

مقدمة عن الصحة العامة

تقرير عن الصحة العامة إن الصحة العامة هي حالة من التوازن النسبي بين وظائف الجسم نتيجة التكيف مع العوامل التي تحيط به والتي يقوم بالتعرض إليها ؛ و مؤسسات الصحة تهدف الى توفير بيئة صحية لكل الافراد داخل المجتمع و القيام بتنقيف الأفراد صحيا من اجل ان يتم السيطرة على الامراض الانتقالية .

كما تقوم بتوفير الخدمات الصحية والتمريضية والطبية و القيام بتوفير العلاج المناسب و القيام بتقديم المساعدات لتأمين العيش المطلوب من كل فرد و القيام بتوفير الحد الاعلى من الصحة المثالية ؛ و السعي الى توفير الخدمات الصحية و العقلية و النفسية .

تعريف الصحة

الصحة تعرف على حسب منظمة الصحة العالمية على أنها " حالة تمتع الجسم بالرفاهية بكل اشكالها بدنية و عقلية و اجتماعية و نفسية ؛ و ليس مجرد خلو الشخص من الامراض او الاستسلام الى العجز و تتضمن العديد - : من الجوانب و التي يحتوى عليها تعريف الصحة و هي

1. الجانب الجسماني أو البدني
2. الجانب العقلي و النفسي
3. الجانب الاجتماعي

اقرأ ايضا تقرير عن الكربوهيدرات*

دور الصحة العامة

تلعب دورا هاما للغاية في القيام بحماية صحة المجتمع بالكامل و تعزيزها ؛ و إما أن تكون الصحة العامة المجتمعات صغيرة أو أن تكون كبيرة جدا ؛ و الكثير من واجبات الصحة العامة ترتبط بالقضايا الصحية و التي . يواجهها الأفراد خلال حياتهم اليومية

و الامثلة على ذلك " الحفاظ على مياه الشرب ؛ ضمان سلامة الطعام في المطاعم المحلية و غيرها الكثير " ؛ و تلعب الصحة العامة دورا أساسيا في مجالات الصحة المختلفة و التحضير الى حالات الطوارئ و الكوارث و صحة الأسنان و القيام بتحديد الأسباب المؤدية الى الوفاة ؛ انها تقوم بالتركيز على محاولة الوقاية من المرض . أكثر من تركيزها على العلاج

أهمية الرعاية الصحية

إن الرعاية الصحية هي عبارة عن مجموعة من الخدمات والإجراءات الوقائية التي تقوم بتقديمها مديرية الرعاية الصحية الأساسية و كذلك المؤسسات التابعة لها و لكل أفراد المجتمع عامة بهدف القيام برفع المستوى الصحي للمجتمع و أن تحد من حدوث الأمراض و انتشارها و تتضمن القيام بتقديم الخدمات التي تؤدي الى النهوض . بالمستوى الصحي العام

تقوم بالاعتناء بالأمهات خلال فترة الحمل و الولادة و الاهتمام بتغذية الأطفال و القيام بتلقيح المطاعيم اللازمة في الوقت المناسب ؛ القيام باكتشاف العلامات و الأعراض الدالة على المرض في وقت مبكر لكي تتفادى حدوث المضاعفات .

. كما تهدف الى المحافظة على نظافة البيئة و كذلك الحفاظ على سلامة الماء من التلوث

عناصر الرعاية الصحية

التربية الصحية ؛ التحصين و التغذية ؛ مكافحة الأمراض المستوطنة ؛ علاج الامراض الشائعة ؛ توفير الادوية . المناسبة ؛ الماء و تدابير حفظ الصحة العامة

مستويات الرعاية الصحية

رعاية صحية أولية

و هي الخدمات والإجراءات الوقائية التي يتم تقديمها في الكثير من المراكز الصحية و عيادات الامومة و الطفولة . و الهدف منها يكون تحسين مستوى الصحة و الحد من انتشار المرض و القيام بنشر التوعية في كافة المناطق

رعاية صحية ثانوية

التي يتم تقديمها بعد حدوث المرض و في داخل المراكز المتكاملة و عيادات التخصص و هي الخدمات الصحية المستشفيات ؛ و هي تتضمن القيام بإجراء الفحوصات التشخيصية و القيام بتقديم العلاج المناسب و دراسة نسبة مدى حدوث المضاعفات لكي تتجنب حدوثها بالطرق المناسبة

رعاية صحية تاهيلية

و هي الخدمات التي يتم تقديمها بعد الاصابة بالمرض و حدوث العاهات الدائمة أو المزمنة و هي لا يمكن القيام بتقديمها في المستوى الاول او الثاني ؛ و هي تعتبر خدمات تاهيلية متخصصة في مجالات الجراحة و الطب و . يتم تقديمها في المؤسسات الاختصاصية

و تقوم بمساعدة الفرد على استعادة قدرته على ممارسة انشطة الحياة اليومية باكبر قدر ممكن من خلال الاعتماد . على النفس أو عن طريق مساعدة أحد أفراد العائلة

انواع الصحة

الصحة الجسدية

- : من اهم طرق العناية بالصحة الجسدية هي

الاهتمام بشرب الماء بشكل مستمر وبكميات كبيرة لأن الخلايا الموجودة في الجسم تحتاج إلى وجود الماء لكي تتمكن من القيام بوظيفتها ؛ الحرص على التغذية السليمة والجيدة و القيام بتناول الأطعمة التي تحتوي على . الدهون و الفيتامينات و السكريات

الاهتمام بممارسة الرياضة لأن الرياضة تساعد في تنشيط الدورة الدموية و على وصول الدم الى كل اجزاء الجسم ؛ و يجب ان تستمتع بشكل كاف من النوم لان الراحة التي تكفي الجسم تجعله أكثر نشاطا و قدرة للقيام بالمهام المختلفة و لكن كل من التعب و السهر يؤثر بشكل كبير على الجسم ومن الممكن أن يؤدي إلى أمراض مختلفة .

عليك أن تقوم بالاهتمام الشديد بالنظافة العامة لكي تساعد جسمك في الحماية من الجراثيم و الميكروبات و . الفيروسات و التي يكون لها الدور الكبير في انتشار الأمراض

الصحة النفسية

ان الصلاة والعبادة لله سبحانه وتعالى تعد هي غذاء الروح وانشراح للصدر و الاحساس بالسعادة و الراحة ؛ و على العكس من ذلك فإن القيام بارتكاب الذنوب والمعاصي من الممكن أن يتسبب الانسان بالامراض النفسية من . الحزن و الكابة و الهم

من الواجب على الشخص أن يقوم تجنب الضغوطات النفسية التي تقوم بالتأثير بشكل سلبي على الصحة النفسية . فإن الطاقة السلبية عند اجتماعها داخل جسم الإنسان تتسبب في الكثير من الأمراض النفسية

التي يصاب من الأفضل ان تعمل على تغيير نظام الحياة اليومي حيث يلعب هذا دورا كبيرا في الأمراض النفسية بها الانسان ؛ لان وجود الملل في حياة الأشخاص بسبب الروتين اليومي من اكثر الاسباب التي قد تؤدي الى . الاصابة بالامراض النفسية

الصحة العقلية

من أجل الحفاظ على الصحة العقلية فمن الأفضل أن يفكر الإنسان في الأمور الإيجابية وأن يبتعد عن الأفكار والآراء السلبية و التي تسبب الإحباط له ؛ و من الأفضل أن يبتعد عن الضغوطات النفسية التي تقوم بإرهاق العقل بشكل كبير ؛ و ان يهتم بالعلاقات الاجتماعية لأنها تؤثر بشكل كبير جدا على صحة الإنسان و تعمل على زيادة الصحة العقلية

العوامل التي تؤثر على الصحة

عوامل المرتبطة بالإنسان

و تشمل العادات و التقاليد و السلوكيات ؛ كما تضم نوع العمل الذي يعمل به هذا الإنسان وكذلك كل من جنسه أو عمره و العوامل الوراثية في عائلته

عوامل المرتبطة بالبيئة

. البيئة الاجتماعية المحيطة به ؛ البيئة البيولوجية ؛ البيئة الطبيعية والبيئة الثقافية

العوامل المسببة للمرض

. العوامل الفيزيائية ؛ العوامل الكيميائية ؛ العوامل الحية ؛ العوامل النفسية والمشاكل الوظيفية و غيره

الأماكن التي تقدم الخدمات الصحية

. القطاع العام " الحكومي " و يتمثل في وزارة الصحة

. القطاع الخاص و هو يتمثل في المستشفيات و الاماكن الخاصة

. القطاع الدولي و الذي يتمثل في منظمات الصحة العالمية

مسؤوليات العاملين في الصحة العامة

من الواجب على الأشخاص الذين يعملون في الصحة العامة والمتخصصين ان يقوموا بالتدريب على اداء واحدة - : أو أكثر من الخدمات الرئيسية العشرة و هم

القيام بتثقيف الناس حول القضايا الصحية و خصوصا للأفراد الذين لا يحصلون على خدمات و الذين يكونون معرضون لخطر الإصابة بالأمراض

القيام بربط الناس بالخدمات الصحية الشخصية و التي تكون ضرورية جدا لهم و القيام بضمان توفير الرعاية الصحية عندما لا يكون هذا متاح

القيام بتقييم فعالية الخدمة الصحية الشخصية و العامة بالإضافة إلى سهولة الوصول إليها في اى وقت ومعرفة جودتها

القيام بمراقبة الحالة الصحية فى داخل المجتمع و ما هى المخاطر التى من الممكن ان يتعرض اليها هذا المجتمع . ؟ و التحقق منها و من كيفية الاستعداد لها

القيام بتشخيص المشاكل الصحية و المخاطر فى داخل المجتمع و التحقق من هذه الأمراض و كيفية التعامل معها . و التوعية لها

. القيام بتجميع الشركات المجتمعية للقيام بتحديد و حل المشكلات الصحية الموجودة فى المجتمع

. الضمان فى أن تجد قوة عاملة مختصة فى مجال الصحة العامة والصحة الشخصية فهى من اهم العناصر

. القيام بتطوير كل من الخطط و السياسات التى تقوم بدعم الجهود الصحية سواء كانت فردية أو جماعية

. القيام بتنفيذ جميع اللوائح و القوانين التى تقوم بحماية الصحة و تضمنها

. الحث والتشجيع على القيام بتبني رؤي جديدة و الحلول المبتكرة التى تعمل على حل المشاكل الصحية

اضرار تلوث البيئة على صحة الأشخاص

أن التلوث الإشعاعي الناتج من تفعيل اليورانيوم من الممكن ان يؤدي الى حدوث التشوه للاجنة و ظهور العيوب الخلقية بهم و ذلك يكون بسبب تعرض المرأة الحامل الى اشعاع ناتج من مفاعلات نووية أو من محطات توليد كهرباء .

إن تلوث التربة له دور كبير جدا على صحة الانسان حيث ان تلوث التربة الزراعية ينتج عنه بعض الأمراض و التى تؤثر على الجهاز الهضمي و الفشل الكبدى و غيره ؛ كما ان سقوط الامطار الحامضية يؤثر بشكل كبير . على صحة الإنسان بسبب حدوث اختلال الهيدروجينى فى الماء و التربة

إن ظاهرة الاحتباس الحرارى التى ادت الى العديد من الكوارث فى الطبيعة و البيئة و قامت بتأثير بالغ على " صحة الانسان مثل " ذوبان الجليد ؛ ارتفاع درجة حرارة سطح الأرض

إن عدم وجود رقعة زراعية قد أدى إلى زيادة نسبة غاز ثانى اكسيد الكربون و انخفاض نسبة غاز الاكسجين و هو هام جدا فى عملية التنفس للكائنات الحية و لذلك فقد ادى ذلك الانخفاض الى امراض خطيرة تصيب الجهاز التنفسي .

استشهادات عن الصحة

{ قال الله تعالى { ولا تقتلوا أنفسكم إن الله كان بكم رحيما

{ وقال تعالى { ولا تعلقوا بأيديكم إلى التهلكة

. { و قال تعالى { إن الله يحب التوابين ويحب المتطهرين

خاتمة قصيرة عن الصحة العامة

إن الصحة من أهم الأشياء التى يتمتع بها الإنسان فى الحياة و من أهم النعم التى أنعم الله بها عليه فيجب أن يشكره على هذه النعمة بالحفاظ عليها و الاعتناء بها