

"الصحة المدرسية ... من أجل مستقبل صحي آمن"



الوقاية من الأمراض المتنقلة
عن طريق المياه



لنكن فاعلين ...!

دوركم في الوقاية:

- ✓ نشر التوعية داخل الأسرة والمدرسة؛
- ✓ الإبلاغ عن أي مياه مشبوهة؛
- ✓ الالتزام بالنظافة الشخصية؛
- ✓ المشاركة في الحملات التحسيسية؛
- ✓ المحافظة على نظافة المياه.



"الماء النقي ... وقاية
أكيدة"

الوقاية تبدأ من السلوك



اغسل يديك جيدا بالماء
والصابون قبل وبعد كل
وجبة وبعد استخدام
المرحاض



اشرب دائما ماء نظيفا
(مغليا أو مفلترا،
أو معالجا بالكلور)



تأكد من غسل
الأواني جيدا بماء
نظيف



تأكد من غسل الخضار
والفواكه جيدا بماء
نظيف



اغسل قنينة الماء
الخاصة بك جيدا بماء
نظيف



تجنب السباحة في
المياه الملوثة

الزحار المعوي

الزحار المعوي (Dysenterie) مرض يصيب الأمعاء نتيجة وجود بكتيريا أو طفيليات في الماء أو الطعام الملوّث. ينتشر- بسرعة في الأماكن التي تفتقر للنظافة خاصة عدم غسل اليدين جيدا.



الكوليرا

الكوليرا (Cholera) مرض خطير يصيب الإنسان عندما يشرب ماء ملوّثا أو يتناول طعاما غير نظيف فيه جراثيم وفيروسات، وينتقل بسهولة في المناطق التي لا توجد فيها نظافة كافية أو صرف صحي جيّد.



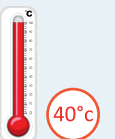
قطرة ملوثة واحدة ...

يصبح الماء خطيرا !

الماء ضروري للحياة، نستخدمه يوميا للشرب، الطهي، والنظافة، والزراعة، والصناعة... وغيرها.

لكن، رغم ذلك قد يصبح مصدرا للخطر إذا كان ملوّثا أي ماء يحتوي على جراثيم وفيروسات.

بعض الأمراض المتنقلة عن طريق المياه



1

التيفوئيد

التيفوئيد (Fièvre Typhoïde) مرض تسببه بكتيريا تسمى "السالمونيلا التيفية"، وتنتقل إلى الإنسان عن طريق شرب الماء أو أكل طعام ملوّث بالبكتيريا. ينتشر- هذا المرض في الأماكن التي لا تتوفر على شروط النظافة الجيدة.



التهاب الكبد

التهاب الكبد الفيروسي (Hépatite virale) مرض ينتقل عن طريق تناول طعام أو شرب ماء ملوّث بجراثيم وفيروسات. ومن أشهر أنواعها التهاب الكبد A و E.



أعراض هذه الأمراض

أعراض خاصة

- إسهال مائيّ شديد (الكوليرا)
- اصفرار الجلد والعينين (التهاب الكبد الفيروسي A)
- اسهال مع دم (الزحار)

3

أعراض مشتركة

- الحمى في بعض الأحيان
- التعب والإرهاق الشديد
- الإسهال
- فقدان الشهية
- القيء أو الغثيان
- آلام في البطن

2