ضغط الدم:

- العوامل الوراثية
- السمنة مع الاكل المفرط والاكثار من الملح والدهون في الوجبات
- الارهاق الجسدي والعصبي والنفسي
- التدخين والكحول
- قلة الرياضة
- امراض الكلى
- بعض امراض القلب وتصلب الشرايين
- بعض الادوية كالكرتزون

_ اعراض الارتفاع في ضغط الدم:

١- دوار شبة دائم ٢- طنين في الاذنين ٣- الم في الراس

٤- نزيف دموي من الانف ٥- ارق في الليل

_اهم مضاعفات الارتفاع في الدم:

- ضعف وغشاوة البصر
- حدوث جلطات
- ظهور الزلال في البول مع اختلال بوظائف الكلى
- برودة القدمين واليدين بسبب نقص الدم الى الاطراف وهذا ناتج عن ضيق او انسداد في بعض الشرايين
- نوبة صدرية وسببها المباشر هو فقدان الاكسجين

_الوقاية من ارتفاع ضغط الدم:

- الراحة الجسدية والعقلية
- المتابعة الجيدة لمن لهم تاريخ وراثي ويجب عليهم عدم الاستسلام للاكل المفرط الذي يحتوي على الدهون والنشويات والاملاح
- الالتزام بحمية غذائية لمن فوق ٤٥ عاما
- الرياضة الخفيفة كالمشي
- الامتناع عن التدخين والكحول

_علاج ضغط الدم:

اولا: العلاج بدون علاج:

- الرجوع بالوزن الى الوزن المثالي
- التحديد المعدل لاستهلاك ملح الطعام
- الامتناع عن التدخين خاصة مع القهوة والشاهي
- ممارسة الرياضة

ثانيا: العلاج بالادوية:

- باستخدام العقاقير الطبية, ويتوفر الكثير من الادوية ويجب اختيار الدواء المناسب لكل حالة تبعا لاستشارة الطبيب

المحاضرة التاسعة امراض الكلى

_الكلىة:

عضو هام من اعضاء الجسم المكونة للجهاز الاخراجي.

_وظيفةها:

تنقية الدم من المواد السامة والضارة الناتجة عن عمليات الايض وكذلك التخلص من مايزيد عن حاجة الجسم من الماء والاملاح ويخرج كل هذا في صورة (البول)

امراض الكلى والجهاز البولي:

اولا: امراض الكلى الحادة:

- التهابات الجهاز البولي
- الانسدادات والاختناقات بالجهاز البولي نتيجة تكون الحصوات

خطورتها: انها تؤدي الى (الفشل الكلوي)

_اعراض امراض الكلى الحادة:

- الم واوجاع في منتصف الظهر او مكان المثانة (اسفل البطن)
- قلة كمية البول عن المعتاد
- حرقان ومعاناة عند التبول
- حرارة بالجسم غير معروفة السبب

_الوقاية من امراض الكلى الحادة:

- الاكثار من شرب المياة والسوائل لتخفيف تركيز الاملاح بالجسم
- تجنب زيادة تركيز الاملاح بالجسم
- عدم التبول في الترع والمصارف

ثانيا: امراض الكلى المزمنة:

- أي مرض او اصابة من الامراض الحادة قد يتحول الى مرض مزمن يصيب الكلى او الجهاز البولي ما لم يتم علاجة في الوقت المناسب

الوقاية من امراض الكلى المزمنة:

- الكشف الدوري على الجهاز البولي
- تحليل البول للكشف عن وظائف الكلى
- العلاج الجيد لاي مرض حاد يصيب الكلى ومتابعته جيدا

_الفشل الكلوي:

هو قصور في عمل الكلية ووظائفها مما يؤدي الى اختلال عام في جسم الانسان

اولا:الفشل الكلوي الحاد:

اسبابة:

- اسباب ما قبل الكلى: الكلى سليمة ولكن يحدث نقص في كمية الدم او البلازما او السوائل
- اسباب ما بعد الكلى: الكلى سليمة ولكن يحدث انسداد في مجرى البول
- اسباب متعلقة بالكلى نفسها: تتعرض الكلى لالتهاب شديد يؤدي الى قصور حاد في وظائفها

اعراضة:

١- التسمم البولي وعلاماته:

_ارتشاح الماء(تجمع الماء في الجسم) _تأثر القلب وقد يتوقف عن العمل

٢- قلة افراز البول او توقفه

الوقاية والعلاج:

- حقن المريض بالمحاليل اللازمة
- حقن المريض بمادة المانيوتول في الوريد لزيادة افراز البول
- تقليل الطعام المحتوي على البروتينات
- اذا لم تصلح كل الوسائل السابقة اللجوء الى الغسيل الكلوي

ثانيا:الفشل الكلوي المزمن:

اسبابة:

- التهاب الكلى
- التهاب حوض الكلية المزمن
- انسداد في المجارى البولية
- ارتفاع ضغط الدم او مرض السكر
- الاستخدام المفرط للادوية مثل:
 - المسكنات مثل (الباراسيتامول_الاسبرين)
 - ادوية الروماتيزم
 - بعض المضادات الحيوية
 - الادوية المستخدمة لعلاج السرطان

اعراضة:

- الشعور بالتعب والارهاق الجسدي والذهني
- فقر الدم ,ارتفاع ضغط الدم
- الضعف الجنسي
- صعوبة في التنفس
- قلة الشهية للطعام
- كثرة التبول ليلا

الوقاية والعلاج:

- الحماية الغذائية بخفض البروتينات بالطعام وتعويضها بالسكريات والدهون.
- خفض كمية الملح والبوتاسيوم بالطعام الموجودة في (المكسرات,الموز,البرتقال)
- الغسيل الكلوي لتنقية الدم من المواد السامة
- الادويه
- زرع الكلى

السرطان

السرطان (cancer):

هو مجموعة من الامراض التي تتميز بالنمو الغير طبيعي وانتشارها بالجسم بشكل لايمكن التحكم فيه.

ويشار الى تلك الامراض بالاورام.

انواع الاورام:

١- الاورام الحميدة (غير سرطانية_Benign):

- مغلفة بنسيج ليفي وتكون غير قابلة للانتشار
- يمكن ازالتها بالجراحة او علاجها بالعقاقير او الاشعة
- غالبا لا تعود مرة ثانية

٢- الاورام الخبيثة (سرطانية_Malignant):

- تهاجم وتدمر الخلايا والانسجة المحيطة بها
- عالية الانتشار: اما عن طريق الدم او الجهاز اللمفاوي او انتشار مباشر

_ كيفية تكوين السرطان (تحول الخلايا السليمة الى سرطانية):

توجد اكثر من نظرية تفسر تكوين الاورام:

مثال : حدوث خطأ في الحامض النووي عند الانقسام (طفرة) او حدوث خلل جيني.

نسبة حدوث الخطأ تزداد بتزايد التعرض لمسببات السرطان.

العديد من هذه الاخطاء قد تحدث الا ان الجهاز المناعي في الجسم يتعرف عليها ويدمرها.

وإذا فشل الجهاز المناعي في التعرف عليها فانها تنقسم وتتسبب بوجود السرطان.

_ مسببات السرطان:

- جسيمات مسرطنة(النظائر المشعة_ الاشعة فوق البنفسجية)
- مواد كيميائية مسرطنة
- مسرطنات بيولوجية(الفيروسات_ البكتيريا)
- عوامل وراثية
- التدخين والمشروبات الكحولية
- تلوث الهواء
- الاقلال من تناول الخضروات والفواكه

_ الاشخاص الاكثر عرضه للسرطان(عوامل الخطورة):

- العمر: السرطان يمكن ان يحدث باي مرحلة عمرية لكن معظمه يحدث عند سن ٥٥ او اكثر.
- نمط الحياة: يزيد بالاشخاص ذوي السلوكيات غير الصحيحة كالتدخين وشرب الكحول او العلاقات الجنسية المحرمة.
- التاريخ العائلي: تلعب الوراثة دورا في بعض الحالات.
- الحالة الصحية: هناك علاقة بين بعض الامراض المزمنة والاصابه بالسرطان مثل التهاب القولون المزمن.

_ الاعراض والعلامات:

تختلف الاعراض حسب العضو المصاب ولكن هناك بعض الاعراض المشتركة:

- حمى
- الم بالعضو المصاب
- الشعور بالتعب والارهاق
- تغير مفاجيء بالوزن(نقص)
- كتلة او تورم في أي مكان من الجسم وخاصة الثدي عند المرأة
- تغير بلون الجلد او وجود جروح لاتلتئم
- كحة مستمرة
- صعوبة بالبلع وعسر الهضم

_ التشخيص:

التشخيص المبكر للسرطان يساعد على علاجه والشفاء منه باذن الله

قد يجري الطبيب واحد او اكثر من الاجراءات التالية للتشخيص .

فحص سريري: يتفحص الطبيب جسم المريض للبحث عن أي كتل او تغيرات في لون الجلد

- فحوصات المختبر: اخذ عينة دم
- الاشعة: لفحص العظام والاعضاء الداخلية .مثل الرنين المغناطيسي والاشعه المقطعية
- الخزعة: اخذ عينة من المكان المشتبه فيه بوجود سرطان ليتم التعرف على درجة السرطان ومرحلته.

_العلاج:

- العلاج الجراحيSurgery:للتخلص من الورم.
- العلاج الكيماويChemotherapy: ادوية كيماوية تقتل الخلايا السرطانية.
- العلاج الاشعاعيRadiotherapy: مثل اشعة اكس.
- العلاج البيولوجي: كالعلاج المناعي لتحفيز جهاز المناعة بجسم المريض للقضاء على الخلايا السرطانية.
- العلاج الهرمونيHormonal Therapy: عند التخلص من هرمون الجسم تموت الخلية السرطانية مثل (سرطان الثدي-وهرمون الاستروجين).

_امثلة لبعض انواع السرطانات:

- | | | |
|------------------------------|-------------------|----------------|
| ١- سرطان الفم | ٢- سرطان البلعوم | ٣- سرطان الرئة |
| ٤-سرطان الثدي | ٥-سرطان البنكرياس | ٦- سرطان الكبد |
| ٧- سرطان القولون | ٨-سرطان المبيض | ٩-سرطان الرحم |
| ١٠-سرطان الخصية
اللمفاوية | ١١-سرطان الدم | ١٢-سرطان الغدد |
| ١٣-سرطان العظام | ١٤- سرطان الجلد. | |

_الوقاية:

- الامتناع عن التدخين.
- تجنب التعرض المباشر لأشعة الشمس.
- التغذية السليمة.
- ممارسة الرياضة.
- المحافظة على الوزن المثالي.
- إجراء الفحص الطبي بانتظام
- التطعيمات اللازمة لبعض الفيروسات المسببة للسرطان.

الأمراض النفسية والعصبية.

_اولا الامراض النفسية(العصابية):

في هذا النوع من الامراض لاتتأثر شخصية المريض او تتغير بسيطاً ويكون مستبصراً لما يدور حوله غير مضطرب التفكير ويتعامل مع واقعة ويتفاعل معه.

مثل:(العصاب النفسي): وهو اضطراب في الشخصية يتميز خلاله السلوك وانماط التفكير والاستجابات العاطفية بالشذوذ وليس العصاب النفسي (ضرباً من الجنون)..

_اشكال العصاب النفسي:

- رد الفعل المسبب للكابة.
- رد الفعل الرهابي(الفوبيا).
- رد الفعل التحويلي(الهيستيريا).
- رد الفعل القلق او الضجر.
- رد الفعل الوسواس القهري.
- رد الفعل المفكك.

_علاج العصاب النفسي:

- جلسات مع الطبيب النفسي لكي يعيد توجيه تفكير المريض نحو تقبل حقائق ظروفه غير الملائمة ويمهد الطريق امام المواقف الواقعية.
- العلاج باستخدام احد المهدئات الحديثة الخاصة بازالة القلق او الادوية المضادة للكابة فيحتمل بذلك على تخطي فترات انهياره النفسي.

_ثانيا: الامراض العقلية (الذهانية):

في هذا النوع من الامراض تتغير شخصية المريض كلياً وفي الحالات الحادة يكون غير مدرك لمرضه, و مضطرب التفكير ولا يعيش واقعه ولا يستطيع التمييز بين الحقيقة والخيال وتسيطر عليه الافكار والوساوس الغريبة.

١- الاضطرابات الذهانية: (تشمل اشكالا عديدة من التشويش العقلي يشكل منها الجنون) يفقد المريض السيطرة على تفكيره وتصرفه الى حد شديد ولا تجدي في تغير انماط سلوكه الجهود الممبذولة لاقتناعه بان تفكيره مرتبك وتصرفاته غير مقبولة.

٢- انفصام الشخصية: (هذا المرض هو اخطر الاضطرابات العقلية). يفقد المريض القدرة على التمييز بين الخيال والواقع وتصاب بالارتباك قدرته على التفكير واستجاباته العاطفيه.

_ علاج انفصام الشخصية:

- سابقا عن طريق الصدمة الكهربائية.
- حديثا, يستخدم ادويه معالجة للاضطرابات النفسية.
- العلاج النفسي.

_ في الحالات التي تستجيب للعلاج يعيش المصاب حياة سوية خارج المستشفى.

التدخين والمخدرات

محتويات السيجارة الواحدة:

- ١- النيكوتين: كميته ٥,٥ ملجم/سيجارة الجرعة القاتلة منه ٥٠ مجم
 - ٢- اول اكسيد الكربون نسبته ٥٪ لكل سيجارة يتسبب في *افساد هييموجلوبين الدم.
 - ٣- مواد قطرانية تسبب في *تلوين الاسنان واللثة والاصابع.
*الرائحة الكريهة في التنفس.
- هذه المواد ذات تاثير سرطاني للمدخن.

التاثيرات الضارة للتدخين على صحة الانسان:

- القلب والجهاز الدوري.
- الصدر والجهاز التنفسي.
- الام الحامل.
- الجهاز الهضمي.
- الجهاز التناسلي والبولي.

التاثير على القلب والجهاز الدوري:

- تظهر الاعراض في صورة نوبات قلبية حاده قد تؤدي الى الموت المفاجئ.

التاثير على الصدر والجهاز التنفسي.

- التهاب الاحبال الصوتيه وتغير الصوت.
- السعال والبلغم خاصة في الصباح.
- قصور الوظائف التنفسية ثم ضعف القدرة على القيام باي مجهود.
- التهاب الاحبال الصوتيه واحيانا تغير الصوت.
- النزلات الشعبيه المزمنة التي تؤدي الى ضيق التنفس والنهجان والام الصدر.
- التمدد والانتفاخ الرئوي.
- سرطان الرئة.

_التأثير على الجهاز الهضمي:

- ١- التأثير المباشر على المخاطي المبطن للجهاز الهضمي.
 - ٢- التأثير الغير مباشر عن طريق الجهاز العصبي:
 - الغثيان والميل للقي مع قلة الشهية للطعام.
 - الامساك ومايصاحبه من صداع يقلل من حيوية الانسان ونشاطه.
- _ عسر الهضم. _ قرحة المعدة. _ الالتهابات المزمنة للجهاز الهضمي.

_التأثير على الجهاز التناسلي والبولي:

- ضعف الغدد الصماء المفرزه للهرمونات الجنسية ممايسبب الضعف الجنسي المبكر.
- ضعف انتاج البويضات في المبيض لدى النساء.
- ضعف انتاج الحيوانات المنويه بالخصيه لدى الرجال.
- ضعف وظائف الكلى.

_التأثير على الام الحامل:

- تعرض الجنين للموت قبل الولادة.
- فرصة ان يولد الطفل ناقص النمو.
- قد يعاني الطفل من صعوبة التحصيل المدرسي والتطبيع الاجتماعي ونقص المواهب.
- احتماليه تعثر نمو الطفل في السبع سنوات الاولى من حياته.

_التدخين السلبي:

هو استنشاق الدخان من الهواء وهذا الدخان يكون مزيج بين الدخان المرسل من المدخن ودخان السجارة المنتشر في الهواء.

_المخاطر الصحيه للتدخين السلبي:

- يزيد من مشاكل من يعانون باضطرابات النفسية مثل الربو.
- يزيد من خطر الاصابه بسرطان الرئه.
- يزيد من فرصة الاصابة بمرض القلب.

_المخاطر الصحية للتدخين السلبي على الاطفال:

- نمو غير سليم وبطئ للرئة.
- الاطفال المصابون بالربو يعانون من نوبات متكررة عند التعرض للدخان.
- الكحة المتكررة والتهابات الحلق والتهابات الاذن.

_كيف تقلع عن التدخين؟

- لا تشفط الدخان عميقا الى صدرك وارمي الثلث الاخير من السيجارة.
- الاستعانه بالله ثم الارادة القويه منك.
- ارفض السيجاره التي يقدمها لك الاخرون.
- لا تترتاد الاماكن التي كنت تذهب اليها مع الاصدقاء بغرض التدخين.
- تجنب الاختلاط مع المدخنين.
- الاقلاع عن المشروبات التي تعودت على شربها اثناء التدخين كالقهوه والشاي.
- راجع عيادة مكافحة التدخين لمساعدتك في الاقلاع عن هذه العادة السيئة بالطرق العلمية.
- تذكر دائما موقف الاسلام من كل ما فيه ضرر.

المخدرات

المخدر:

هو كل مادة خام من مصدر طبيعي او مصنعة كيميائيا تحتوي على مواد مثبطة او منشطة اذا استخدمت في غير الاغراض الطبية تؤدي الى التأثير على الجهاز العصبي بما يفقده او يضعف وظيفته.

مواد مخدرة طبيعية. مواد مخدرة تخليقية. مواد مخدرة تصنعية.

اولا المواد المخدرة الطبيعية:

هي مواد مخدرة من اصل نباتي:

- الكوكا
- الحشيش
- القات
- الافيون

ثانيا المواد المخدرة التصنعية:

هي مواد تستخلص من المواد المخدرة الطبيعية وتجري عليها عمليات كيميائية لتصبح في صورة اخرى اشد تركيزا واثرا:

- الهيروين
- المورفين
- الكوكايين

ثالثا المواد المخدرة التخليقية:

هي عقاقير من مواد كيميائية لها نفس تأثير المخدرات الطبيعية والتصنعية وتصنع هذه المواد على شكل كبسولات او حبوب او اقراص او حقن او اشربه او مساحيق.

- غاز الميثادون
- كبسولات السيكونال المنوم
- عقار L.S.D المهلوسه
- اقراص الفاليوم المهدئ
- حبوب الامفيتامين المنبه

_ اهم العلامات الداله على تعاطي المخدرات:

- جفاف الفم واحمرار العين
- الحكه الجلدية المستمرة وحك الانف
- ثقل في الاطراف وشعور بالدوخة
- شعور بالبلادة والكسل والخمول والميل الى النوم
- في حالة الجرعة الكبيرة يصعب الادراك مع نسيان الاحداث حتى القريب منها, والاضطراب في التفكير والهذيان كالجنون.

_ اهم الاثار الصحية الضارة للمخدرات:

- تلف شديد في الذاكرة وشلل في التفكير والاكنتاب والشعور بالقلق وعدم الاستقرار وتبؤد الاحساس وانفصام الشخصية.
- اصابة القلب والاوعية الدمويه بالامراض المزمنة.
- اتلاف الجهاز التنفسي وتعرض الرئه للاصابة بالسرطان
- الضعف الجنسي والعقم
- تاخر النمو والنضج الجسماني عند الشباب
- ضعف البصر وزغلة العينين
- الاصابة بالامراض التي تنتقل بواسطة الابر الملوثة مثل مرض الايدز والالتهاب الكبد

_ الاستخدامات العلاجيه للمواد المخدرة:

- التخدير في العمليات الجراحية
- القضاء على الالام المبرحة لمرضى السرطان
- علاج الصدمة العصبيه بعد النزيف الشديد او الحروق الشديدة
- الكودايين يدخل في تركيب كثير من ادوية السعال
- الهبوط الحاد للبطين الايسر او بداية الجلطة القلبية حيث يفيد المورفين في هذه الحالة لتأثيره المطمئن وازالته للالم الشديد
- يستخدم المورفين والكودايين فقط ولايسمح باستخدام الهرويين حيث يمكن ان يسبب الادمان لو اخذ لمرة واحدة فقط

البيئة

كل ما يحيط بالفرد من عوامل طبيعية (غير حيه) و بيولوجيه (حيه) واجتماعيه(العادات والتقاليد والقيم والاخلاق).

انواع البيئة:

- بيئة مادية
- بيئة اجتماعية
- بيئة صناعية
- بيئة بيولوجية

صحة البيئة:

هو ذلك العلم الذي يعنى بداسة البيئة ومدى ملائمتها لحياة كافة الكائنات الحية وخاصة الانسان.

- المياه_ الهواء_ المخلفات الادمية_ المخلفات الصلبة والقمامه_ المبيدات_ مكافحة الحشرات والقوارض_ المسكن الصحي.

اهداف صحة البيئة:

- تقليل مخاطر الاصابة بالامراض التي تسببها البيئة.
- زيادة الوعي فيما يخص العلاقة بين البيئة وصحة الانسان.
- زيادة قدرة الانسان للتكيف مع البيئة والتعامل معها بطريقة ترفع مستوى الصحة.

التلوث البيئي:

هو احداث تغيير في البيئة المحيطة بالكائنات الحية بفعل الانسان وانشطته اليومية مما يؤدي الى ظهور بعض المواد التي لاتتلائم مع المكان الذي يعيش فيه الكائن الحي ويؤدي الى اختلاله.

_ اقسام الملوثات البيئية:

١- ملوثات طبيعية:

الغازات والابخرة المتصاعد من البراكين او احتراق الغابات.

٢- ملوثات صناعية:

الغازات والابخرة المتصاعد من مداخن المصانع وعوادم السيارات.

٣- ملوثات كيميائية:

المبيدات بانواعها المنظفات الصناعية نواتج الصناعات النفطية.

٤- ملوثات فيزيائية:

الاشعاعات الذرية الضوضاء التلوث الحراري.

٥- ملوثات حيوية:

مخلفات الكائنات الحية التي تنتشر بالبيئات المختلفة وتسبب اضرار بصحة الانسان.

_ انواع التلوث البيئي:

- تلوث الهواء
- تلوث الماء
- تلوث التربة
- التلوث الاشعاعي
- التلوث الضوضائي

اولا تلوث الهواء:

هو احتوائه على مادة غريبة او حدوث تغيير في نسبة مكوناته والتي يترتب عليها نواتج ضارة لصحة الانسان.

_ مصادر تلوث الهواء:

- الملوثات الغازية:
 - _ اكاسيد الكربون.
 - _ اكاسيد النيتروجين.
 - _ اكاسيد الكبريت.

- التلوث بالجسيمات:
- _ الجسيمات هي كل ما يحمله الهواء من دقائق صلبة او سائلة وتنتج من مصادر طبيعية او من نشاط الانسان:
- مثل(الغبار المتساقط_ جسيمات الرماد_ جسيمات الابخرة).

_ للحد من تلوث الهواء يجب اتباع الاتي:

- اختيار مواقع المصانع في اماكن بعيدة عن الكتلة السكانية
- معالجة الغازات والادخنة المتصاعد من المصانع
- منع المركبات المتصاعد منها ادخنة من السير والكشف الدوري عليها
- زيادة مساحة الرقعة الخضراء داخل المدن
- بناء الطرق السريعة بعيدة عن الكتلة السكانية

ثانيا تلوث المياه:

هو احتوائها على مواد غريبة, صلبة او عالقة او عضويه او غير عضوية ذائبة , او كائنات دقيقة . وهذه المواد تغير من الخواص الطبيعيه او الكيمائية او الحيوية ويصبح الماء غير مناسب للشرب او الاستهلاك المنزلي او في الزراعة او في الصناعة.

_ اهم مصادر تلوث المياه:

- التلوث الطبيعي
- التلوث الحراري
- التلوث بالمخلفات البشرية
- الامطار الحمضية
- التلوث بالنفط
- بالاسمدة الكيماوية
- التلوث بالمخلفات الصناعية
- التلوث بالاسمدة والمبيدات

_أنواع تلوث المياه:

١- الميكروبي: مثل البكتيريا, الطفيليات, الفطريات.

ينقل هذا التلوث العديد من الامراض مثل (الكوليرا_الالتهاب الكبدي_شلل الاطفال)

٢- الكيمائي: مثل المركبات الحمضية والقلوية_ المركبات العضوية_ المعادن الثقيلة.

_المخلفات الادمية: اولا: المخلفات الادمية السائلة

مثل : البراز , البول, المياه المستخدمة في المطابخ والحمامات.

_التخلص منها يكون بطريقتين:

١- الطريقة الجافة:

- خزان السباخ
- مرحا الجداول او البراميل
- خزان التحاليل الملحق به بئر صرف
- مرحاض روكفلر

٢- الطريقة السائلة:

- شبكات تنقية المجاري ومياة الامطار
- شبكات منفصلة لمياة المجاري و اخري للامطار

ثانيا: المخلفات الجافة والقمامة

مثل : القمامة, المخلفات الحيوانية, الحيوانات النافقة.

١- التخلص الاولي:

- تجمع في اكياس بلاستيك وتوضع بصناديق القمامه
- تفرم داخل مفارم كهربائية وتمر داخل مواسير خاصة الى المجاري العموميه.

٢- التخلص النهائي:

- تستخدم في ردم البرك والمستنقعات والاراضي المنخفضة
- تحرق في افران كبيرة خارج المدينه
- يستفاد منها بتحويلها الى سماد

مضار تراكم الفضلات

- تجذب الذباب وتتكاثر الحشرات وتنقل الامراض
- تتعفن وتسبب الروائح الكريهه
- وسطا مناسباً لتوالد البعوض والفئران

ثالثاً: تلوث التربة

هو دخول مواد جديدة الى التربة او زيادة تركيز احدى مكوناتها الطبيعية مما يؤدي الى تغيير في تركيبها الكيميائي او الفيزيائي

مصادر تلوث التربة:

١- التلوث الطبيعي:

الانجراف وتفتيف وتاكل التربة.. التصحر وفقد التربة لقدرتها الحيوية.

٢- التلوث البشري:

استخدام الاسمدة الكيميائية _ استخدام المبيدات

٣- التلوث الحيوي للتربة

٤- التلوث الاشعاعي

٥- ملوثات متنوعة

رابعاً : التلوث الضوضائي:

هو حدوث اصوات غير مرغوب فيها تسبب اضراراً بالغه للانسان.

مصادرة:

- مصادر طبيعية: مثل (الانفجارات البركانية , الزلازل , الاعاصير, الرعد).
- مصادر بشرية: مثل(اصوات وسائل المواصلات المختلفة _ اصوات الاجهزة الكهربائية بالمنازل والمكاتب).
- عمليات البناء والتشييد العمراني

مضار التلوث الضوضائي:

- تأثير نفسي يسبب نقص النشاط الحيوي والقلق والتوتر للانسان.
- تأثير عصبي يسبب التوتر العصبي والانفعالات ارتفاع ضغط الدم

- تأثير سمعي يضعف السمع ثم يفقده والاصابه بالصمم
- قلة قدرة العاملين المعرضون للضوضاء على الانتاج

خامسا: التلوث الاشعاعي:

من اخطر انواع التلوث لانه لايرى ولايشم ولايحس ويدخل الجسم دون ان يترك اثر.

مصادر التلوث الاشعاعي:

- اولا: مصادر طبيعية:

- الاشعه الكونية
- اشعاعات صادرة من التربه
- اشعاعات موجودة في جسم الانسان

- ثانيا: مصادر صناعيه:

- التطبيقات الطبيه
- التطبيقات الزراعيه
- التفجيرات النوويه
- المفاعلات النوويه
- حوادث التسرب الاشعاعي
- المسكن الصحي:

يوثر تكوين المسكن تأثيرا مباشرا على صحة سكانه اذ ان ضيق المسكن وسوء بنائه وعدم توفير التهوية الكافية وامكانيات دخول اشعة الشمس ينعكس بشكل ضار على من يعيش فيه من افراد.

- مضار المسكن الغير صحي:

- الحمى الروماتيزمية وامراض القلب نتيجة التعرض لزيادة الرطوبة وعدم توفير التدفئه الجيدة
- الكساح نتيجة عدم التعرض لاشعة الشمس
- النزلات الصدرية نتيجة سوء التهوية والازدحام مما يسهل انتقال العدوى
- الاصابه بالامراض المعدية نتيجة سوء تصريف الفضلات بطريقة سليمة

اهمية صحة الاسرة:

ان لصحة اسرتنا الاولويه القصى في حياتنا فنحن واسرنا معرضون لشتى المخاطر التي يمكن ان تلحق الضرر بصحة احد افراد الاسرة التفريط في حق الوالدين او الزوجة او الولد وفي حفظ صحتهم وقايتهم من الامراض يعد امر خطير.

_ من واجبات المرء في حق افراد اسرته:

- ان يتخذ كل اسباب وقايتهم من الامراض
- ان يحرص على ماينفعهم من سبل الحياة الصحية والتغذية السليمة
- ان يداويهم اذا تعرضوا للمرض

_ فحص ما قبل الزواج:

أهدافه: مساعدة المقبلين على الزواج للوصول الى مستوى صحي ونفسي واجتماعي مناسب.

_ مجالاته:

- المجال الطبي
- المجال الاجتماعي
- مجال التوعية والتثقيف الصحي

_ اولا: المجال الطبي:

- معرفة التاريخ المرضي الشخصي والعائلي لكل شخص.. مع ملاحظة درجة القرابة فكلما زادت درجة القرابة زادت نسبة حدوث الامراض الوراثية والتشوهات الخلقية لدى الاطفال.
- الفحص الطبي لتأكيد خلو الطرفين من الامراض الوراثية مثل/التخلف العقلي والسكري وامراض الدم.
- الاختبارات المعملية للبول والبراز وصورة كاملة للدم وتحديد فصيلة الدم وعامل ريسيس (Rh)
- الاختبارات المعملية البكتيرية والمصلية للكشف عن الامراض التناسلية المعدية (السيلان, الزهري, الايدز) وامراض الدم والالتهاب الكبدي.
- الفحص الاشعاعي على الصدر (الدرن) وامراض القلب والموجات الصوتية

ثانيا: المجال الاجتماعي:

- من العوامل المساعدة على نجاح الزواج ان يكون الزوجان متقاربين من النواحي النفسية والثقافية والاجتماعية والاقتصادية كما ان التوافق النسبي في المشاعر والاراء والاهتمامات امر ضروري لاستمرار الحياة الزوجية.

ثالثا: مجال التوعية والتثقيف الصحي:

- يهدف الى تعريف المقبلين على الزواج وبواجباتهم ودور كل منهما في الحياة الزوجية المقبلة.

أهمية الغذاء:

- ضروري للنمو والتطور السليم عند الصغار
- هام لمقاومة الامراض وترميم مايتلف من انسجة الجسم
- يزود الجسم بالعناصر الاساسية لتحقيق التغذية الصحية المتوازنة
- يوفر الطاقة اللازمة للقيام باي نشاط او مجهود

_المجموعات الغذائية:

- الحليب ومشتقاته
- اللحوم وبدائلها (البقول والبيض)
- الخضار والفواكه
- الفيتامينات

_عادات وسلوكيات صحية:

- الاقلال من تناول الوجبات الخفيفه التي تحرم الفرد من الحصول على غذاء متوازن
- عدم الاكثار من تناول الحلويات حيث تؤدي الى زيادة الوزن وتسوس الاسنان
- عدم القيام بانشطه اخرى اثناء الطعام مثل مشاهدة التلفاز لان ذلك يعيق الهضم الجيد للطعام
- عدم تناول المشروبات الغازية مع الطعام او بعده مباشرة لان ذلك يؤدي الى انخفاض القيمه الغذائيه للطعام
- شرب كوب من الماء الفاتر صباحا ينبه الامعاء ويغسل المعدة والكليتين وينبه الكبد لافراز الصفراء
- تناول وجبة الافطار من العادات الصحية لانه يمد الجسم بالطاقة اللازمة

امراض سوء التغذية:

السمنة_ فقر الدم_ هشاشة العظام _ التسمم الغذائي

اولا: السمنة.....

هي الزيادة في وزن الجسم عن الوزن المثالي المناسب للطول بحوالي ٢٠٪ في الرجال _ ٣٠٪ في النساء.

اخطارها:

- اخطار صحية: تنتشر امراض القلب والشرايين والبول السكري بين زائدي الوزن
- اخطار اجتماعية: تؤدي زيادة الى عدم القدرة على التكيف مع المجتمع
- اخطار اقتصادية: عدم قدرة البدين في الحصول على الوظائف التي تتطلب المظهر اللائق
- اخطار نفسية: من الممكن ان تكون الحالة النفسية ناتجة من السمنة او مسببه لها

_أسبابها:

- العوامل البيئية: توافر الغذاء- وسائل الراحة- قلة النشاط- المظهر الاجتماعي
- العوامل النفسية: القلق- الاحباط والتوتر
- العوامل الوراثية: الطفل لابوين بدينين احتمالية ان يكون بدين هي ٧٣٪ اذا كان احد الابوين بدين تكون النسبة ٥٠٪ اذا كان الابوين غير بدينين فاحتمالية الطفل البدين هي ٩٪
- العوامل الثقافية: في بعض المجتمعات يرتبط الغذاء بالمناسبات الثقافية المختلفة
- العوامل الفسيولوجية: مستوى افراز الغدة الدرقية

_علاج السمنة:

- الغذاء: تناول وجبات بسعرات حرارية اقل لاستهلاك وحرق الدهون المخزونه بالجسم
- تعديل السلوك الغذائي: تعريف البديل بالعوامل التي ادت الى زيادة وزنه من خلال كثرة تناول الطعام

● العلاج بالجراحة: ازالة بعض الانسجة المخزنة للدهون, ازالة جزء من الامعاء

● العلاج بالهرمونات: قد يفيد في بعض الحالات

ثانياً: فقر الدم:

هو نقص في هيموجلوبين الدم الذي ينقل الاكسجين الى الجسم مما يؤدي الى الشعور بالخمول والتعب

_ مستويات الهيموجلوبين الطبيعية:

- عند الرجال : من ١٣,٥ الى ١٧,٥ ملليجرام /مل دم
- عند النساء: من ١٢,١ الى ١٦,٠ ملليجرام / ١٠٠مل دم
- عند الاطفال: من ١١,٠ الى ١٢,٠ مليجرام/ ١٠٠ مل دم
- عند المرأة الحامل: من ١١,٠ الى ١٢,٠ ملليجرام/ ١٠٠ مل دم

_ أسباب فقر الدم:

- سوء التغذية ونقص الحديد بالغذاء
- الاصابه بالطفيليات المعويه الي تتغذى على الغذاء المهضوم
- تعاطي بعض الادوية لفترة طويلة مما يوتر على امتصاص الحديد من الامعاء

_ اعراض فقر الدم:

- الضعف العام وشحوب اللون
- الالتهاب المتكررة للسان والفم
- سرعة تقصف أظافر اليدين

_ طرق الوقاية من فقر الدم:

- تناول الغذاء المتنوع الغني بالحديد والبروتين
- الاكثار من تناول الاغذية المحتويه على فيتامين سي
- الاكثار من تناول الاطعمة المحتويه على حمض الفوليك

_ طرق العلاج من فقر الدم:

- علاج أسباب المرض
- تناول حبوب الحديد لتعويض نقص الحديد
- تناول الاغذية الغنية بعنصر الحديد

ثالثا: هشاشة العظام:

هو نقص في كثافة العظام تؤدي الى هشاشتها وسهولة كسرها بسبب خسارة كمية كبيرة من الكالسيوم الهام للمحافظة على قوتها ومتانتها.

_ اسباب هشاشة العظام:

- العمر: كلما تقدم العمر زادت احتمالية الاصابة بالمرض
- الوزن: نقص الوزن وضعف البنية يزيد من احتمالية الاصابة بالمرض
- العامل الوراثي: تزيد احتمالية الاصابة بالمرض اذا كان هناك تاريخ وراثي
- نقص الكالسيوم: من الطعام اليومي الاكثار من الوجبات السريعة
- استعمال الادوية مثل الكورتيزون

_ نتائج الاصابة بهشاشة العظام:

- تعرض العظام للكسر مثل عظم الورك والعمود الفقري
- كسر في المعصم في سن الخمسين
- فقرات العمود الفقري تنسحق مع بعضها وتؤدي الى الاحساس بالالم

_ علاج هشاشة العظام:

- الحد من خسارة الكالسيوم
- التخلص من الالام الناتجة عن الهشاشة
- اعادة التاهيل وتحسين القدرة على الحركة

رابعاً: التسمم الغذائي:

يرجع الى الاعتماد شبة الكامل على الوجبات الجاهزة غير الطازجه والمخزنه لفترة طويلة والتي تتعرض للنقل والتسويق والتلوث من مصادر عديدة

_مجموعات التسممات:

- التسممات غير الميكروبية: مثل التسممات الغذائية الكيماوية والانسجة الحيوانية
- التسممات الغذائية البكتيرية: وهي نتيجة افراز سموم في الغذاء او تلوث الغذاء ببكتيريا التسمم, وعند التهامها مع الغذاء تفرز سمومها داخل الامعاء
- التسممات الغذائية الفطرية: مثل سموم المشروم (عيش الغراب) وسموم الفطريات الاخرى
- التسمم الغذائي الكيميائي: ويحدث نتيجة تناول غذاء ملوث بمواد كيميائية سامة مثل المبيدات والمعادن الثقيلة
- التسمم الغذائي العنقودي: يسببه نوع من البكتيريا: ستافيلوكوكاس اورياس، مصدر البكتيريا هو الانسان ومايحملة من بثرات ودمامل تسببها البكتيريا، تفرز البكتيريا السم بالغذاء قبل تناول الانسان له
- التسمم الغذائي البوتيوليني: يسببه نوع من البكتيريا: كلوستريديوم بوتولينوم، أكثر الاغذية التي ينتشر بها التسمم هي اللحوم والدجاج والاسماك والاجبان وخاصة المعلب منها
- التسمم الغذائي البوتيوليني: يسببه نوع من البكتيريا: سالمونيلا تايفيموريوم، تتحل البكتيريا داخل الامعاء ويفرز سمها الداخلي

التقنيات الطبية الحديثة واثرها على الانسان..

اولا: المنظار:

عبارة عن انبوب مرن رفيع توجد عند طرفه كاميرا صغيرة يتم ادخالها في الجسم تستخدم المناظير بصفة عامة في فحص ما بداخل الجسم.

_ فوائد المنظار:

- يسمح للطبيب بالنظر الى الاعضاء الداخلية مباشرة
- تشخيص الحالات التي يصعب تشخيصها الاجراحة استكشافية

_ انواع المنظار:

- منظار القناة الهضمية: لفحص المريء_ الجزء العلوي من الامعاء الدقيقة
- منظار المستقيم(الشرح): لفحص المستقيم والقولون
- منظار البطن والمثانة

ثانيا: الموجات فوق صوتيه(اشعة فوق صوتيه):

هي تكنولوجيا تستخدم الامواج فوق الصوتيه في التصوير الطبي وتعتمد فكرتها على ارسال موجات فوق صوتيه واستقبالها على شاشة.

_ فوائد الموجات فوق الصوتيه:

- تشخيص حالات التهابات المرارة والقنوات المراريه واخذ عينه منها.
- الكشف عن امراض النساء والجنين
- تشخيص امراض القلب والاوعيه الدمويه

ثالثا: الاشعه السينيه x-ray

هي نوع من الاشعه الكهرومغناطيسية.

_ فوائدها:

- الكشف عن (العظام_ الاسنان _ وتحديد مواقع الاجسام الصلبة)
- تستخدم على نطاق واسع في علاج السرطان

رابعاً: الرنين المغناطيسي:

هو عبارة عن جهاز يستخدم مجال مغناطيسي قوي بدلا من الاشعة لتصوير انسجة الجسم واعطاء صور واضحة ومفصلة

_فوائد الرنين المغناطيسي:

- تصوير واطهار الانسجة الرخوة مثل العضلات والاربطة والاورتار
- اظهار التغيرات داخل العظام مثل وجود تورم او نقص بالدورة الدمويه داخل العظام
- تشخيص امراض العمود الفقري

خامساً: الليزر:

الليزر اداة تنتج حزمة ضوئية رفيعة جدا وقوية

_فوائد الليزر:

- الامراض الجلدية
- امراض العيون
- العلاج التجميلي

سادساً : الخلايا الجذعية:

هي خلايا غير مميزه يمكن ان تتحول الى خلايا مختصه اخرى

فوائدها:

- يمكنها ان تعمل على اصلاح جسم الانسان باستبدال خلايا الجسم المريضه او العاطلة بهذه الخلايا الجذعية(خلايا القلب_ الخلايا العصبية_ العضلات)

الاسعافات الاولية : هي اول مساعدة طبية يمكن اعطائها لشخص اصيب في حادث او وقع صريعا لمرض مفاجئ حتى وصول الطبيب او ان يتم نقله الى المستشفى حتى يتلقى العلاج الطبي المناسب والمتخصص

اهمية الاسعافات الاولية:

- انقاذ حياة المصاب وابعاده عن مصادر الخطر
- اجراء الاسعافات الاولية اللازمة لانقاذ الحياة : مثل التنفس الصناعي, تدليك القلب, ايقاف النزيف
- منع حالة المصاب من التدهور وتخفيف الامه، وتجنب حدوث مضاعفات لاصابته
- توفير الراحة الجسمانية والنفسية للمصاب حتى يتم استدعاء سيارة الاسعاف الى مكان الحادث

_ محتويات حقيبة الاسعاف:

اولا: الادوات....

- ميزان حرارة طبي
- مجموعة حقن من البلاستيك
- ملقط طبي وخافض لسان خشبي ومقص صغير للغيرارات
- اربعة جبائر خشبية مقاس ٧/٥٠ سم للكسور ورباط بلاستيك لاييقاف النزيف
- كاس بلاستيك لغسيل العيون وقطن طبي واربطة شاش

ثانيا: الادوية.....

- المراهم: للحريق_ لحساسية الجسم _ مضاد حيوي للجلد
- السوائل: زجاجة كحول(٣٠سم) _ زجاجة صبغة يود(٣٠سم) _ زجاجة ميكروكروم _ زجاجة نشادر(٣٠) _ زجاجة ماء اكسجين
- النقط: مضاد للقي _ لعلاج التقلصات والالام _ قطرة للانف _ قطرة للعين
- الاقراص: مضادة للمغص _ مضادة للحساسية _ ضد الاسهال
- الحقن: لحالات التسمم _ مضادة للحساسية _ لعلاج النزيف _ لعلاج المغص الحاد والكروي

_ النزيف:

هو فقدان الجسم لكمية من الدم سواء خارج الجسم او داخل الجسم نتيجة جرح سطحي او جرح في انسجة الجسم الداخلية

أنواعه:

_بالنسبه للوعاء الناظف:

- النزف الشرياني
- النزف الوريدي
- النزف الشعيري

_بالنسبة لموضع الجرح:

- النزيف الخارجي
- النزيف الداخلي

(داخلي حقيقي_ داخلي يخرج للخارج)

_كيفية اسعاف النزيف الخارجي:

- يجب توفير الراحة التامه للمصاب وتزويده بالاكسجين والمواد التي توقف النزيف مثل فيتامين ك وكذلك المهدئات مثل الفاليوم

وتستخدم الطرق التاليه لوقف النزيف:

- الضغط المباشر على مكان النزيف في اتجاه العظم
- رفع الطرف الناظف لاعلى فوق المستوى القلب
- الضغط على الشريان الرئيسي المغذي لمنطقة النزيف (مثال: في حالة نزيف الرقبة والراس يمكن الضغط على الشريان السباتي بجانب القصبة الهوائية)
- يمكن استعمال العاصبه اذا لم يتوقف النزيف
- يتم ايقاف النزيف بالكلي الكهربائي او بخياطة الاوعيه الممزقة

_اسعاف النزيف الداخلي:

- يجب رفع ارجل السرير الذي ينام عليه المصاب بكتل خشبيه ويجب تدفئة جسم المصاب ووضع ثلج على قدمية ويعلقان لاعلى حتى يتم توفير الدم للمخ
 - يلاحظ عدم اعطاء المصاب أي منبهات لانها تزيد من شدة النزف
 - بعد ذلك يزود المصاب بالسوائل بكثرة والعمل على استمراره دافئا بالفراش كما يتم تزويد بالدم وفيتامين ك والكالسيوم والحديد وفيتامين ج وفيتامين ب
- ١٢

_ الجروح:

انواعها:

اولا: حسب تاثيرها على سطح الجسم:

- جروح بسيطه
- جروح عميقة
- جروح مفتوحة
- جروح مغلقة

ثانيا: حسب تاثيرها على انسجة الجسم:

- الخدوش
- الرضوض والكدمات
- الجروح التهتكية
- الجروح النافذة
- الجروح المسممه

_ كيفية الاسعافات الاولية للجروح:

- في البداية يجب على الشخص المسعف ان يغسل يديه جيدا ويعقمها حتى لا يحدث تلوث والتهاب للجروح الموجودة في جسم المصاب
- اذا كان هناك نزيفا يجب ايقاف النزيف باحدى الطرق المذكورة سابقا في اسعاف النزيف
- يتم نزع الشعر ان وجد في منطقة الجرح
- غسل المنطقة حول الجرح بمطهر عادي مثل السافلون

- عدم محاولة اخراج ما بداخل الجرح من اجسام غريبه لان ذلك ممكن ان يودي الى تمزيق الاوعية الدمويه مما يزيد من خطورة مضاعفات الجروح
- يوضع على الجرح شاش معقم ويربط الجرح برباط خفيف ثم ينقل المصاب الى المستشفى
- في حالة حدوث حوادث سيارات والالات والتي يصاحبها تهتك شديد بانسجة المصاب يجب لف العضو المصاب بغطاء كثيف معقم واذا حدث نزيف يجب وقف النزيف ثم يقل الى المستشفى
- في حالة الجروح المسممة مثل اللدغ والعض يجب غسل الجرح جيدا بمحلول مطهر ويربط على الجرح او العضة او اللدغة ثم يطهر مشروط ويتم التشريط حول الجرح ثم يعصر الجرح لاجراج اكبر كمية من السموم الموجودة بمكان الجرح ثم ينقل الى المستشفى لاعطائه المصل الواقي الخاص بنوع السم وكذلك يحقن بمصل مضاد للتلوث الناتج عن اللدغ او العض

_ الحروق:

انواعها:

_ اولا: درجات الحروق تبعا لدرجة اصابة الجسم:

- حروق درجة اولى
- حروق درجة ثانيه
- حروق درجة ثالثه

_ ثانيا: انواع الحروق حسب مساحة الجزء المحروق من سطح الجلد:

- حروق خطيرة جدا (اذا كانت نسبة الجزء المحروق ١٠٪ من الجسم)
- حروق بسيطة (اذا كانت نسبة الجزء المحروق اقل من ١٠٪ من الجسم)

_ الاسعافات الاولية للحروق:

- ابعاد المصاب عن مكان الحريق
- تبريد المنطقة المحروقة من جسم المصاب بالماء البارد

_ ثم يختلف التعامل على حسب درجة الحرق:

- في حالة حروق الدرجة الاولى: ينظف الحرق بمحلول ملحي متعادل ويغطى الحرق باحد المراهم الخاصه بالجروح ويغطى بغير نظيف معقم وبه مضاد حيوي
- في حالة حروق الدرجة الثانيه: تعامل المساحات الصغيرة مثل اسعاف حروق الدرجة الاولى اما المساحات الكبيرة فتعامل مثل حروق الدرجة الثالثه
- في حالة حروق الدرجة الثالثه: يعالج المصاب بالصدمة اولا بتهدئته واعطائه دواء مهدئ لتقليل الالم والعمل على عدم تعرضه للهواء ونقله فورا الى المستشفى لتزويده بالمحاليل اللازمه وبعد ذلك يتم تنظيف المنطقة المحروقة بمحلول ملحي متعادل او مضاد حيوي او مرهم مضاد للحروق وتكرر هذه العمليه كل ١٢ ساعه حتى تجف المنطقة المحروقه

_ الاغماء:

هو أي قصور في الحالة الطبيعية لليقظة التامة تؤدي الى فقدان مؤقت للوعي يستمر لفترة قصيرة او طويلة تبعاً لنوع المؤثر الخارجي

_ اسبابه:

- انخفاض ضغط الدم
- الهبوط العام بسبب الاجهاد والضعف العام
- الصدمات العصبية
- ارتجاج المخ
- نقص او زيادة كمية السكر في الدم عن المعدل الطبيعي

_ اسعاف الاغماء:

- يجب اسعاف التنفس اولا وازالة أي شي يسد مجرى التنفس والعمل على تنظيف الفم وازالة أي اثار طعام او القي او الدم او الاسنان الطبيعية المتساقطة
- يجب وقف النزيف بالطرق المختلفة لاسعاف النزيف
- يوضع المصاب في وضع الاغماء وهو ارقاد المصاب على احد الجانبين بحيث يكون الطرفان السفلي والعلوي البعيدان الملامسان للارض ممدودان اما الطرفان السفلي والعلوي البعيدان عن الارض فيوضعان مثنيان عند مفصل الركبة والمرفق على التوالي مع وضع الراس مباشرة على الارض ووضع الوجة في اتجاة هذين الطرفين
- نقل المصاب بسرعة الى المستشفى

_ الاختناق:

_ اسبابه:

- انسداد مجاري التنفس
- دخول اجسام غريبة داخل القصبة الهوائية
- عدم توفر الاكسجين الكافي لعملية التنفس
- الضغط الخارجي على الرقبة
- الاصابة بمرض الدفتيريا

_ التنفس الصناعي:

- طريقة النفخ المباشر بالفم "قبلة الحياة"
- طريقة شفير للتنفس الصناعي

_ التسمم:

هو أي مادة اذا دخلت الجسم ولو بكمية صغيرة ادت الى اعتلال الصحة او الوفاة
_ انواعه:

اولا: التسمم عن طريق الفم:

● الناتج عن تناول السم بطريق العمد او الخطا

ثانيا: التسمم عن طريق استنشاق الغازات السامة:

● مثل اكسيد الكربون او ابخرة البنزين او الغازات المسيلة للدموع

ثالثا: التسمم عن طريق الجلد:

● الناتج عن لدغ الافعى او العقرب او العنكبوت