

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
جامعة 8 ماي 1945 قالمة  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علم الاجتماع  
ينظم:

الملتقى الوطني الأول حول: تأثير صحة الأم والطفل على  
وفيات الأطفال في الجزائر  
2025/04/24

محور المداخلة: المحور السابع: دراسة المحددات الثقافية لصحة الأم والطفل بالجزائر  
عنوان المداخلة: التثقيف الصحي للأمهات ودوره في الوقاية من الأمراض المعدية للأطفال

الإسم واللقب: ماهر فرحان مرعب  
الجامعة: 8 ماي 1945 قالمة  
المخبر: مخبر التحديات الديمغرافية  
بالجزائر  
البريد الإلكتروني:  
[murebmaher@yahoo.fr](mailto:murebmaher@yahoo.fr)

الإسم واللقب: عبيدي توفيق  
الجامعة: 8 ماي 1945 قالمة  
المخبر: مخبر التحديات الديمغرافية  
بالجزائر  
البريد الإلكتروني:  
[abidi.toufik@univ-guelma.dz](mailto:abidi.toufik@univ-guelma.dz)

|   |  |
|---|--|
| <p><b>Summary:</b></p> <p>Maternal health is closely linked to and integral to the health of their children. Health education plays a significant and pivotal role in improving maternal health awareness, behaviors, and practices, and directly contributes to the prevention of infectious diseases.</p> <p>This education begins by providing information on the prevention of infectious diseases prevalent among children, and how to manage and prevent them, which we will address in this research paper.</p> <p><b>Keywords: health, health education, infectious diseases, health promotion.</b></p> | <p><b>المخلص:</b></p> <p>ترتبط صحة الأمهات ارتباطاً وثيقاً بصحة أطفالهم وتعتبر جزءاً لا يتجزأ منها، حيث يلعب التثقيف الصحي دوراً هاماً ومحورياً في تحسين الوعي الصحي والسلوكيات والممارسات الصحية للأمهات، وتساهم بشكل مباشر في الوقاية من الأمراض المعدية.</p> <p>ويبدأ هذا التثقيف من خلال توفير المعلومات حول الوقاية من الأمراض المعدية المنتشرة بين الأطفال، وكيفية التعامل معها والوقاية منها، وهذا ما سنتطرق له في هذه الورقة البحثية.</p> <p><b>الكلمات المفتاحية: الصحة، التثقيف الصحي، الأمراض المعدية، تعزيز الصحة.</b></p> |
|---|--|

## مقدمة

تعد الصحة من القضايا الأساسية التي حظيت باهتمام كبير من قبل الباحثين والدارسين في مختلف التخصصات والمجالات، ويمثل موضوع التثقيف الصحي أحد أبرز عناصر الصحة العامة، حيث تظهر أهميته كأحد الأسس التي تركز عليها مجالات الوقاية الصحية وتعزيز الصحة، مما جعله من المواضيع البحثية الراهنة في سوسيولوجيا الصحة والمرض خاصة في ظل الانتشار الكبير للأمراض المعدية بين الأطفال

يعتبر التثقيف الصحي للأمهات من الوسائل الأساسية لتعزيز صحته وصحة طفلها، إذ يمثل أحد العوامل المهمة التي تعمل على مساعدتها على التمتع بصحة جيدة، خاصة أن هدف تحقيق الصحة للجميع يركز بدرجة كبيرة على التثقيف الصحي، و بالتالي تزداد أهمية حدوث تغيير في سلوكيات الأفراد، لأن الاكتفاء بتوفير الخدمات الصحية العلاجية لن يحقق شرط وهدف صحة الأم والطفل، والسبيل لتجنب مصادر ومسببات الأمراض والأوبئة يتوقف على مدى ثقافة ووعي الأفراد بالصحة.

ومن هذا المنطلق تعمل الدول والمؤسسات على نشر التثقيف الصحي وضرورة نشر المعلومات والصحية بمختلف الطرق والأساليب، بهدف تغيير السلوكيات والتصرفات الغير سويه.

وبناءً على ما سبق نطرح التساؤل التالي:

- كيف يساهم التثقيف الصحي للأمهات في الوقاية من الأمراض المعدية للأطفال؟  
الأسئلة الفرعية:

- كيف يمكن تنمية وتعزيز التثقيف الصحي؟

- ما هي آليات تعزيز التثقيف الصحي لدى الأمهات؟

- ما هي مسببات الأمراض المعدية بين الأطفال؟ وكيف يمكن الحد من انتشارها؟

أهداف الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى تحقيق مجموعة من الأهداف من أبرزها:

- إبراز الدور الحيوي الذي تلعبه الأم في حماية صحة طفلها.

- توضيح دور التثقيف الصحي في التقليل من معدلات الإصابة بالأمراض المعدية.

- التوعية بأهمية دعم البرامج التثقيفية الصحية الموجهة للأمهات.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية دراسة هذا الموضوع في:

يعد التثقيف الصحي للأمهات من العوامل الأساسية في تعزيز صحة الأطفال والوقاية من الأمراض المعدية، حيث تكمن أهمية دراسة هذا الموضوع في محاولة معرفة الدور الذي يلعبه التثقيف الصحي في تعزيز وعي الأمهات لحماية أبنائهم من الإصابة بالأمراض المعدية، فالأم الواعية صحياً تكون أكثر قدرة على حماية طفلها من مصادر العدوى، من خلال إتباع أساليب النظافة الشخصية، الالتزام بجدول التطعيمات، توفير أغذية سليمة، كما يساهم التثقيف الصحي في تمكين الأمهات من التعرف المبكر على أعراض الأمراض المعدية، مما يساعد في سرعة العلاج والحد من انتشار العدوى، لذلك فإن الاستثمار في برنامج التوعية الصحية للأمهات يعد خطوة ضرورية نحو بناء مجتمع أكثر صحة وسلامة.

منهج الدراسة:

فرضت طبيعة البحث وصياغة سؤاله، إستراتيجية منهجية تتبعها الدراسة بوصفها دراسة وصفية تسعى إلى توضيح دور التثقيف الصحي للأمهات في الوقاية من الأمراض المعدية للأطفال، وعليه تم الاستناد على المنهج الوصفي باعتباره أكثر المناهج ملائمة لتحقيق أهداف هذا البحث.

أولاً: مدخل مفاهيمي

## 1- تعريف التثقيف الصحي

هو عملية إعلامية هدفها حث الناس على تبني نمط حياة وممارسات صحية سليمة، ومساعدة الناس على تحسين سلوكهم بما يحفظ صحتهم، والسعي المتواصل لتعزيز صحة الفرد والمجتمع، ومحاولة

منع أو التقليل من حدوث الأمراض، وهو عملية يتحقق عن طريقها رفع الوعي الصحي من خلال تزويد الفرد بالمعلومات والخبرات، بقصد التأثير في معرفته و ميوله وسلوكه، للحفاظ على صحته وصحة المجتمع الذي يعيش فيه، فالتثقيف الصحي هو مجموع الأنشطة الهادفة إلى الارتقاء بالمعارف الصحية وبناء الاتجاهات الصحية وغرس السلوكيات الصحية للفرد والمجتمع (الإمامي، 2008).

## 2 - تعريف الأمراض المعدية

الأمراض المعدية تتمثل في الأمراض التي يمكن أن يسببها أي نوع من الأحياء، خاصة المجهريّة الواسعة الانتشار، فهي الأمراض التي يمكن أن تنتقل من شخص لآخر، إما مباشرة أو بوسيط بسبب الميكروبات والطفيليات (بوتفنوشتات، 2014).

## ثانياً: دور التثقيف الصحي للأمهات في تعزيز الصحة

### 1- العوامل المؤثرة في الصحة

- توجد عوامل عديدة تؤثر في الصحة بشكل ايجابي أو سلبي، نوجزها في ما يلي: (الإمامي، 2008).
- البيئة في البيت والمجتمع ومكان الدراسة والعمل، وتشمل البيئة بجميع عناصرها.
  - الغذاء والتغذية وتوافر العناصر الغذائية الأساسية وتوازنها، وكذلك العادات الغذائية المتعلقة بتناول الطعام وتحضيره وحفظه يثر على صحة الأم وطفلها.
  - الثقافة العامة والوعي الصحي، وتفهم المشاكل الصحية القائمة والسلوك والعادات الصحية السليمة.
  - نمط الحياة اليومية للأمهات وطبيعة العمل ومدى ممارسة الرياضة والراحة والترفيه الجسماني والنفسي.
  - توافر خدمات الرعاية الصحية للأم والطفل، والسعي إليها في الوقت المناسب.

### 2 - أهمية تثقيف المجتمع صحياً

يمكن أن تحل بعض المشكلات المتصلة بالصحة بواسطة الأفراد وحدهم، وبعضها الآخر يتطلب تعاون أناس كثيرون، ففي حالات الطوارئ مثلاً قد يفقد عدد كبير من العائلات ما تملكه، وتتعرض بذلك لمخاطر صحية جديدة، ولا بد من أن يجتمع أفراد المجتمع إلى كلمة واحدة ويتقاسمون ما لديهم حتى يتمكن المجتمع كله من البقاء، وباختصار فإن الحاجة تدعو إلى تثقيف المجتمع صحياً عندما تعم المشكلة كل الناس في المجتمع، وعندما يكون التعاون من قبل الجميع مطلوباً لحل تلك المشكلة.

كيف يمكن القيام بالتثقيف الصحي على مستوى المجتمع ؟ هناك ثلاث نقاط ينبغي أخذها في الحسبان:

2 - 1 عليك أن تحصل على دعم وتأييد الناس المؤثرين في المجتمع، وهم الذين نسميهم بأصحاب الرأي في المجتمع أو رواد المجتمع.

2 - 2 عليك أن تتأكد من أن جميع الناس في المجتمع على علم بالمشكلة، وبأحدث المعلومات عن الخطط والتقدم في العمل، ويجب أن تستخدم جميع قنوات الاتصال المتاحة لهذا الغرض.

**2 - 3** عليك إشراك أكبر عدد ممكن من الناس حتى يعزز المجتمع بالفعل قدرته على عمل ما يلزم لصحته، ويمكن أن يتحقق ذلك من خلال اللجان الصحية، والمجالس الاستشارية أو التخطيطية (التثقيف من أجل الصحة - دليل التثقيف الصحي في مجال الرعاية الصحية الأولية، 1989).

### 3- وسائل تنمية وتعزيز التثقيف الصحي

وسائل التثقيف الصحي عديدة ومتنوعة، وهذه الوسائل يحددها الجمهور أو المتلقي، وقد نستخدم أكثر من وسيلة في وقت واحد، فمخاطبة المتعلم تختلف عن مخاطبة الأمي، ومخاطبة الطفل تكون بأسلوب يختلف عن الكبار، والحضري بأسلوب يختلف عن الريفي أو البدوي.

أما الوسائل المستخدمة في التثقيف الصحي فهي كثيرة منها:

- الحديث المباشر من شخص لآخر.

- المحاضرات والندوات.

- النشرات والملصقات، ولكل نوع مواصفاته.

- البرامج الإذاعية والتلفزيونية، والأفلام الخاصة بموضوعات الصحة.

- الاستفادة من الدين في التثقيف.

وهناك الكثير من المشكلات الصحية والأخطار التي تهدد الصحة العامة، على المثقف الصحي أن يلم بهذه المشكلات والأخطار، وأن يضع لها جدول أولويات، فليست كل المشكلات الصحية على درجة واحدة من الأهمية، لذا عليه البدء بالأمور الصحية التي تشغل بال الناس وتؤثر في حياتهم.

وكلما كان المثقف قادراً على استخدام الوسائل الصحية بشكل سليم، كلما كان مؤثراً وموفقاً في أداء مهامه (الكيلاني، 2013، صفحة 7).

### 4- أثر التثقيف الصحي على المجتمع

يعد الوعي والتثقيف الصحي ركيزة أساسية في مراحل تحسين جودة حياة المجتمع وضمان بيئة صحية ومستقرة. فكلما زاد وعي الفرد بشكل خاص والمجتمع عامةً قلت المخاطر والأضرار وحفظت الأرواح. وللحصول على درجة الوعي المطلوبة نحن أولاً بحاجة إلى دراسة وبحث عميق ومفصل حول ظاهرة معينة من قبل المختصين وثانياً نشر هذه المعرفة لكافة أفراد المجتمع لتطبيقها وتحقيق الهدف بالحد من انتشار أو زيادة هذه الظاهرة. فالوعي بالشيء هو حالة صحية إيجابية تعكس فهم الإنسان لمحيطه، من صعوبات وتحديات، ومواطن قوة وضعف، وتضعه في الموقع المناسب لتحديد الخطوات والاستراتيجيات اللازمة، بما يحقق الوصول للمراد في أقرب وقت وبأدنى كلفة وأقل خسارة فالوقاية خير من العلاج. فحين يكون المجتمع مدركاً لواقعه وملماً به، فإن المجتمع حينها سيحقق النهوض الحضاري ويوفر بيئة مثالية للتطور والنمو. ويهدف التثقيف الصحي أيضاً إلى تبني الأفراد لنمط حياة صحي وسليم يساعد على تحسين سلوكهم عن طريق التأثير على معتقداتهم واتجاهاتهم، وتطبيق ذلك على مستوى الفرد والمجتمع.

يساعد الوعي والتثقيف الصحي في بناء معرفة تراكمية لدى أفراد المجتمع الحالي والمستقبلي لغرس وترسيخ سلوكيات إيجابية اتجاه صحة العقل والبدن. فالغاية المرجوة من نشر الثقافة الصحية هي تحسين الصحة العامة على مستوى الفرد والمجتمع وزيادة متوسط معدل الأعمار والتقليل من نسبة حدوث الأمراض وتقليل آثارها وتحسين جودة الحياة للمجتمع. ويستعان على ذلك بوسائل مختلفة، مثل تثقيف الأفراد في العيادات، والقيام بالأيام التوعوية، وكذلك اللقاءات المفتوحة مع الفئات المستهدفة، والمحاضرات والندوات، وتوزيع النشرات الصحية والكتيبات وعبر وسائل الإعلام كالصحف والمجلات ووسائل التواصل الاجتماعي وغيرها (هادي، 2020).

**ثالثاً: تعزيز الوعي والتثقيف الصحي للأمهات؟**

### **1- آليات تعزيز التثقيف الصحي للأمهات**

إن تعزيز الصحة عملية تمكين الناس من زيادة التحكم في صحتهم وتحسين مستواها، ويركز تعزيز الصحة على اكتمال السلامة البدنية والعقلية والاجتماعية وليس مجرد انعدام المرض أو العجز وذلك تمثيلاً مع تعريف الصحة المنصوص عليه في دستور منظمة الصحة العالمية. ولتطبيق مفهوم تعزيز الصحة والتثقيف الصحي خاصة لدى الأمهات، يتطلب إجراءات خاصة بعوامل الخطر السلوكية وعوامل الخطر المرتبطة بالظروف المعيشية للجماهير. كلما زادت الثقافة الصحية والوعي الصحي لدى الناس كلما كانوا أكثر قدرة على حماية صحتهم، كما أن الدراسات السلوكية ضرورية لفهم اتجاه الأفراد نحو بعض عوامل الخطر وينبغي أن تكون أساساً لإعداد تدخلات وتعزيز الوعي والتثقيف الصحي.

بالإضافة إلى تعزيز التثقيف الصحي، فإنه من المهم أن يعيش الأفراد في بيئات مواتية للصحة وأن يتم دعم هذه البيئة الصحية من خلال سياسات الصحة العامة التي تقلل من التعرض لعوامل الخطر (موقع وزارة الصحة مملكة البحرين).

### **2- أهداف التثقيف الصحي**

إن الهدف من التثقيف الصحي هو تحقيق السعادة والرفاهية للمجتمع عن طريق بث الحس الصحي في نفوس الناس، وتحفيزهم للنهوض بمحض إرادتهم للعمل على تحسين أحوالهم الاجتماعية والاقتصادية والصحية، وترسيخ الشعور بالمسؤولية وتقويم سلوكيات الأفراد ورغباتهم وتوجيههم نحو الأفضل، وتطوير آفاق تفكيرهم وفرض شخصيتهم واحترامهم لتحقيق سلامة الصحة العقلية والنفسية، والاجتماعية للوصول إلى تحقيق جملة من الأهداف.

- 2 - 1** توجيه المعلومات الصحيحة المستهدفة لحماية المجتمع والأفراد من المشاكل الصحية.
- 2 - 2** تعديل الأنماط السلوكية غير الصحية، وتشجيع أفراد المجتمع على أنماط السلوك الصحي والقضاء على العادات السيئة.

2 - 3 الوصول إلى قاعدة الفرد السليم يؤدي إلى مجتمع سليم.

وهذا يعني أن التثقيف الصحي يختص بتغيير وجهات نظر أفراد المجتمع وتحسين سلوكياتهم، لتحسين المستوى الصحي الذي ينقسم إلى ثلاثة أهداف رئيسية وهي :

2 - 3 - 1 - توجيه الأشخاص لاكتساب المعلومات الصحية.

2 - 3 - 2 - حث الأشخاص على تغيير المفاهيم الصحية الخاطئة.

2 - 3 - 3 - توجيه الأشخاص لإتباع السلوكيات الصحية السليمة ( منظمة الصحة العالمية).

رابعاً: الأمراض المعدية بين الأطفال وكيفية الحد منها.

## 1 - أبرز الأمراض المعدية بين الأطفال

يتمتع الأطفال بجهاز مناعي متطور وغالبا ما يبقون على مقربة منهم في مجموعات كما هو الحال في أماكن مثل الفصول الدراسية أو الحافلات المدرسية أو مراكز الرعاية النهارية. وهذا يؤدي إلى انتقال سريع للأمراض المعدية إلى الأطفال الآخرين. وهذا يفسر أيضاً سبب شيوع هذه الأمراض بشكل خاص عند الأطفال. أمراض الأطفال الشائعة والمعدية، تنتقل عن طريق قطرات المخاط أو اللعاب، أثناء العطس أو السعال. قد تحدث مثل هذه الأمراض أيضاً في حالة اتصال الشخص بشخص مصاب أو لمس / استخدام الأغراض الشخصية للشخص المصاب.

ولحسن الحظ، فإن العديد من أمراض الأطفال هذه تمنح الأطفال مناعة مدى الحياة، بمجرد إصابتهم بالجرثيم. وهذا بدوره يضمن بقاء الطفل بصحة جيدة طوال حياته

بعض الأمراض المعدية الشائعة الموجودة عند الأطفال: ([www.apolloclinic.com](http://www.apolloclinic.com))

**الحصبة:** وهو مرض معد يصيب الجهاز التنفسي غالباً عند الأطفال. وينتج عن فيروس يسمى الفيروس المخاطي، وهو فيروس شديد العدوى. تحدث مضاعفات الحصبة في الغالب عند الأطفال أقل من 5 سنوات والبالغين الذين تزيد أعمارهم عن 20 عاماً.

تشمل المضاعفات الخطيرة التهاب الدماغ والعمى والتهابات الجهاز التنفسي، والتهابات الأذن، والإسهال المؤدي إلى الجفاف، وما إلى ذلك. وقد تسبب الحصبة الوفاة بسبب الالتهاب الرئوي، وهو ما يحدث في الغالب في البلدان النامية. يعد التطعيم ضرورياً للأطفال المصابين بالحصبة وكذلك أولئك الذين يتعاملون مع الشخص المصاب. يجب أن يتناول الطفل الكثير من السوائل ويأخذ قسطاً كافياً من الراحة

**الطفح الوردي:** الوردية مرض خفيف يصيب الأطفال الصغار بشكل رئيسي. وينتج عن فيروسات قد تختفي من تلقاء نفسها. يعاني الأطفال المصابون بالطفح الوردي من ارتفاع في درجة الحرارة خلال الأيام الأولى، يتبعها طفح جلدي يظهر مع انخفاض الحمى، وقد يبقى الطفح الجلدي لمدة يوم إلى يومين،

وضروري على الأطفال المصابين المتابعة الطبية وتناول الأدوية. بالإضافة إلى ذلك، من الضروري تناول كمية كافية من السوائل لمنع الجفاف.

**الجدري:** وهو مرض معد شائع يصيب الأطفال غالباً بسبب فيروس الحماق النطاقي. قد تنتشر العدوى من الرذاذ الناتج عن السعال والعطس. ويتميز عادة بظهور طفح جلدي في جميع أنحاء الجلد. ويظل المرض معدياً من شخص مصاب لمدة تتراوح بين 2 إلى 5 أيام، قبل ظهور الطفح الجلدي، ولمدة أخرى مدتها 6 أيام بعد آخر سلسلة من الطفح الجلدي خلال المراحل التي يظهر فيها الطفح الجلدي، يجب عدم خدشه. لتهدئة آثار الحكّة، كما يمكن أخذ حمامات الشوفان في الماء الدافئ. ينصح بتطبيق المستحضرات على المناطق المتضررة.

**سعفة فروة الرأس:** هي مرض جلدي شائع يصيب الأطفال سبب هذه الحالة هو الفطريات. وهذا يعطي مظهر بقع متقشرة أو بقع شعر متقصفة على فروة الرأس. يمكن أن ينتقل هذا الفيروس من خلال مشاركة الأشياء الشائعة أو من خلال الاتصال المباشر مع الشخص المصاب. لا توجد مثل هذه التدابير لعلاج سعفة فروة الرأس. وتشمل التدابير الوقائية تجنب الاتصال بالشخص المصاب أو الأشياء التي يستخدمها الشخص المصاب في حال كان الطفل يعاني من أي مشاكل صحية أو ظهرت عليه أي أعراض غير عادية، يجب فوراً زيارة الطبيب. وإهمال هذه الأعراض حتى لو بدت أقل أهمية قد تؤدي إلى حالات طوارئ خطيرة لدى الأطفال في وقت لاحق ([www.apolloclinic.com](http://www.apolloclinic.com))

## 2- كيف تنتقل الأمراض المعدية ؟ الأدوات والوسائل

يعد خروج مسبب العدوى من مصدره يمكنه أن يحدث عدوى جديدة إذا وجد وسيلة إلى مضيف جديد، و يمكن تقسيم طرق نقل العدوى إلى:

**2 - 1 العدوى المباشرة:** ينتقل مسبب العدوى من شخص إلى شخص، فهو لا يتطلب أي وسيط مثل: حمى التيفويد، الكوليرا، السل، الخصبية وغيرها، وفي هذه الحالة لا يمكن للعدوى أن تنتشر إلا إذا كان هناك تركيز بشري شديد إلى حد ما، وفيما يخص المناطق المنعزلة العامل المرضي لديه حظوظ كبيرة للاختفاء بسرعة أكبر، ولهذا السكان الأقل عدداً والأعزل جغرافياً يكونون أكثر حماية من الأمراض المعدية مقارنة بالسكان المتفتحة وذات الحجم الواسع.

**2 - 2 العدوى غير المباشرة:** معناها وجود وسيط بين مصدر العدوى وبين المضيف الجديد ولا يستلزم هذا النوع من العدوى اختلاط مصدر العدوى مع المضيف وقد يكون الوسيط وسيط غير حي كالماء واللبن والأطعمة والهواء والأدوات الشخصية، أو وسيط حي ويشمل الحشرات.

مصادر العدوى هي الأماكن التي تنمو وتتكاثر فيها الكائنات المعدية عادة، ونظراً لأن غالبية الكائنات المسببة للأمراض المعدية للإنسان لا يمكنها العيش والتكاثر لمدة طويلة تحت الظروف العادية خارج الأجسام الحية، لذلك تمثل المملكة الحيوانية أهم مصادرها.

### 3 - العدوى والأمراض المعدية للإنسان

3 - 1 الإنسان كمصدر للعدوى: يكون الإنسان مصدراً للعدوى في عدة ظروف وهي:

- مريض بمرض واضح و هناك مخرج للعدوى.

- مريض بأعراض خفية غير واضحة خفيفة.

حاملو الميكروب وهؤلاء لا تظهر عليهم أي أعراض ولا يشعرون بحالتهم، ويمكن تقسيم حاملي الميكروب إلى عدة أنواع هي: حاملي ميكروب ناقهين إذا استمروا في حمل الميكروب لفترة بعد الشفاء، وحاملي ميكروب مزمنين من مستمرين في حمل الميكروب لمدة طويلة وقد تكون مدى الحياة، وحاملي ميكروب مؤقتين ممن يحملون الميكروب دون أعراض و لفترة وجيزة.

3 - 2 الحيوان كمصدر للعدوى: هي الأماكن و الفتحات من جسم الإنسان أو الحيوان التي عن طريقها يخرج مسبب العدوى، ويتوقف مكان خروج العدوى على موضع التكاثر المسبب وتواجهه في المصدر، ويمكن أن تخرج العدوى من المخارج الآتية: عن طريق الجهاز التنفسي، القناة البولية، فتحات الجروح أو البثور، المخارج الآلية.

### 4 - مسببات الأمراض المعدية بين الأطفال

يمكن أن تحدث الأمراض المعدية بسبب: (diseases-conditions/infectious- diseases/symptoms-causes)

.البكتيريا. تلك الكائنات وحيدة الخلية مسؤولة عن حدوث أمراض مثل التهاب الحلق العقدي، وعدوى الجهاز البولي والسل.

.الفيروسات. تسبب الفيروسات، وهي كائنات أصغر من البكتيريا، العديد من الأمراض والتي تتراوح من نزلات البرد وحتى الإيدز.

.الفطريات. تحدث العديد من الأمراض الجلدية مثل السعفة والقدم الرياضي بسبب الفطريات. بينما يمكن أن تسبب أنواع أخرى من الفطريات عدوى في الرئتين أو الجهاز العصبي.

.الطفيليات. تحدث الإصابة بالمalaria نتيجة التعرض الطفيل صغير للغاية ينتقل عن طريق لدغة البعوض. بينما قد تنتقل بعض الطفيليات الأخرى إلى الإنسان عبر فضلات الحيوانات.

## الاتصال المباشر:

تسهل الإصابة بمعظم الأمراض المعدية عند الاتصال مع شخص أو حيوان يحمل العدوى. ويمكن أن تنتشر الأمراض المعدية بالاتصال المباشر كما يلي:

- **من حيوان إلى شخص.** يمكن أن تُصاب بالمرض من خلال التعرض للعض أو الخدش من قبل حيوان موبوء - حتى إن كان حيواناً أليفاً - وقد يكون ذلك مميتاً في حالات شديدة. كما أن التعامل مع فضلات الحيوانات يمكن أن يكون خطراً أيضاً.

- **من الأم إلى جنينها أثناء الحمل.** يمكن أن تنتقل المرأة الحامل الجراثيم التي تسبب الأمراض المعدية إلى الجنين. ويمكن أن تنتقل بعض الجراثيم من خلال المشيمة أو من خلال الثدي.

### 5 - كيف نحد من انتشار الأمراض المعدية لدى الأطفال؟

تحسين الصحة العامة للأطفال والحد من انتشار الأمراض المعدية يعد أمراً حيوياً للحفاظ على سلامتهم وتعزيز رفاهيتهم. وفقاً لـ **مجلس العالمي للنظافة** " هناك خمس خطوات بسيطة يمكن اتخاذها لتحقيق ذلك: ([child-appeal.org](http://child-appeal.org))

**5 - 1 إعطاء التحصينات والأمصال:** يوصى بتوفير التحصينات والأمصال المناسبة للأطفال منذ الولادة وحتى إكمالهم سنتين من العمر اللقاحات تساعد في تقوية جهاز المناعة وتحمي الأطفال من الأمراض المعدية المختلفة.

**5 - 2 غسل الأيدي الجيد :** يجب تعليم الأطفال والعائلات أهمية غسل الأيدي بشكل منتظم وبطريقة صحيحة. يعد غسل الأيدي بالماء والصابون لمدة لا تقل عن 20 ثانية أحد الوسائل الأكثر فعالية لمنع انتشار العدوى.

**5 - 3 الحفاظ على نظافة الأطعمة:** ينبغي التأكد من تغطية الأطعمة بشكل جيد وتخزينها في ظروف صحية لتقليل مخاطر انتشار البكتيريا والتسمم الغذائي. يجب أيضاً غسل الفواكه والخضروات جيداً قبل تناولها.

**5 - 4 تنظيف الأسطح المنزلية** ينصح بتنظيف الأسطح المنزلية بشكل منتظم باستخدام منظفات مناسبة للقضاء على الجراثيم والبكتيريا التي يمكن أن تكون مسببة للأمراض.

## توصيات ومقترحات:

- 1- الاهتمام أكثر بالموضوعات والدراسات التي ترتبط بالوعي الصحي والثقافة الصحية ودعمها.
- 2- العمل على تعزيز الوعي الصحي ونشر الثقافة الصحية خاصة في ظل الانتشار الكبير للأمراض المعدية.
- 3- إقامة ندوات ومؤتمرات للتوعية بالأمر الصحي وزيادة التحسيس.
- 4- زيادة الخدمات الصحية خاصة في الأرياف والقرى والمناطق المعزولة والعمل على توعية العائلات تجاه الأخطار الصحية التي يواجهونها خاصة الأمراض التي تصيب الأطفال.

## خاتمة

وفي الأخير يمكن القول أن التثقيف الصحي يعتبر من أبرز آليات تعزيز الصحة، إذ يعتبر أحد أهم العوامل التي تساعد الأمهات على التمتع بصحة جيدة ومنه المحافظة على صحة أطفالهم، ويمثل الوعي والتثقيف الصحي حجر الأساس في التغيير الإيجابي لعادات الأفراد وسلوكياته، خاصة وأن هدف تحقيق الصحة للجميع يرتكز على التثقيف الصحي قبل الانجاز الطبي، وبالتالي تزداد أهمية تعزيز الوعي والتثقيف الصحي وإحداث التغيير في نمط الحياة السائد وفي سلوكيات الأفراد التي قد تضر بصحتهم وصحة غيرهم.

## قائمة المراجع:

(s.d.). Récupéré sur diseases-conditions/infectious-diseases/symptoms-causes: <https://www.mayoclinic.org/ar/diseases-conditions/infectious-diseases/symptoms-causes/syc-20351173>

(s.d.). Récupéré sur child-appeal.org: <https://child-appeal.org/ar>.

(s.d.). Récupéré sur www.apolloclinic.com: <https://www.apolloclinic.com/ar/blog/what-are-the-common-diseases-found-in-children-that-are-contagious>

منظمة الصحة العالمية. (بلا تاريخ). تم الاسترداد من health-education: <https://www.emro.who.int/ar/health-education/health-risk-factors/behaviour-risk-factors>

(1989). التثقيف من أجل الصحة - دليل التثقيف الصحي في مجال الرعاية الصحية الأولية. منظمة الصحة العالمية.

بسام سعد الإمامي. (2008). مستوى الوعي الصحي ودرجة الممارسات الصحية لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس (رسالة ماجستير). محافظة عدن: جامعة مؤتة.

حياة بوتفونشات. (جوان، 2014). مجلة الحكمة للدراسات الاجتماعية، 4.

موقع وزارة الصحة مملكة البحرين. (بلا تاريخ). تم الاسترداد من [www.moh.gov.bh](http://www.moh.gov.bh): <https://www.moh.gov.bh/Blog/Article/Details/27>

نجيب الكيلاني. (2013). التثقيف الصحي للطلاب وأفراد المجتمع (الإصدار 1). القاهرة: دار الصحوة للنشر والتوزيع.

ياسر هادي. (23 نوفمبر ، 2020). التثقيف الصحي وأثره على المجتمع. مجلة الجودة الصحية .