

مجلة وقاية (العدد الرابع)

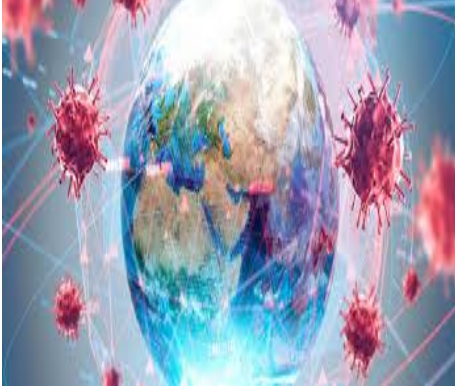
الوقاية من الأمراض المعدية



إعداد

الإدارة العامة لإدارة الأزمات والكوارث
والحد من المخاطر - وزارة الأوقاف
٢٠٢٢ م - ١٤٤٣ هـ

مقدمة



● اعتنى الإسلام بصحة الأفراد عنايةً عظيمةً، وحثهم على الحفاظ على صحتهم ورعايتها، والبعد عن كل ما قد يترتب عليه ضعف صحة الإنسان، قال رسول الله (صلى الله عليه وسلم): "الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ، خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ، اِحْرَصَ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ"^(١)، و قد أباح لهم طرق العلاج في حالة المرض، قال رسول الله (صلى الله عليه وسلم): "فَتَدَاوَوْا، وَلَا تَدَاوَوْا بِحَرَامٍ"^(٢)، كما

أمرهم بما يحفظ صحتهم وهو النظافة الدائمة سواءً نظافة الثياب قال تعالى: "وَتِيَابَكَ فَطَهِّرْ"^(٣)، أو البدن

قال تعالى: "يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِّنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِّنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ"^(٤)، كما كفل لهم السبل اللازمة للحفاظ على خلو المجتمعات من كافة مظاهر الأمراض ومنع انتشار الأوبئة من خلال عدم اختلاط الأصحاء بالمصابين بالأمراض المعدية، حيث يقول (صلى الله عليه وسلم): "لا يُورِدُ مُرَضٌ عَلَىٰ مُصِحِّ"^(٥).

● من هنا تأتي أهمية مراعاة الإنسان لقواعد منع انتشار العدوى والتي تحددها الدولة والاهتمام باتباع الممارسات الصحية الملائمة كواجب ديني يحث عليه الشرع.

● نتناول في هذا العدد من مجلة وقاية موضوع "الوقاية من الأمراض المعدية" من الناحية الشرعية والعلمية، مع الإشارة لبعض الأمراض المنتشرة وطرق الوقاية منها.

- ١ - صحيح مسلم، كتاب القدر، باب في الأمر بالقوة وترك العجز والاستعانة بالله، حديث رقم ٢٦٦٤.
- ٢ - سنن أبي داود، كتاب الطب، باب في الأدوية المكروهة، حديث رقم ٣٨٧٤.
- ٣ - سورة المدثر، آية ٤.
- ٤ - سورة المائدة، آية ٦.
- ٥ - صحيح مسلم، كتاب السلام، باب لا عدوى ولا طيرة ولا هامة ولا صفر، حديث رقم ٢٢٢١.

تعريف الوباء

- يُعرّف الوباء في الاصطلاح الفقهي بأنه: مرض الكثير من الناس في جهة من الأرض دون سائر الجهات، ويكون مخالفاً للمعتاد من الأمراض في الكثرة وغيرها، ويكون نوعاً واحداً^(١)، وفي الاصطلاح الطبي عرفته الموسوعة الطبية الحديثة بأنه: كل مرض يصيب عدداً كبيراً من الناس في منطقة واحدة في مدة قصيرة من الزمن^(٢)، فالأمراض المعدية هي التي تنتقل من مريض لآخر بأحد طرق العدوى عن طريق التنفس كالإنفلونزا، أو عن طريق الجهاز الهضمي كالتيفويد، أو عن طريق الاتصال الجسدي كطفيليات الرأس والجرب.

الوقاية من الأمراض المعدية وحفظ النفس

يُعدُّ "حفظ النفس" أحد الكليات الست التي أوجب الشارع الحكيم حفظها، وقد نُقِلَ عن ابن القيم (رحمه الله): "ومن تأمل هدي النبي (صلى الله عليه وسلم) وجده أفضل هدي يمكن حفظ الصحة به"^(٣).



بينما نقل عن الشاطبي (رحمه الله) أن "الشرع الشريف قد اعتبر الوسائل الوقائية والعلاجية آلية فعّالة للحفاظ على النفس من المرض والعدوى، وفي التداوي عند وقوع الأمراض، وفي الوقاية من كل مؤذٍ آدمياً كان أو غيره، والتحرز من المتوقعات حتى يقدم العدة لها، وهكذا سائر ما يقوم به عيشه في هذه الدار

١ - وسائل الوقاية من الأوبئة والأمراض المعدية في الفقه الإسلامي، مجلة كلية الدراسات الإسلامية بنين بأسوان ، ٢٠٢٠/٨م.

٢ - المرجع السابق.

٣ - زاد المعاد من هدي خير العباد ، ١٩٧/٤ ، ط مؤسسة الرسالة، عام ١٩٩٤م.

من درء المفسد وجلب المصالح"^(١)؛ لذا وجب الالتزام بتعاليم الإسلام في مواجهة الأمراض الوبائية الخطرة التي أصبحت تهدد النفس كما يجب صيانتها عمّا يسبب لها الأذى من الأمراض والأوبئة، وكذا صيانة أنفس الآخرين والبعد عما ينقل العدوى؛ إعمالاً لقول النبي (صلى الله عليه وسلم): "لا ضَرَرَ ولا ضِرَارَ"^(٢)، فالحماية من الأمراض الوبائية الخطرة ليست مسؤولية فردية تدفع الإنسان إلى سلوك أناني لينجو بنفسه ولا علاقة له بالآخرين؛ بل هي في نظر الإسلام مسؤولية جماعية؛ لذلك فإن واجب الإنسان شرعاً أن يحمي نفسه وغيره، وقد أوجب الله على الإنسان أن يحافظ على صحته وألا يلقي بنفسه للهلاك عن طريق الاختلاط بالمصابين بالأمراض المعدية، قال تعالى: "وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ"^(٣)، مع الحرص على وضع قواعد للوقاية من الأوبئة والحد من انتشارها في ظل القاعدة الفقهية "درء المفسد أولى من جلب المصالح". فللطهارة في الإسلام أهمية كبيرة، وهي طهارة الثوب والبدن ومكان الصلاة من النجاسة، وطهارة أعضاء الوضوء من الحدث، فقد أثبت الطب أهمية غسل الوجه واليدين والقدمين ومسح الأذنين والسواك والمضمضة والاستنشاق في الوضوء، وعِظَم نتائج ذلك في الوقاية وحِفظ النفس، وحماية الإنسان من أي تلوث، وقد امتدح الله تعالى المتطهرين، فقال سبحانه: "إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ"^(٤).. وتشمل الطهارة: طهارة البدن، فالمسلم يتطهر لكل صلاة بالوضوء خمس مرات في اليوم والليلة، كذلك الغسل سواء من الجنابة أم لمطلق النظافة، وكذلك طهارة الثوب، وطهارة المكان والبيئة، وطهارة الأدوات والأواني التي يستعملها الإنسان في قوام حياته ومعيشته، كذلك نهانا الله (عز وجل) عن السلوكيات المسببة للإصابة بالأمراض المعدية، فأمرنا بحفظ العرض، قال تعالى: "وَالَّذِينَ هُمْ لِأُوجُهِهِمْ حَافِظُونَ * إِلَّا عَلَىٰ أَرْجُلِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ * فَمَنْ أَتَّبَعَىٰ وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ"^(٥)، وقال تعالى: "وَلَا تَقْرُبُوا الزِّنَىٰ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا"^(٦)، حيث يؤدي الزنا إلى انتشار مرض الإيدز بطريقة سريعة، ومن ثم فالوقاية من الأمراض بصفة عامة، ومن مرض الإيدز بصفة خاصة تستوجب على كل إنسان أن يحافظ على نفسه من أسباب العدوى.

ويمكن الوقاية من الأمراض المعدية باتباع بعض النصائح، ومنها:

- غسل اليدين بالماء والصابون بشكل دائم.
- تغطية الأنف أو الفم عند السعال أو العطس.
- التطهير الدائم للأسطح كثيرة اللمس في المنزل وأماكن العمل.

١ - الموافقات للشاطبي، ٢/٢٦١، ط دار ابن عفا، عام ١٩٩٧م.

٢ - سنن ابن ماجه، كتاب الأحكام، باب من بنى في حقه ما يضر، حديث رقم ٢٣٤٠.

٣ - سورة البقرة: من الآية ١٩٥.

٤ - سورة البقرة: ٢٢٢.

٥ - سورة المؤمنون: ٥-٧.

٦ - سورة الإسراء: ٣٢.

- تجنب مخالطة المصابين بأمراض معدية أو مشاركة الأغراض الشخصية معهم.
- عدم الشرب أو السباحة في المياه المحتمل تلوثها بالأمراض .
- أخذ التطعيمات المتاحة لجميع الأمراض المعدية منذ الولادة، ويعد التطعيم ضد الأمراض هو أهم وأنجح إجراء وقائي يمكن تنفيذه؛ حيث يتسبب التطعيم في تكوين أجسام مضادة في جسم المُطعّم ضد هذا المرض، وتبقى الأجسام المضادة بالجسم لمدد زمنية مختلفة قد تكون عامًا أو عدة أعوام أو مدى الحياة، وبالتالي وفي حال تعرض الجسم للعدوى تقوم الأجسام المضادة بمواجهة الميكروب المسبب للمرض والتخلص منه دون ظهور أي أعراض.
- استخدام المضادات الحيوية عند الحاجة فقط لعلاج الأمراض البكتيرية، فلا يجوز استخدامها في حالات الإصابة الفيروسية.
- الحصول على التطعيمات اللازمة التي تقدمها وزارة الصحة من خلال الحملات القومية للأطفال أو الوحدات الصحية المنتشرة بأنحاء الجمهورية.
- تجنب السفر في حال الإصابة بأي مرض معدٍ.
- أخذ التطعيمات اللازمة قبل السفر إلى البلاد الموبوءة.

وجوب اتباع التعليمات الصادرة بشأن الصحة وقت الأوبئة

- لما كان اتباع التعليمات الصادرة بشأن الصحة واجباً شرعياً ، فكان من باب أولى اتباع هذه التعليمات في حالة انتشار الأوبئة حتى لو كان فيها تقييد لمباح أو منعه، بشرط أن تخضع تلك التعليمات لضوابط معينة^(١)، منها:
- ١- ألا يكون هذا التقييد على سبيل الدوام والعموم، فما جاء بإباحته النص لا يجوز تقييده أو منعه أو الإلزام به على سبيل الدوام، وإنما يكون التقييد محدداً في حالات مخصوصة بهدف تحقيق مقصد شرعي، فإذا زالت أسباب التقييد عاد إلى أصله.
 - ٢- أن يفضي العمل بالمباح إلى مفسدة ظاهرة محققة، فيكون تدخل ولي الأمر بتقييده لمنع حصول تلك المفسدة إعمالاً لمبدأ درء المفسدات أولى من جلب المصالح.
 - ٣- أن يكون تقييد المباح بهدف تحقيق مصلحة عامة، على سبيل المثال: تقييد ولي الأمر لحرية المقبلين على الزواج إذا وجدت أمراض معدية في بلده.
- وبناءً على ما سبق فإنَّ للسلطة المختصة، الحق في استحداث بعض التدابير الوقائية للوقاية من الأمراض والأوبئة والحد من انتشارها، مثال ذلك فيروس كورونا المستجد، كارتداء الكمامة، ترك المصافحة، تحقيق التباعد الاجتماعي، تجنب أماكن الزحام، واصطحاب المصلى الشخصي للصلاة في المساجد، فلا ضرر ولا ضرار.

١ - كتاب فقه النوازل ، وسائل الوقاية من الأوبئة والأمراض المعدية في الفقه الإسلامي، مجلة كلية الدراسات الإسلامية بنين بأسوان ،٨/٢٠٢٠م.

طرق انتقال العدوى



يتم انتقال العدوى بعدة طرق، منها:

- الاتصال المباشر من إنسانٍ مريض، أو حاملٍ للمرض إلى إنسانٍ سليم، مثلًا: عن طريق اللمس، أو الاحتكاك أو التقبيل، وغيرها، وهذا ما يحدث في الأمراض الجنسية والصدفية مثل: الإنفلونزا، والتهابات الرئة.
- الاتصال غير المباشر عن طريق الماء الملوث كما في داء الكوليرا، أو الغذاء الملوث كما في الحمى التيفودية والتسممات المعوية، أو عن طريق الحوائج الملوثة كما هو الحال في داء الجرب والقمل، أو عن طريق الإفرازات أي: البول والبراز والبصاق .
- الدم الملوث ومشتقاته حيث ينقل مرض الإيدز والملاريا، والتهاب الكبد الفيروسي، كما تنتقل العدوى من الأم إلى الجنين أثناء عملية الولادة نتيجة تلوث المشيمة.
- عن طريق الحشرات وهذه تنقل العوامل الممرضة بما يُسمَّى بالعامل الوسيط حيث تكون العوامل الممرضة مُعلّقة مثلًا بأجنحتها، أو أرجلها، أو فمها، وتضعها على الأشياء التي تمسّها، أو يأكل أو يشرب منها الإنسان، وهذا ينطبق بشكل خاص على الذباب، وكذلك تنقل الحشرات العوامل الممرضة في معدتها أو عُدها وتُوصّلها إلى الجسم البشري عن طريق القرص أو اللدغ، كما تنتقل أمراض الملاريا (البرداء) عن طريق البعوض، وداء الطاعون عن طريق البراغيث والفئران .
- كما تنتقل العدوى عن طريق الحيوانات، فالكلاب تنقل داء السُّعار، والخيل والماشية تنقل الجمرة الخبيثة وداء الكُزاز، والفئران تنقل الطاعون وداء وايل (أي التهاب الكبد النزفي)، وغيرها من الأمراض المعدية.

عوامل تزيد من خطر إصابة الإنسان بالأمراض المعدية

- عدم الحصول على التطعيمات اللازمة لمواجهة بعض الأمراض المعدية.
- مخالطة العاملين في القطاع الصحي للمصابين بأمراض معدية.
- السفر إلى المناطق الموبوءة.
- نقص المناعة عند بعض المرضى.

نقص المناعة

- يُعدُّ نقص المناعة من الأمراض التي تصيب الجهاز المناعي، وتجعله عاجزًا عن مقاومة الأمراض الأخرى ، وهناك نوعان من مرض نقص المناعة هما: نقص المناعة الأولي (الوراثي)، نقص المناعة الثانوي (المكتسب)، ويوجد العديد من الأسباب التي تؤدي إلى نقص المناعة (المكتسب)، منها:

- ١- **عدم النظافة**، يؤدي عدم النظافة إلى كثير من المشكلات الصحية ومنها، ضعف جهاز المناعة، كما أن عدم غسل اليدين بعد استخدام المرحاض يؤدي إلى الإصابة بالأمراض المختلفة.
- ٢- **عدم النوم الجيد**، يؤدي اضطراب النوم إلى نقص المناعة بالجسم، كما أن صعوبة التنفس أثناء النوم تؤثر على الجهاز المناعي بشكل كبير.
- ٣- **تناول أنواع معينة من الأدوية**، ومنها التي تحتوي على الكورتيزون، والإفراط في تناول الأدوية التي تكون مضادة للالتهابات والمضادات الحيوية، يعمل على التأثير على الجهاز المناعي بشكل سلبي، وهذا لأنها تحارب خلايا الدم البيضاء التي تعد مهمة جدًا لتقوية مناعة الجسم، أو المثبطة للمناعة.
- ٤- **الإجهاد المستمر**، يؤثر عدم اللجوء إلى الراحة على الجهاز المناعي، ومنها أنه يعمل على إصابته بالأمراض المختلفة، كما يجب الحرص على ممارسة أنواع من الرياضة الخفيفة التي تخلصك من الإجهاد واللجوء إلى الراحة.
- ٥- **سوء التغذية**، يُعد سوء التغذية من أهم العوامل التي تؤدي إلى الإصابة بنقص المناعة؛ وهذا لنقص الفيتامينات والمعادن المختلفة التي يحتاجها الجسم، ولهذا يجب الحرص على تناول الغذاء الصحي المتوازن الذي يحتوي على الفواكه والخضراوات، ويجب أن يحتوي على البقوليات والحبوب الكاملة واللحوم.
- ٦- **الإصابة المتكررة بالجروح المختلفة**، التي تكون ناتجة عن عمليات جراحية أو الحروق، تعمل على التسبب في ضعف الجهاز المناعي، الذي يكون أيضًا نتيجة التعرض للالتهابات المختلفة.
- ٧- **الإصابة المتكررة بالعدوى** تؤدي إلى التسبب في نقص المناعة في الجسم، والتأثير على الجهاز المناعي بشكل عام، ويجب الحرص على الوقاية من أنواع العدوى المختلفة خاصة للأطفال.

أعراض نقص المناعة

- من أعراض نقص المناعة:
- ١- الإصابة بالالتهابات المتكررة، وخاصة في الشعب الهوائية، وأيضًا الالتهابات بالجيوب الأنفية والالتهابات الجلدية، والإصابة بالالتهاب الرئوي بشكل متكرر، كل هذا يدل على ضعف الجهاز المناعي.
 - ٢- الإصابة بفقر الدم والاضطرابات الدموية المختلفة.
 - ٣- فقدان الشهية والمشكلات المختلفة بالجهاز الهضمي والإسهال المزمن وفشل النمو.
 - ٤- ظهور الحبوب على البشرة.
 - ٥- الصداع الشديد طوال الوقت.
 - ٦- الشعور بالتعب والإجهاد.

نصائح لعلاج نقص المناعة

توجد عدة نصائح ينصح بها الأطباء؛ لعلاج نقص المناعة، منها:

- ١- تناول الأطعمة الصحية التي تحتوي على الخضراوات والفواكه، كما يجب الحرص على تناول أنواع البروتين الخالي من الدهون.
- ٢- الحرص على الابتعاد عن أنواع الأطعمة التي تحتوي على المكونات الصناعية والمواد المضافة.
- ٣- الابتعاد عن تناول الأطعمة النيئة وغير المطبوخة التي تؤثر على الجهاز المناعي بشكل كبير.
- ٤- ممارسة أنواع التمرينات الرياضية المختلفة، كما أن الرياضة تعمل على زيادة الطاقة بالجسم وبالتالي تنشيط الجهاز المناعي.

٥- حماية الجسم من الإصابة بالعدوى المختلفة، وهذا من خلال ارتداء قناع واقٍ في الأماكن المزدحمة.

٦- الابتعاد عن الأشخاص المصابين بالأمراض المعدية.

٧- الحصول على الراحة اللازمة للتخلص من الإجهاد، ويجب أن يكون هناك وقت مخصص للاسترخاء في فترة النهار.

٨- غسل الفواكه والخضراوات بشكل جيد، وخاصة الخضراوات الورقية.

بعض الأمراض المعدية المنتشرة وطرق الوقاية منها

الأمراض المعدية هي التي تنتقل من شخص مصاب أو حامل للمرض إلى الشخص السليم بسبب الاتصال سواء المباشر مثل: (العلاقات الجنسية أو العناق أو المصافحة)، أو غير المباشر مثل: استعمال أدوات الشخص المصاب)، وتتعدّد أسباب العدوى فقد تكون بكتيرية، فيروسية، فطرية أو طفيلية، ويكمن خطرهما بسبب سهولة وسرعة انتشارها بين الأشخاص، مما قد يؤدي إلى الوباء، وبعضها قد يكون قاتلاً، وخاصة في حال عدم وجود العلاج، وغالبية الأمراض المعدية قد تحمل الأعراض الآتية: (ارتفاع حرارة الجسم - فقدان الشهية - الضعف - آلام في العضلات - الغثيان - الإسهال).

واستطاعت مصر القضاء على مرض (الدفتيريا والسعال الديكي)؛ حيث لم يتم الإبلاغ عن أية حالات إصابة بالمرَضَيْن على مدار العشرين عامًا الأخيرة.

وبالنسبة لمرض (المالاريا)، فقد تمكنت مصر من القضاء عليه خلال الفترة الماضية، وتم عمل ملف متكامل وتقديمه إلى منظمة الصحة العالمية؛ تمهيداً لإعلان خلو مصر من مرض المالاريا.

نستعرض طرق الوقاية من بعض الأمراض المعدية المنتشرة، والتي تكون أعراضها بعض أو كل الأعراض السابقة، على النحو التالي:

الوقاية من فيروس كورونا وما يماثله من أمراض



ينتشر فيروس (كورونا) من شخص إلى آخر عن طريق رذاذ القطرات الملوثة عند السعال أو العطس من قبل الشخص المصاب، أو في حال ملامسة الأسطح الملوثة بها، ويهاجم الرئتين مؤدياً إلى التهاب رئوي حاد، وفي حالات متقدمة يؤدي إلى توقف عضلة القلب، واضطراب الكبد - تليف الرئة - اضطرابات الكلى - الإصابة بالجلطات - الوفاة.

للمساعدة في منع انتشار فيروس كورونا⁽¹⁾:

- ابتعد مسافة آمنة عن الآخرين حتى إن لم يَبْدُ عليهم المرض.
- ارتدِ الكمامة في الأماكن العامة وخصوصًا في الأماكن الداخلية أو عندما لا يكون التباعد الجسدي ممكنًا.
- اقصِدْ أماكن مفتوحة جيدة التهوية بدلًا من تلك المغلقة.
- افتَحْ نافذة إذا كنت موجودًا في مكان داخلي.
- اغسِلْ يديك باستمرار، واستخدمِ الماء والصابون أو محلولًا كحوليًّا لتطهير اليدين.
- خذ اللقاح.
- اتبَعِ الإرشادات المحلية الخاصة بالتلقيح.
- احرصْ على تغطية أنفك وفمك بكوعك، أو بمنديل ورقي عند السعال أو العطس.
- ابقَ في المنزل إذا شعرت بالمرض.
- إذا أُصبتَ بالحمى أو السعال أو صعوبة في التنفس اطلب الرعاية الطبية واتصلِ بمقدمها قبل التوجه إليه؛ ليتمكن من توجيهك لمرفق الرعاية المناسب، ويساهم ذلك في حمايتك وتجنُّب انتشار الفيروس وغيره من الأمراض.

الوقاية من مرض التهاب الكبد الفيروسي

- التهاب الكبد الفيروسي يعتبر مشكلة صحية خطيرة، وهو أحد الأمراض المعدية التي تسببها الفيروسات، وتسبب الضرر لخلايا الكبد.
- ينتقل فيروس التهاب الكبد "B" و"C" عن طريق الدم الملوث، وكذلك عن طريق استخدام الأدوات الملوثة سواء داخل المنشآت الصحية أو بين المدمنين ، وقد تنتقل العدوى عن طريق الاتصال الجنسي إذا كان أحد الشريكين مريضًا أو حاملًا للفيروس (بالنسبة لفيروس B).
- للوقاية من التهاب الكبد الفيروسي يجب استخدام الأدوات المعقمة، وعدم استخدام أدوات الغير (مثل: فرشاة الأسنان).
- تناول التطعيمات التي توفرها وزارة الصحة للوقاية من المرض سواء لحديثي الولادة أو للأطفال أو للبالغين (بالنسبة لفيروس B).



جهود الدولة المصرية في القضاء على فيروس الالتهاب الكبدي (سي)

أطلقت الحكومة المصرية في ٣٠ سبتمبر ٢٠١٨ م مبادرة الرئيس/ عبد الفتاح السيسي رئيس الجمهورية، للقضاء على فيروس (سي)، والكشف عن الأمراض غير السارية، تحت شعار "١٠٠ مليون صحة"، بهدف



الكشف المبكر عن الإصابة بفيروس الالتهاب الكبدي (سي)، إلى جانب التقييم والعلاج من خلال وحدات علاج الفيروسات الكبدية المنتشرة في جميع محافظات الجمهورية، وكذا الكشف المبكر عن السكري وارتفاع ضغط الدم والسمنة، وتوجيه المكتشف إصابتهم لتلقي العلاج بمختلف وحدات ومستشفيات الجمهورية، وذلك بهدف التوصل إلى مصر خالية من فيروس (سي) بحلول عام ٢٠٢٠م، وخفض الوفيات الناجمة عن

الأمراض غير السارية والتي تمثل حوالى ٧٠% من الوفيات في مصر، وقد استطاعت مصر من خلال المبادرة الرئاسية ١٠٠ مليون صحة بإجراء مسح شامل لفيروس (سي) على ٦٠ مليون مواطن، وكذلك الأمراض المزمنة من السكر والضغط.

وفي ٢٠٢٠/٧/١٨م استطاعت مصر أن تكون مثالاً يحتذى به - للعالم كله - في القضاء على فيروس (سي)، وقد أشادت منظمة الصحة العالمية بذلك في جميع المحافل الدولية، وأكدته عناوين الصحف العالمية، وأهمها مجلة "الانسيت" التي جعلت غلاف المجلة عن علاج مرضى فيروس (سي) للمصريين.

استطاعت مصر خفض معدلات انتشار الالتهاب الكبدي الفيروسي "ب" من ٤,٥% إلى أقل من ١% وخفض معدلات انتشار المرض بين الأطفال الأقل من ١٥ عامًا إلى ٠,١% عن طريق التطعيمات الإلزامية منذ الولادة.

الوقاية من الالتهاب الرئوي

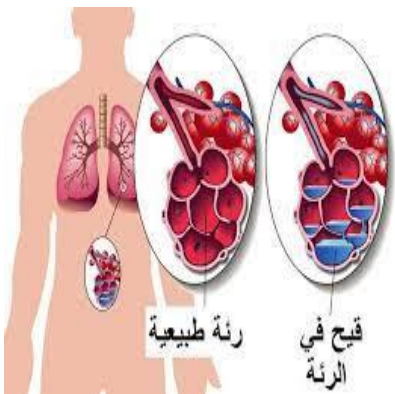
يحدث الالتهاب الرئوي نتيجة الإصابة ببكتيريا أو فيروس أو فطريات، ويعد من أخطر الأمراض المعدية، ويؤدي التهاب الرئة إلى تجمع السوائل أو القيح داخل الحويصلات الهوائية؛ نتيجة للالتهاب الشديد ومهاجمة الميكروب المسئول عن التهاب الرئة، ويزداد خطر الالتهاب الرئوي الفطري عند المرضى الذين يعانون من ضعف المناعة، وقد يؤدي إلى الوفاة أحياناً عند كبار السن فوق عمر ٦٥ عامًا، والأطفال والرضع، والمرضى ذوي المناعة الضعيفة.

تشتمل أعراض التهاب الرئة على الآتي:

- آلام الصدر، وسعال مع ظهور البلغم.
- تعب عام وارتفاع في درجة الحرارة وضيق التنفس.
- غثيان، قيء أو إسهال.

وللوقاية من مرض الالتهاب يجب اتباع الآتي:

- تلقي التطعيمات المتوفرة .
- الاهتمام بالنظافة الشخصية، والحرص على غسل اليدين بانتظام، واستخدام مطهر يحتوي على الكحول.
- الامتناع عن التدخين؛ حيث يدمر التدخين المناعة الطبيعية للرئة ضد عدوى الجهاز التنفسي.
- المحافظة على الجهاز المناعي قوياً.
- الحصول على ساعات نوم كافية.
- ممارسة التمارين الرياضية بانتظام، واتباع نظام غذائي صحي.



الوقاية من مرض أنفلونزا الطيور^(١)



- غسل اليدين جيدًا وبخاصة بعد التعامل مع الطيور.
- تغطية الفم والأنف جيدًا وقت التعامل مع الطيور وبخاصة وقت الذبح.
- عدم شراء أي طيور حية غير موثوقة المصدر.
- في حالة ملاحظة مرض أحد الطيور يجب توقيف الكشف البيطري عليه.
- في حالة ظهور أعراض الإنفلونزا على أحد أفراد العائلة يتم التوجه للطبيب فورًا لتلقي العلاج، وخاصةً إذا سبق له التعامل مع الطيور منذ أسبوعين.
- يجب عزل الطيور والحيوانات في أماكن خاصة بعيدًا عن مكان معيشة الأسرة؛ تجنبًا لأمراض عديدة مثل: السل، وأنفلونزا الطيور.
- طهي الطيور جيدًا.

الوقاية من مرض البلهارسيا والنزلات المعوية



تكون الوقاية من مرض البلهارسيا والنزلات المعوية، عن طريق:

- تجنب التبول والتبرز في الترع والمصارف والطرق.
- تجنب الاستحمام بالترع والمصارف.
- تجنب الشرب من مياه الترع، أو تناول الخضروات والفاكهة الطازجة دون غسلها الجيد بالمياه النقية.
- تجنب تناول الأطعمة المعرضة للذباب والحشرات.

الوقاية من مرض السعار



- السعار: هو مرض فيروسي يصيب المخ بالتهاب حاد ومميت دائماً.
- ينتقل غالباً عن طريق عضه حيوان مُصاب ويمكن أن ينتقل أيضاً من خلال الخدش، ويحدث ذلك كثيراً للأطفال (٤٠% من الإصابات)، ونادراً من لعاب الحيوان المصاب.
- للوقاية منه يجب تطعيم جميع الكلاب والقطط الأليفة التي يتم تربيتها منزلياً، واستعمال قيد أو كمامة للحيوانات، والإبلاغ عن أي حيوان مريض.
- في حالة تعرض الإنسان للعض من حيوان مصاب فيجب غسل الجرح جيداً بالماء الجاري، والتوجه فوراً لأقرب مستشفى عام أو مركزي مع ضرورة أخذ الطعم الخاص بالمعقورين من الحيوانات كاملاً (خمس جرعات في عضلة الكتف في الأيام التالية: اليوم ١- ٣- ٧- ١٤- ٢٨).

الحصبة والوقاية منها



الحصبة هي أحد أخطر الأمراض الفيروسية المعدية، والتي يمكن أن تؤدي إلى الوفاة في حال عدم حصانة الطفل بالتطعيم الخاص بها.

ينتقل فيروس الحصبة من الشخص المصاب إلى الآخرين عن طريق القطرات الملوثة بالفيروس والتي تنتشر في الهواء عند السعال أو العطس أو الكلام، كما يمكن أن تنتقل عن طريق ملامسة الأسطح الملوثة بالقطرات الحاملة للفيروس، وتشتمل مضاعفات الحصبة

على الآتي :

- التهاب الأذن.
- التهاب القصبات الهوائية أو الحنجرة.
- التهاب الرئة.
- التهاب الدماغ.

وهناك نوعان من الحصبة، هما: الحصبة العادية والحصبة الألمانية، وهما مختلفان، فالحصبة الألمانية تحدث بسبب فيروس "الروبيلا"، حيث يُسبب أعراضاً أكثر اعتدالاً من الحصبة العادية، ولكنها تُشكل خطراً كبيراً عند إصابة المرأة الحامل بها.

الوقاية من مرض الجدري



الجدري من الأمراض المعدية، والتي تصيب الأطفال والكبار، وتظهر في هيئة طفح جلدي، يكون على الوجه واليدين والساعدين ثم على جذع الجسم والتي تنتقل من شخص لآخر، وهذا يكون عن طريق الجهاز التنفسي من خلال السعال أو العطس أو حتى عن طريق اللمس، ويعتبر نوعاً من العدوى الفيروسية التي يصاحبها الإرهاق الشديد مع وجود طفح جلدي، عند الإصابة بمرض الجدري يجب العلاج سريعاً حتى لا يؤثر ذلك على صحة

المريض بالسلب، ويصبح عُرضَةً لانتقال المرض عن طريق العدوى، ومن مضاعفات الجدري:

- الجفاف.
- متلازمة الصدمة السمية.
- الالتهاب بالرئة.
- الالتهاب بالدماغ وفقدان البصر.
- العدوى البكتيرية بالجلد والأنسجة والمفاصل والعظام.
- وعند الإصابة بمرض الجدري يجب على المخالطين للمريض أخذ اللقاح.

أعراض إصابة الأطفال بالجدري

لمرض الجدري فترة حضانة تمتد من ١٠ إلى ١٤ يوماً، لا يظهر فيها أي أعراض، وبعد الإصابة بأيام يبدأ ظهور الأعراض الآتية:

- بقع حمراء تظهر على الوجه واليدين، ثم على جذع الجسم .
- تتحول البقع بعد ذلك إلى بثور صغيرة الحجم مليئة بسائل شفاف، وبعد ذلك يتحول إلى تقيحات.
- تتساقط هذه التقيحات بعد حوالي (٩) تسعة أيام، ولكنها تترك ندوباً عميقة على الجلد.
- ومن أعراض مرض الجدري: الحمى الشديدة المفاجئة والمتكررة، الصداع الحاد، القيء.

الفئات الأكثر إصابة بالجدري

- الرضع وحديثو الولادة.
- الحوامل واللاتي لم يتم إصابتهن بالجدري من قبل.
- البالغون والمراهقون.
- من يعانون بالاضطرابات في الجهاز المناعي.
- من يعانون من أمراض مثل: الربو، ويتلقون الأدوية الستيرويدية.

علاج الأمراض المعدية

ينبغي استشارة الطبيب المختص (حسب التخصص الطبي) قبل تناول أي نوع من أنواع المستحضرات الطبية أو وصفات الطب الشعبي، حيث تختلف أنواع العلاجات التي تتناسب مع المسبب للمرض بشكل خاص، وهي كالاتي:

١. المضادات الحيوية

● علاج الأمراض التي تُسببها البكتيريا، بحيث يكون لكل نوع منها نوع مختلف من المضادات الحيوية.

● تكمن المشكلة الأساسية في استعمال المضادات الحيوية في أن التعرض للمضادات الحيوية يزيد من مقدرة الجراثيم على مقاومة هذه المضادات؛ لذلك من المهم استعمال علاجات المضادات الحيوية بشكل متزن.

٢. العلاجات المضادة للفيروسات

وهي التي تعتمد على علاج الأمراض المتسببة بواسطة الفيروسات، ولا يوجد علاج خاص لكافة أنواع الفيروسات.

تتوفر العلاجات المضادة لفيروس الهربس (Herpes)، وفيروس الإنفلونزا، وفيروسات التهاب الكبد (Hepatitis) بأنواعها المختلفة، وفيروس نقص المناعة البشرية.

٣. الوسائل العلاجية المضادة للفطريات

تُعتمد المراهم لعلاج التلوثات الجلدية التي تُسببها الفطريات، بينما تُعتمد العلاجات المضادة للفطريات (Antifungal) التي تؤخذ عن طريق الفم أو تحقن وريدياً، إذا كان التلوث بالفطريات في الأعضاء الداخلية.

٤. علاج الطفيليات

في حال العدوى بالطفيليات تتوفر علاجات مختلفة وأشهرها علاج داء الملاريا بواسطة مجموعة الكينين. تنتهي العدوى عادةً بسرعة ودون الحاجة لتلقي علاج معين، وأحياناً لا يشعر المريض بالإصابة بأي أعراض مرضية عند الإصابة بهذه الأمراض.

من الوارد حدوث أعراض ومضاعفات مختلفة، مثل:

- ضرر دائم بأحد أعضاء الجسم، مثل: التهاب الحويضة والكلية.
- ضرر يُصيب أعضاءً أخرى مختلفة عن مصدر الإصابة، مثل: الحمى الروماتيزمية.
- بعض الأمراض المعدية قد تزيد خطر الإصابة بأمراض أخرى، مثل: فيروس الحُليمي البشري، والذي قد يُسبب سرطان الرحم.

بعض جهود وزارة الأوقاف في التوعية بأخطار الأمراض المعدية وطرق الوقاية منها

● جاءت وزارة الأوقاف في المركز الأول للتوعية بجائحة كورونا ، من حيث عدد منشوراتها الدعوية ، وكانت من أكثر المؤسسات التزامًا بالإجراءات الوقائية خلال الجائحة ، أكدت ذلك دراسة علمية مُحكَّمة بعنوان : "توظيف المؤسسات الدينية المصرية لمنصاتها الرقمية في تناول جائحة كورونا .. دراسة تحليلية في إطار مفهوم تعدد المنصات" والتي نُشِرَتْ بمجلة البحوث الإعلامية بكلية الإعلام جامعة الأزهر ، كما



قامت مستشفى الدعاة التابعة للوزارة بالمساهمة في استقبال وعلاج المنآت من الحالات المصابة أثناء الجائحة، حيث استقبلت (٥٨٢) اثنتين وثمانين وخمسمائة حالة، تماثل منها للشفاء (٤٤٦) ست وأربعون وأربعمائة حالة.

- ويأتي دور وزارة الأوقاف في النصح والإرشاد للمجتمع بالأخذ بالإجراءات الاحترازية والوقائية لمواجهة الأوبئة والأمراض ، وهذا من باب الأخذ بالأسباب وليس خوفاً أو جبناً ، فسيدنا رسول الله (صلى الله عليه وسلم) حذرنا من

الأمراض المعدية فقال (صلى الله عليه وسلم): " وفرَّ من المجدوم فرارك من الأسد^(١) ، فالتحذير ليس جبناً أو خوفاً وإنما أخذاً بالسبب الذي أمرنا به الشرع الشريف، ونحن في الوقت الراهن في أمس الحاجة إلى تطبيق تعليمات ديننا الحنيف لمواجهة فيروس كورونا والذي راح ضحيته الآلاف؛ بل الملايين، نسأل الله أن يرفع عنا الوباء والبلاء.

- ومن بين موضوعات خطبة الجمعة التي تناولت هذا الأمر:

- كَفَّ الأذى عن الناس صدقة .
- مخاطر قتل النفس وإلقائها في التهلكة.
- التراحم المجتمعي وأثره في تهذيب السلوك.
- الحج في زمن الأوبئة.
- مخاطر الفساد وصوره وكيفية مواجهته.
- فريضة الزكاة وأثرها في تحقيق التوازن المجتمعي.
- تقدير المصلحة وتنظيم المباح.

١ - صحيح البخاري، كتاب الطب، باب الجذام، حديث رقم ٥٧٠٧.

• عناية الإسلام بصحة الإنسان ودعوته للمحافظة عليها.

• النظافة سلوك إنساني متحضر.

• الأمن الغذائي- حمايته وحرمة التلاعب به.

• الوقاية خير من العلاج.

• الصلابة في مواجهة الجوائح والأزمات، والأخذ بأسباب العلم والعمل الجاد طريقًا للعبور نحو المستقبل.

• الالتزام بالإجراءات الوقائية مطلب شرعي و وطني

• الالتزام بالإجراءات الوقائية مطلب شرعي و وطني وصحي

• الحفاظ على النفس.

- كما أكد معالي الأستاذ الدكتور/ محمد مختار جمعة وزير

الأوقاف^(١) في العديد من المناسبات على ضرورة الأخذ

بتوجيهات أهل العلم وخبراء الطب في مواجهة فيروس

كورونا، حيث قال: (ارتد الكمامة وتوكل، تجنب المصافحة

وتوكل، تجنب المعانقة وتوكل، نظف يديك تباغًا وتوكل،

طهر المكان المحيط بك وتوكل، حقق التباعد وتوكل، عندما

نفعل ذلك نكون قد حققنا معنى قول النبي (صلى الله عليه

وسلم): "اعقلها وتوكل" ^(٢)، واستكمل ناصحًا: "عليك أن تعلم

أن نفسك أمانة عندك، وأن نفوس الآخرين أمانة، وأن حماية

النفس من أعظم مقاصد الإسلام ومقاصد جميع الأديان،

فمقاصد الأديان توجب عليك حماية نفسك، وتوجب عليك حماية الآخرين، الأمر لا يتوقف فقط عند حدود

الدنيا، ولكنك إن قصرت في حماية نفسك أو في حماية الآخرين – فضلًا عن أنك تعرض نفسك لمخاطر

الهلاك – فإنك تعرضها أيضًا للإثم والمعصية، ومن لم يتعظ الآن فمتى يتعظ؟! ومن لم يتعظ بتخطف

الموت من حوله فلا واعظ له، والشقي من وعظ بنفسه، والسعيد من وعظ بغيره، كما أكد على الالتزام

بالتباعد الاجتماعي، وغسل اليدين، لافتًا إلى أن حماية النفس من أعظم مقاصد الإسلام، وجميع الأديان،

مُبينًا أن هذا الوقت هو وقت التعاون والتوسع في الصدقات، مع وجوب التمسك بالأمل وعدم اليأس، وأنه

لا غنى عن أعمال العقل في فهم صحيح النص وفي تطبيقاته).



١ - الموقع الإلكتروني الرسمي لوزارة الأوقاف المصرية.

٢ - سنن الترمذي، أبواب صفة القيامة والرقائق والورع، باب ما جاء في صفة أوان الحوض، حديث رقم ٢٥٧١.

- كما قامت الوزارة بإلغاء بعثة الحج على نفقة وزارة الأوقاف، عام ١٤٤١ هـ / ٢٠٢٠م^(١)، وتوجيه ما كان مخصصاً لذلك من نفقات للمتضررين من آثار فيروس كورونا وللأسر الأولى بالرعاية، والعمالة غير المنتظمة^(٢).
- ووجهت الوزارة لضرورة الحرص على نظافة وتعقيم المساجد بصورة دائمة، مع إلزام المصلين بمراعاة التباعد الاجتماعي.
- ووفرت الوزارة الدعم المادي والمعنوي، كما وفرت المجموعة الوطنية لاستثمارات الأوقاف الكمادات ودرع الوجه الواقي المطور، علاوة على توفير المكان الطبي الملائم (مستشفى الدعاة بالقاهرة)؛ لرعاية المصابين بفيروس كورونا، بالإضافة إلى المشاركة في الفعاليات والمؤتمرات والندوات الافتراضية التي تعقد بمصر أو خارجها، ومن بينها "مؤتمر عالم ما بعد كورونا.. التضامن وروح ركاب السفينة" بدولة الإمارات .
- قامت الوزارة بالمشاركة في حملات التوعية بوسائل الإعلام المختلفة، ومن بينها قنوات التلفزيون المختلفة والصحف ووسائل التواصل الاجتماعي.
- أصدرت الوزارة العديد من المؤلفات منها "كتاب فقه النوازل" ضمن إصدارات المجلس الأعلى للشئون الإسلامية، والذي تضمن طرح العديد من القضايا الهامة بخصوص الأحكام الشرعية وقت حدوث الجوائح، علاوة على المساهمة بالمقالات المختلفة، مثل: "رمضان في زمن كورونا"، و"كورونا والوعي بالوطن".
- بالإضافة إلى التعاون والتكامل مع الوزارات الأخرى ومنظمات المجتمع المدني والمشاركة في حملات التوعية المشتركة.

١ - موقع وزارة الأوقاف الإلكتروني.

٢ - كتاب فقه النوازل.

المصادر والمراجع

- القرآن الكريم.
- السنة النبوية.
- الموافقات - الإمام الشاطبي - طبعة دار ابن عفان - ١٩٩٧ م.
- كتاب فقه النوازل - وزارة الأوقاف المصرية.
- الموقع الإلكتروني الرسمي لوزارة الأوقاف المصرية.
- وسائل الوقاية من الأوبئة والأمراض المعدية في الفقه الإسلامي - دراسة منشورة بمجلة كلية الدراسات الإسلامية بنين بأسوان - أغسطس / ٢٠٢٠ م.
- منظمة الصحة العالمية.
- دليل الرسائل الصحية للرائدة الريفية - وزارة الصحة المصرية.

الفهرس:

رقم الصفحة	الموضوع
١	مقدمة
٢	تعريف الوباء.
٢	الوقاية من الأمراض المعدية وحفظ النفس.
٤	وجوب اتباع التعليمات الصادرة بشأن الصحة وقت الأوبئة.
٥	طرق انتقال العدوى.
٥	عوامل تزيد من خطر إصابة الإنسان بالأمراض المعدية.
٥	نقص المناعة.
٦	أعراض نقص المناعة.
٦	نصائح لعلاج نقص المناعة.
٧	بعض الأمراض المعدية المنتشرة وطرق الوقاية منها.
٧	الوقاية من فيروس كورونا وما يماثله من أمراض.
٨	الوقاية من مرض الالتهاب الكبدي الفيروسي.
٩	جهود الدولة المصرية في القضاء على فيروس الالتهاب الكبدي (فيروس C).
٩	الوقاية من الالتهاب الرئوي.
١٠	الوقاية من مرض أنفلونزا الطيور.
١٠	الوقاية من مرض البلهارسيا والنزلات المعوية.
١١	الوقاية من مرض السعار.
١١	الوقاية من الحصبة.
١٢	الوقاية من مرض الجدري.
١٢	أعراض إصابة الأطفال بالجدري.
١٢	الفئات الأكثر إصابة بمرض الجدري.
١٣	علاج الأمراض المعدية.
١٤	بعض جهود وزارة الأوقاف في التوعية بأخطار الأمراض المعدية وطرق الوقاية منها.
١٧	المراجع.
١٨	الفهرس.