

مسلكيات النظافة الصحية

دليل النظير المربي



ممول من طرف



موريتانيا - ديسمبر 2014

فهرس المحتويات

4	النظافة العامة
4	النظافة في الإسلام
5	النظافة عند المسلم
5	نظافة الجسد والملبس
5	نظافة المسكن
6	نظافة الطريق
7	النظافة أسلوب حضاري
7	البيئة النظيفة
8	نظافة الطفل
9	الصحة والنظافة
9	النظافة والصحة في الوسط المدرسي
9	المياه والصرف الصحي في المدارس
10	أهمية المدارس في تبني النظافة
10	الفتيات أولاً
10	الأمراض المائية
10	أحتياجات النظافة : غسل اليدين بالصابون
12	أهمية المرحاض في النظافة
12	توصيات عامة لعمال المطاعم
13	قواعد النظافة
13	غسل الأيدي والحفاظ على الماء ومعالجته
13	الماء، حفظه ومعالجته
15	اليوم العالمي للمرحاض
15	بيل جيتس (Bill Gates) واهتمام خاص بالمرحاض
15	ما هي معايير خدمات الصرف الصحي المقبولة؟
16	أسئلة إختبارية في الصحة والنظافة

النظافة العامة

النظافة أو العادة الصحية (Hygiene) هي مجموعة من الممارسات المترافقة مع حفظ الصحة والمعيشة الصحية. النظافة هي مفهوم متصل بالطب، فضلا عن ممارسات العناية الشخصية والمهنية المتصلة بمعظم نواحي الحياة، وإن كانت على الأغلب مرتبطة بالنظافة والمعايير الوقائية. وفي المجال الطبي، تستخدم الممارسات الصحية لتقليل الإصابة وانتشار الأمراض.

وتستخدم كلمة النظافة في عبارات متعددة مثل نظافة الجسم، والنظافة المنزلية، ونظافة الأسنان، والنظافة المهنية، بما يتعلق في مجالات الصحة العامة. وممارسات النظافة الصحية تختلف اختلافا كبيرا، وما يعتبر مقبولا في إحدى الثقافات قد لا يكون مقبولا في ثقافات أخرى.

في بداية حديثنا عن النظافة لابد أن نذكر بأن ديننا الإسلامي لم يترك صغيرة ولا كبيرة إلا وضحها لنا وبينها فحثنا علي النظافة

النظافة في الإسلام

إن موقف الإسلام من النظافة موقف مميز لا نظير له في أي دين من الأديان. فقد اعتبر النظافة من الإيمان وجعلها قرينة وعبادة وفريضة من فرائضه.

وقد حث ديننا الإسلامي على النظافة والالتزام بها في أكثر من موضع في الكتاب والسنة، فوصل بذلك إلى أعلى درجات الرقي والتحضر وساد العالم بتعاليمه. فالإسلام دين النظافة: قال رسولنا الكريم صلى الله عليه وسلم: " نظفوا أفنيتكم ولا تشبهوا باليهود"، وابتسط صورة حقيقية للنظافة هو عملية الوضوء، فغسل الوجه وسائر الأعضاء الأخرى (5) مرات يوميا هي النظافة بحد ذاتها.

قال تعالى { يا ايها الذين آمنوا اذا قمتم الى الصلاة فاغسلوا وجوهكم وايديكم الى المرافق وامسحوا برؤوسكم وارجلكم الى الكعبين وإن كنتم جنبا فاطهروا } (المائدة:6-).

وقال صلى الله عليه وسلم: " الطهور شطر الإيمان" وفي حديث آخر قال: " ان الله جميل يحب الجمال، طيب يحب الطيب، نظيف يحب النظافة، فنظفوا أفنيتكم ولا تشبهوا باليهود" رواه الشيخان

من هذه الآيات والأحاديث يتبين لنا اهتمام الإسلام بالنظافة، إن الله تعالى أمر بطهارة الثوب والبدن وغيرهما من نجاسة الخبث كالبول والغائط، فقال سبحانه وتعالى (وثيابك فطهر) وقال تعالى (لا تقم فيه أبداً لمسجد أسس على التقوى من أول يوم أحق أن تقوم فيه فيه رجال يحبون أن يتطهروا والله يحب المطهرين) [التوبة:108].

وقال تعالى (وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَجِيْضِ قُلْ هُوَ أَذَىٰ فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَجِيْضِ وَلَا تَقْرُبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهَرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ) [البقرة:222]. وأمر سبحانه وتعالى بالطهارة من الحدث فقال سبحانه (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا) [المائدة:6]. وقال سبحانه وتعالى عن كتابه الكريم (لا يمسه إلا المطهرون) واستفاض في سنة النبي صلى الله عليه وسلم - الأمر بالطهارة والحث عليها قولاً وعملاً، ولا شك أن الطهارة لغة هي: النظافة. والمعنى الشرعي لها يؤدي إلى المقصود من المعنى اللغوي.

النظافة عند المسلم

نظافة الجسد والملبس

عن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما قال : " أتانا رسول الله صلى الله عليه وسلم فرأى رجلاً شعثاً قد تفرق شعره فقال : أما كان هذا يجد ما يسكن به شعره ؟ " ورأى رجلاً آخر وعليه ثياب وسخة فقال : " أما كان هذا يجد ما يغسل به ثوبه " رواه أبو داود، وعزاه السيوطي في الجامع الصغير إلى المسند واسناده جيد

والمسلم يلبس الثوب النظيف ويتخذه من نوع يتلاءم مع إمكانياته وسعته، ولا يجوز له أن يتخذ من ثيابه مجالاً للخيلاء والكبر. قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " لا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال حبة من كبر، فقال رجل : إن الرجل يحب أن يكون ثوبه حسناً، فقال : إن الله جميل يحب الجمال، الكبر بطر الحق وغمط الناس رواه مسلم "

وقد حكم الإسلام بأن طهارة ثياب المصلي كطهارة بدنه شرط في صحة صلاته قال تعالى : " وثيابك فطهر " سورة المدثر

هذا وقد رغب الإسلام المسلم أن يكون ثوب صلاته مع الجماعة غير ثوب عمله، حرصاً على تمام النظافة وحسن المظهر واللقاء، ورسلاً للمقتدر أن يكون له ثوب عمل و ثوب صلاة ليوم الجمعة يلبس النظيف منهما، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " ما على أحدكم إن وجد - أو ما على أحدكم إن وجدتتم - أن يتخذ ثوبيين ليوم الجمعة سوى ثوبي مهنته " وفي رواية عنه عن ابن سلام : أنه سمع رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول على المنبر " ما على .. إلخ " أخرجه أبو داود وقال عبد القادر الارناؤط اسناده صحيح .

نظافة المسكن

من عوامل انشراح النفس المكان الطيب الطاهر النظيف ومن أسباب الاكتئاب وخبث النفس قذارة المكان كما أنها شرط لصحة الصلاة وشرط لإقامة بيت الله قال تعالى (وَعَهْدُنَا إِلَىٰٰ اِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ اَنْ طَهَّرَا بَيْتِي لِلطَّائِفِينَ وَالْعَاكِفِينَ وَالرُّكَّعِ السُّجُودِ)، روى الترمذي أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : " إن الله طيب يحب الطيب، نظيف يحب النظافة، كريم يحب الكرم، جواد يحب الجود، فنظفوا أفنيئتكم "، وقد أمر رسول الله صلى الله عليه وسلم بنظافة المسجد ودفن النجاسات وما يلحق به أذى وبما أن الأرض جعلت مسجداً وطهوراً فقد أصبحت طهارتها لازمة قال صلى الله عليه وسلم (البصاق في المسجد خبيثة وكفارتها دفنها) رواه البخاري ومسلم

ومن نظافة المكان خلع الأحذية وتنظيفه من الحشرات وتعطيره دائماً وتنظيف أماكن قضاء الحاجة والاعتناء بنظافتها. قال صلى الله عليه وسلم : " لا يبولن أحدكم في مستحمه فإن عامة الوسواس منه " رواه الترمذي وأبو داود !

نظافة الطريق

نظافة الطريق دليل على رقى أهل البلد وتعرف سمات المجتمع الخلقية من نظافة الطريق فهي أبهج للنفس وانقى للنسيم قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " الإيمان بضع وسبعون شعبة أو بعض وستون شعبة، فأفضلها قول لا إله إلا الله وأدناها إماطة الأذى عن الطريق، والحياء شعبة من الإيمان " رواه مسلم. وقال : " بينما رجل يمشي بطريق وجد غصن شوك على الطريق فأخّره، فشكر الله له فغفر له " رواه البخاري ومسلم ، وقال عليه الصلاة والسلام : " عرضت علي أعمال أمتي حسنها وسيئها، فوجدت في محاسن أعمالها الأذى يماط عن الطريق، ووجدت في مساوئ أعمالها النخامة تكون في المسجد لا تدفن رواه البخاري ومسلم.



فالتسبب في اتساخ الطريق وأذى المارة سيئة تنقص من درجة الإيمان الكامل وخاصة التخلي في طريق المارة أو ظلهم. قال عليه الصلاة والسلام: "أتقوا اللاعنين ، قيل : وما اللاعنان؟ قال : الذي يتخلى في طريق الناس أو ظلهم " رواه مسلم.

فينبغي على المسلم أن يحافظ على نظافة الطريق وأن لا يساهم في إلقاء النجاسة والأوساخ في الطريق، كما يجب على البلديات والمجتمع المدني أن يساهم بوضع صناديق في الطرق لإلقاء الأوساخ بها. وقد روى عن الإمام البنا قوله اترك المكان كما كان أو أنظف مما كان. وجاء في الحديث " لقد رأيت رجلا يتقلب في الجنة في شجرة قطعها من ظهر الطريق تؤذي المسلمين" رواه مسلم.

إذن، هذا جزء من أماط الأذى عن الطريق، فكيف بمن يلقي القاذورات متعمدا على قارعة الطريق فما عقابه يا ترى!؟



- ⑦ عدم رمي الفضلات في الشارع ورميها في المكان المخصص لها
- ⑧ استخدام المناديل أثناء العطس لكي لا تنتشر العدوى في الهواء الذي يتنفسه من حولك
- ⑨ أغسل يديك قبل الطعام وبعده

i إذا أردت أن تعرف قدر الصحة والعافية فأكثر من زيارة المرضى في المنازل والمستشفيات.. ولذلك قيل إن الصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يعرفها إلا المرضى!

نظافة الطفل

تعد النظافة الشخصية من الأمور الهامة لصحة الطفل ، ومن ثم لنموه السليم في كافة الجوانب ، وهي تعد من أهم العادات السلوكية التي يجب غرسها في الطفل منذ الصغر حيث وتعد مرحلة الطفولة من أكثر مراحل العمر مناسبة لغرس تلك العادات ، حتى تصبح راسخة ويصعب على الطفل التخلي عنها ، وتكون جزءاً لا يتجزأ من شخصيته بالمران والممارسة ، و الأسرة هي المسئول الأول عن تكوين هذه العادات .

و لكي تحافظ على نظافتك الشخصية ونظافة بيتك إليك بعض النصائح التالية

- ① حافظ على نظافتك بالاستحمام كل يوم أو يومين حتى يبقى جسمك نظيفاً ولا تشعر برائحة العرق المزعجة، وقم بلبس الملابس النظيفة والمكوية حتى يبقى شكلك مرتباً وجميلاً
- ② تناول الطعام النظيف والغير مكشوف للحشرات حتى تحافظ على صحتك من الأمراض والجراثيم التي تنتقل من خلال الطعام الملوث .
- ③ حافظ على غرفتك نظيفة ومرتبّة دائماً حتى لا تجلب القاذورات، الحشرات والأمراض لك .
- ④ أترك منزلك نظيفاً دائماً وأخرج القمامة يومياً من المنزل حتى لا تبقى أي روائح كريهة في المنزل أو تخرج الديدان من القمامة ، فنظافة منزلك دائماً تحميك من العيش في بيئة بها أمراض .
- ⑤ حافظ على نظافة المكان الذي تجلس فيه سواء كان شارع أو محل أو مطعم ولا ترمي القمامة على الأرض بل قم برميها في مكانها المخصص حتى تكون قدوة لغيرك وتحافظ على قريتك نظيفة وجميلة.

i لا يوجد:
× شخص ناجح في حياته غير نظيف
× لا يوجد مشروع ناجح يكون قدر
× لا توجد قرية مزدهرة تكون غير نظيفة

فالنظافة هي أساس كل شيء ناجح وجميل، لذلك يجب عدم الاستهانة بالنظافة والترتيب ؛ لأن النظافة شيء عظيم وكبير وحث عليه الإسلام أيضا

النظافة والصحة

إن تحسين المرافق الصحية، وإمدادات المياه المأمونة، والأغذية والنظافة الشخصية، يمكن أن تسهم إسهاماً كبيراً في الحد من المرض، وخاصة الأمراض التي تنتشر بواسطة البراز البشري.

ويعد التثقيف بالنظافة الصحية عنصراً هاماً من أجل تحسين برامج النظافة الصحية. ويمكن استخدام نهج التثقيف بالنظافة الصحية القائم على المهارات، لا تقديم المعلومات فقط، على المتدربين القيام بما يلي:

- ✓ تحديد التصرفات والظروف البيئية التي يمكن أن تسبب الأمراض المنتقلة بواسطة المياه والصرف الصحي (مثل: حل المشكلات، واتخاذ القرار)
- ✓ إبلاغ رسائل تتعلق بالأمراض والعدوى للأسر والأقران وأفراد المجتمع المحلي (مثل: مهارات التواصل، ومهارات إقامة العلاقات)
- ✓ تشجيع الآخرين (مثل الأقران والأشقاء وأفراد الأسرة) على تغيير العادات غير الصحية (مثل التفكير النقدي ومهارات التواصل، ومهارات إقامة العلاقات).

النظافة والصحة في الوسط المدرسي

تعتبر النظافة والصحة في الوسط المدرسي من بين الانشغالات الأساسية وتشكل كل من هذين الأمر اهتمام الساعة في عصرنا هذا الذي يتميز بتطور مذهب تكنولوجيا وصناعياً وما ينجر عنه من آثار على حياة الإنسان فالنظافة بمفهومها العالمي هي وسيلة من وسائل الحماية والوقاية للأشخاص واسلوب حضاري منبثق أصلاً من ثقافتنا الأصيلة " النظافة من الإيمان "

أما الصحة حسب التعريف الذي وضعته لجنة من خبراء الإدارة للصحة العامة فهي العلم والفن الهادف الى صد عائلة المرضى والوقاية منه والعمل على إطالة فترة الحياة الصحية قدر المستطاع والتحكم في انتشار الأمراض المعدية وتعليم الافراد أصول الصحة الشخصية. ولا شك ان الوقاية خير من العلاج، والوعي الصحي السليم هو الدرع الاساسي للوقاية م الامراض والمحافظة على الصحة ولهذا ينبغي التسلح بالمعرفة الصحية السليمة وإتباع قواعد الصحة العامة لدى شراء الطعام أو تحضيره أو حفظه أو تناوله

المياه والصرف الصحي في المدارس

تؤثر العوامل المتصلة بالمياه والصرف الصحي والنظافة الصحية على حق الأطفال في التعلم في نواح كثيرة. وفي الأجواء التي تكون فيها الأحوال الصحية سيئة، لا يستطيع الأطفال تحقيق إمكاناتهم في التعلم. فعلى سبيل المثال، يصاب 400 مليون طفل في سن الدراسة سنوياً بالديدان المعوية، الذين تظهر البحوث أنها تستنزف قدراتهم على التعلم.

وتركز اليونيسف وشركاؤها على الموارد من أجل تحسين صحة الأطفال في سن الدراسة، وتبرز الحاجة إلى تشجيع المحافظة على النظافة الشخصية، وتطوير المهارات الحياتية والمياه والمرافق الصحية ومرافق لغسل الأيدي في المدارس.

أهمية المدارس في تبني النظافة

تقرر المدارس جزئياً صحة الأطفال ورفاهيتهم من خلال توفير بيئة صحية أو غير صحية. ومع أن مرافق المياه والمرافق الصحية في المدارس أصبحت تعتبر أساسية في تعزيز سلوك النظافة الصحية الجيدة ورفاه الأطفال، لا تزال توجد في مدارس كثيرة مرافق رديئة للغاية. وتتباين أحوال المرافق الصحية من غير ملائمة وغير كافية، إلى عدم وجود مراحيض ومياه مأمونة للشرب والنظافة الصحية على الإطلاق. ويسهم هذا الوضع في ارتفاع معدلات تغيب وتسرب الفتيات.

ويمكن أن تكون المدارس عاملاً رئيسياً للبدء في التغيير عن طريق المساعدة في تطوير مهارات حياتية مفيدة للصحة والنظافة، وغالباً ما يكون الأطفال حريصين على التعلم ومستعدين لاستيعاب أفكار جديدة. وقد يؤدي السلوك الجديد الذي يتعلمه الأطفال في المدرسة المتعلق بالنظافة الصحية إلى اعتماد عادات إيجابية مدى الحياة. وقد يكون المدرسون نماذج يحتذى بهم. إن سلوك النظافة الصحية الجديد في المدرسة قد يؤدي إلى عادات إيجابية مدى الحياة، لا للأطفال فقط، بل كذلك داخل المجتمع المحلي. ويستطيع أطفال المدارس أن يؤثروا على سلوك أفراد أسرهم - الأشقاء البالغين والصغار- لذلك، فهم يؤثرون بشكل إيجابي على المجتمع ككل. كما أن العمل مع الأطفال في البرامج المدرسية أكثر فاعلية من حيث التكلفة من العمل مع الكبار.

الفتيات أولاً

تؤدي الأعمال المنزلية، مثل جلب المياه، إلى بقاء فتيات كثيرات خارج المدرسة. وحتى لو تمكنت الفتيات من الذهاب إلى المدرسة، فإنهن يُرسلن لجلب الماء عند الحاجة. كما أن معظم الأعمال المنزلية الأخرى - بما فيها تنظيف المراحيض والتخلص من القمامة - تقع على عاتق النساء والفتيات. وعندما يمرض أفراد الأسرة (غالباً ما يكون ذلك بسبب أمراض ترتبط بالنظافة الصحية)، فمن المرجح أن تمكث الفتيات في المنزل لرعايتهم.

إن توفير المياه من أماكن قريبة من المنزل يؤدي إلى زيادة وقت الفراغ لدى الفتيات ويعزز من دراستهن. ويحتاج جميع الأطفال إلى بيئة تعلم نظيفة، لكن لعدم وجود مرافق صرف صحي وعدم توفر النظافة الصحية في المدارس تأثير سلبي على الفتيات أكثر منه على الفتيان. وتحتاج الفتيات إلى مرافق صحية آمنة ونظيفة ومستقلة وخاصة في مدارسهن.

الأمراض المائية :

الأمراض التي تنقلها المياه هي أمراض ناتجة عن تلوث المياه بالبكتيريا المسببة للأمراض والفيروسات. هذه البكتيريا هي السبب في الكوليرا- التيفوئيد- إسهالات عضوية وغيرهم من الأمراض.

احتياطات النظافة : غسل اليدين بالصابون

✓ **غسل اليدين بالماء لا يكفي :** غسل اليدين فقط بالماء أقل فعالية بكثير من غسل اليدين بالصابون. غسل اليدين جيداً بالصابون لا يتطلب سوى كمية صغيرة من الماء والصابون وذلك لتدمير الشحوم والأوساخ التي تحمل معظم الجراثيم. يجب تغطية اليد مبتلة بالماء والصابون؛ تنظيف جميع أسطح اليدين وخاصة التخليل، ظهر اليدين، بين الأصابع، خصوصاً تحت أظافر اليدين لمدة 20 ثانية على الأقل، وشطف اليدين بالماء (بدلاً من الشطف في المياه الراكدة) أو جافة أو بقطعة قماش نظيفة أو عن طريق التحريك في الهواء (المصدر: "اليوم العالمي لغسل اليدين، دليل التخطيط، يونيو 2009).

✓ **غسل اليدين بالصابون يمنع المرض :** غسل اليدين بالماء والصابون هي واحدة من أكثر الطرق فعالية لمنع أمراض الإسهال والالتهاب الرئوي، يساعد غسل اليدين أيضاً من منع الالتهابات الجلدية، والتهابات العين، والديدان المعوية...

ومن الضروري غسل اليدين بالصابون :

- ◀ بعد استخدام المراض
- ◀ بعد تنظيف الطفل
- ◀ وقبل تناول الطعام

أهمية المراحيض في النظافة

ينبغي توفير مراحيض لائقة ومناسبة ومقبولة للناس تكون قريبة من مساكنهم بحيث يمكن لهم استعمالها بسرعة وأمان وسلامة في كل الأوقات، ليلاً ونهاراً.

ينبغي تصميم وبناء المراحيض واختيار موقعها بطريقة تكفل مراعاة المواصفات التالية :

- ✓ يسهل على جميع فئات السكان، بمن فيهم الأطفال وكبار السن والنساء الحوامل والأشخاص ذوو الإعاقة، استعمالها بأمان
- ✓ يجري اختيار موقعها بما يكفل الحد من المخاطر التي قد يتعرض لها مستعملوها وعلى الأخص النساء منهم والفتيات خلال الليل والنهار
- ✓ تتيح إمكانية الاختلاء بما يراعي عادات مستخدميها
- ✓ يسهل استعمالها والمحافظة على نظافتها ولا تشكل خطراً صحياً على البيئة
- ✓ إمدادها بالماء لغسل اليدين أو رض البراز أو كليهما حسب السياق
- ✓ تتيح إمكانية تخلص النساء من حفاضاتهن الصحية أو توفر لهن إمكانية الاختلاء لغسل حفاضاتهن الشخصية وتجفيفها
- ✓ تقلل من احتمالات تكاثر الذباب والبعوض إلى أدنى حد
- ✓ تزود بألية لشطف الفضلات العضوية ونقلها والتخلص منها بشكل مناسب في حال استعمال مراحيض ثابتة أو مخصصة للاستعمال الطويل الأجل يلزم تفريغها - في حال ارتفاع منسوب المياه الجوفية أو الفيضانات، يجري إعداد حُفر أو أوعية مانعة لتسرب الماء لتقليل احتمالات تلوث المياه الجوفية والبيئة
- ✓ يخصص مراحيض واحد لعشرين شخصاً على أكثر تقدير
- ✓ توفر مراحيض منفصلة للرجال والنساء يمكن قفلها من الداخل في الأماكن العامة، كالأسواق ومراكز التوزيع ومراكز الصحة والمدارس، الخ.
- ✓ لا تزيد المسافة الفاصلة بين المراحيض والمساكن عن 50 متراً يُنظم استعمال المراحيض لكل عائلة و/أو حسب الجنس.
- ✓ ارتياح كافة السكان المتضررين لعملية التشاور وللمراحيض المتاحة، واستعمالهم لها بصورة مناسبة.
- ✓ ضمان غسل اليدين بعد استعمال المراحيض وقبل تناول الطعام وإعداده

اليوم العالمي للمرحاض

تضاف الى الأيام العالمية التي تحتفل بها معظم بلدان العالم اليوم العالمي للمرحاض "word toilet day" والتي نادت الامم المتحدة للاحتفال به لأول مرة في عام 2013 في 19 نوفمبر وتستمر فعاليات هذا اليوم لمدة ثلاثة أيام من (19 - 21 نوفمبر) وجاء اختيار يومنا عالميا للمرحاض لتركز الضوء على أهمية المرحاض بوجه خاص والحمامات بوجه عام في حياة البشر.

حيث توجد العديد من المشاكل الصحية المرتبطة بالمراحيض التي يغيب وجودها في مناطق متفرقة في بلدان العالم النامية لتصل اعداد الاشخاص المحرومين من مرافق الخدمات الصحية الأساسية الى الملايين لذا كان الهدف من اختيار يومنا عالميا للمرحاض فرصة لزيادة الوعي بحاجة جميع البشر للحصول على خدمات الصرف الصحي التي لها أهمية قصوى في التنمية المستدامة وفي الكرامة الانسانية.

يموت أكثر من 800000 طفل دون سن الخامسة سنويا نتيجة الاسهال أي أكثر من طفل في الدقيقة ويعاني آخرون بأعداد لا يمكن حصرها من أمراض خطيرة تترك آثارا طويلة الامد على صحتهم وعلى نموهم، ويعود ذلك كله الى تدني المرافق الصحية وغياب النظافة الصحية، ليضاف هدف آخر لأهداف الاحتفال باليوم العالمي للمرحاض هو نشر التوعية بين الناس حول خطورة مشكلات النظافة التي يعاني منها أغلب سكان العالم.

بيل جيتس (Bill Gates) واهتمام خاص بالمرحاض

ارتبط اسم "بيل جيتس" بالثورة المعلوماتية وأجهزة الكمبيوتر، لنجدته يرتبط باسم آخر كثير الغرابة - من وجهة نظر الكثيرين- لعد ارتباطه بالمجال التقني والمعلوماتية حيث تعهدت مؤسسة "بيل جيتس" بتخصيص ملايين الدولارات لدعم مخترعين يعملون على تصميم مراحيض لكي تكون في متناول الجميع والعمل على تطويرها من خلال ايجاد نظام بديل للأنظمة الخاصة بطرد المياه التي تؤدي الى إهدار المياه العذبة، مع التعهد بتحسين ظروف النظافة في البلدان الفقيرة التي لا تتوفر فيها المراحيض، حيث تصل أعداد الفقراء المحرومين من المراحيض الى 2,5 مليار شخص.

كما تعنى المؤسسة ضمن خطتها للنهوض بمشاريع النظافة والذي تمول له أبحاثا في ثماني مجالات على مستوى العالم من خلال إيجاد آلية معالجة الفضلات وتحويلها الى طاقة أو سماد مع إعادة تدوير المياه لتصبح نظيفة ويتم الاستفادة منها مرة أخرى.

يعتبر غياب المراحيض ليس بالأمر المزعج أو المقزز فحسب وإنما يمثل بيئة خصبة لانتشار الاوبئة الأكثر فتكا من الايدز والملاريا ومن بينها الاسهال الذي يفتك بألاف الأطفال دون الخامسة سنويا لغياب المرافق والنظافة الشخصية وبالتالي انتشار وباء الكوليرا .

ما هي معايير خدمات الصرف الصحي المقبولة؟

إن الهدف الرئيسي من خدمات الصرف الصحي هو حماية صحة الانسان والحفاظ على البيئة من التلوث وبالتالي الارتقاء بجودة حياة البشر وخدمات الصرف الصحي لا بد وأن تكون مقبولة ومناسبة مع العمل



على تطويرها وتحسينها بشكل مستمر لكي تحقق لها الاستدامة وعدم توقفها عن الاداء والعمل ومعايير استدامتها تتمثل في:

- ✓ أن تكون صحية في كل نقاط الصرف الصحي بدءاً من المراحيض حتى التخلص من النفايات وحتى مع إعادة تدوير الفضلات ... أي تجنب مخاطر مسببات المرض معها.
- ✓ توافر المواد الطبيعية التي تضمن تشغيل نظام الصرف الصحي بكفاءة، وتتمثل هذه الموارد في المياه والطاقة
- ✓ كفاءة تشغيل ومرونة نظام الصرف الصحي مع أية تغيرات قد تطرأ عليه من تغيير في البنية التحتية أو مع التغيرات المناخية أو الكوارث، ووجود الإدارة البشرية والفنية الناجحة.
- ✓ الجانب المادي، وهي توافر المخصصات المالية التي تضمن بناء وصيانة وتشغيل خدمات الصرف الصحي.
- ✓ الثقافة الاجتماعية، وهو الوعي الذي يتوافر للأفراد والمؤسسات بضرورة وجود نظام خدمي متكامل وصحي يحقق لهم الراحة ويجنبهم الأمراض، وضرورة تضافر كافة الجهود من أجل خلق ثقافة ملائمة عن أهمية خدمات الصرف الصحي الملائمة وليس مجرد وجودها فقط.

أسئلة إختبارية في الصحة والنظافة

خطأ	صح	المقولة [1]
		يقول الناس إن غسل الأيدي بالصابون أو الرماد وسيلة للوقاية من الإسهال ومن الأمراض الأخرى

الميكروبات التي تسبب هذا المرض يتم القضاء عليها عندما نغسل الأيدي بالصابون أو بالرماد. وفي حالة عدم القيام بذلك فإن الأيدي الوسخة تنقل الميكروبات إلى الجسم أثناء لمس الأطعمة واستعمالها. ومن المهم كذلك أن ننبه إلى أن غسل الأيدي يساهم في الحد من حالات الإسهال نسبة 44% تزيد على

خطأ	صح	المقولة [2]
		يقول الناس إن الماء الذي يبدو نظيفاً يكون دائماً خالياً من المكروبات

ما دامت الميكروبات لا ترى بالعين المجردة فإن الماء قد يبدو نظيفاً ولكنه ملوث وعندها تكون معالجة الماء هي الوسيلة الوحيدة للتخلص من هذه الميكروبات

خطأ	صح	المقولة [3]
		مياه الآبار الارتوازية هي مياه خالية من الميكروبات

الماء في قاع البئر تكون دون مكروبات إلا أنها يمكن أن تتلوث عند سحبها أو نقلها أو استخدامها. ولذلك يجب علينا إما ان نحافظ على نظافتها أو نعالجها قبل استهلاكها

خطأ	صح	المقولة [4]
		مياه الآبار المكشوفة جيدة للصحة خاصة بالنسبة للأطفال

أن ماء الآبار المكشوفة يمكن أن يؤدي إلى أمراض خاصة بالنسبة للأطفال وهي ليست الأفضل لإعطائها للأطفال إلا بعد معالجتها

خطأ	صح	المقولة [5]
		براز الأطفال لا يشكل خطرا على الصحة

براز الأطفال يحتوي على مخاطر على الصحة أكثر مما يتوفر عليه براز البالغين. وهكذا فإن أGRAMA واحدا من البراز يحوي على 10 مليون من الفيروسات، مليون من البكتيريا ومئات الآلاف الأخرى من الطفيليات المعوية

خطأ	صح	المقولة [6]
		عندما يصبح البراز جافا فإنه لا يحتوي على مخاطر على الصحة

ان البراز الجاف يحتوي على ميكروبات يمكن أن تعيش خلال سنوات ويمكن أن تكون ضارة تماما كما هي الحال بالنسبة للبراز الرطب

خطأ	صح	المقولة [7]
		قضاء الحاجة في مراحيض مغلقة أو أماكن مغلقة يحد من مخاطر الإصابة بالأمراض

انه حين نستخدم مراحيض أو أماكن مغلقة أو طريقة تبرز القط فإن البراز لا يشكل خطرا على السكان



2014 ©

