

الصحة العامة

مفهوم الصحة Health

تعتبر المحافظة على الصحة وتقويتها لدى أفراد المجتمع واحدةً من الواجبات الأساسية المطلوبة للحالة الصحية الجيدة⁰ لقد عرف العالم (Perkins) الصحة بأنها حالة التوازن النسبي لوظائف الجسم، وان حالة التوازن هذه تنتج من تكيف الجسم مع العوامل الضارة التي يتعرض لها، وان تكيف الجسم عملية ايجابية تقوم بها قوى الجسم للمحافظة على توازنه .

كما اقترحت **هيئة الصحة العالمية** تعريفاً للصحة، والذي أصبح محل اتفاق معظم الهيئات المعنية بأمور الصحة والتربية الصحية، وصار تداوله على نطاق واسع، ومفهوم الصحة كما حددته تلك المنظمة هو: "حالة كون الفرد سليماً من الناحية البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية وليست مجرد خلو جسمه من المرض والعجز"⁰ وقد عد هذا التعريف بمثابة هدف أكثر من كونه تعريف حيث انه أكد ارتباط الجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية في الإنسان وهذه العناصر بالنسبة للصحة مثل عناصر الطيف الضوئي بالنسبة للضوء الأبيض فإذا انتقص أي عنصر من هذه العناصر ينتج عنه عدم تكامل الصحة .

مفهوم الصحة العامة – مكوناتها – وكيفية تحقيقها

لقد جرت عدة محاولات لتعريف الصحة العامة في مفهومها الحديث واهم هذه التعاريف وأشهرها التعريف الذي وضعه العالم (Winslow) سنة 1920 وقد أورد أن الصحة العامة هي علم وفن للوقاية من المرض وإطالة العمر وترقية الصحة والكفاية وذلك بمجهودات منظمة المجتمع من اجل صحة البيئة ومكافحة الأمراض المعدية وتعليم الفرد والصحة الشخصية وتنظيم خدمات الطب والتمريض للعمل على التشخيص المبكر والعلاج الوقائي للأمراض وتطوير الحياة الاجتماعية والمعيشية ليتمكن كل مواطن من الحصول على حقه المشروع في الصحة والحياة .



ويمكن تلخيص مكونات الصحة العامة بالجدول ادناه :

مكونات الصحة			
الطب الوقائي على مستوى المجتمع.	الطب الوقائي على مستوى الفرد: الصحة الشخصية استعمال الادوية العلاج المبكر	صحة البيئة	الصحة الشخصية
		مياه الشرب	التغذية
		تصريف الفضلات	النظافة
		القمامة	النوم
		الاغذية	الراحة
		تهوية	الرياضة
		اضاءة	العناية بالعينين

إن الصحة العامة او الصحة الاجتماعية في مفهومها الحديث اشمل وأوسع من الصحة الشخصية او صحة البيئة او الطب الوقائي او الطب الاجتماعي وفي الواقع أن الصحة العامة يمكن تحقيقها من خلال الوسائل التالية :

- ضمان القدر الكافي للجميع من الانواع الصحيحة من الاغذية.
- توفير الامداد الوافي من مياه الشرب النقية.
- الاصحاح البيئي الاساسي.
- التحصين ضد الامراض المعدية الرئيسية لجميع الاطفال.
- توفير الرعاية الطبية للجميع بطريقة سهلة الحصول ومعقولة اجتماعيا.
- رفع المستوى الاجتماعي المتمثل في درجة حرية الارادة لدى الجميع وكذلك رفع درجة الانتاجية الاجتماعية والاقتصادية وسد الثغرات في توزيع الموارد الصحية.

المؤشرات العامة لقياس مستويات الصحة في المجتمع

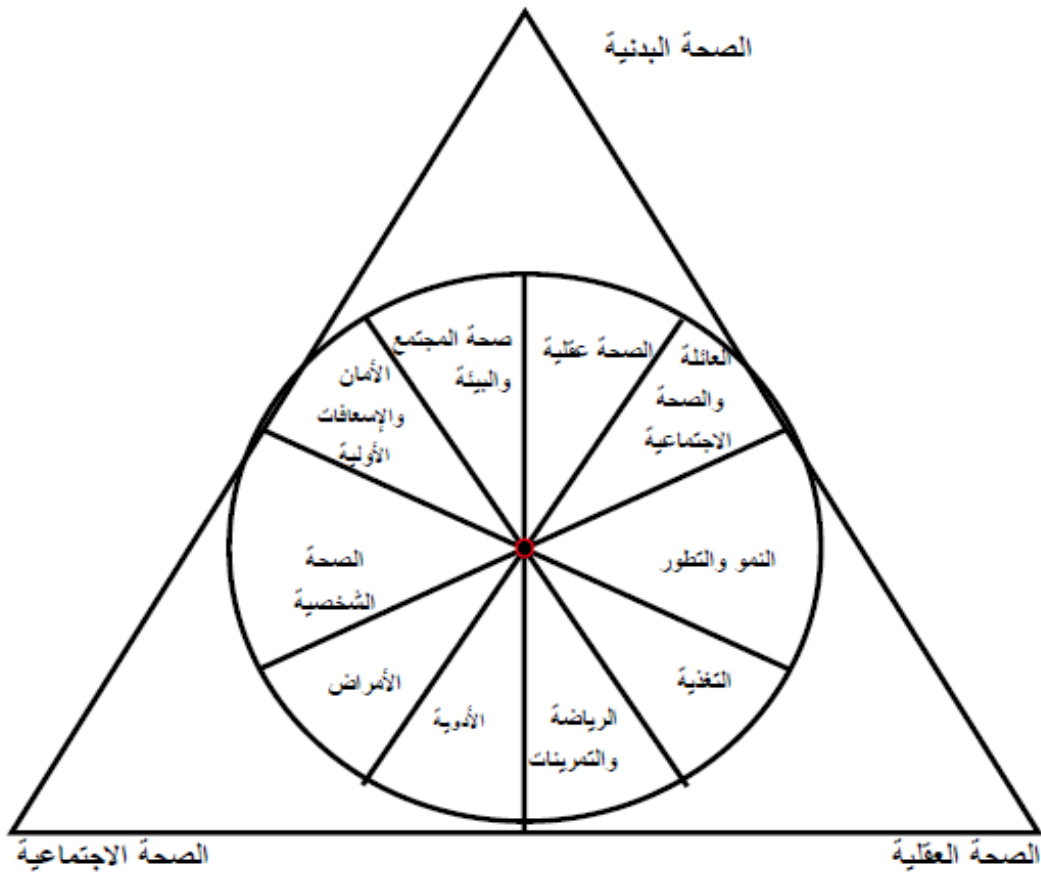
- أولا :- مقاييس إيجابية مثل معدل المواليد وطول العمر المتوقع .
- ثانيا :- مقاييس الوفيات مثل معدل الوفيات العام، معدل وفيات الأطفال الرضع ومعدل وفيات الأمهات .
- ثالثا :- معدلات الأمراض مثل الأمراض الحادة والمزمنة والأمراض الوراثية والعقلية.

رابعاً :- مقاييس الأمراض الاجتماعية مثل الانحراف والجريمة، الفقر الشديد، الإدمان، الطلاق والأمية.

الصحة لا تعنى الخلو من الأمراض، ولكن الصحة مفهوم أوسع للحياة يشمل:

- 1- الصحة الجسدية العضوية.
- 2- الصحة العقلية وتشمل النفس.
- 3- الصحة الاجتماعية، وهي علاقة الشخص مع الآخرين.

الخلاصة هي أن تعيش حياة متوازنة، كما يمثلها مثلث الصحة في الشكل ادناه، وهو مثلث متساوي الأضلاع، كل زاوية تمثل نقطة من نقاط الصحة وهي: الصحة البدنية، الصحة العقلية، الصحة الاجتماعية وهي تمثل الحياة المتعادلة. يتقاطع مع المثلث دائرة داخلية وهي دائرة التصرفات والأفعال وتنقسم إلى 10 أجزاء مؤثرة على الصحة، مركز الدائرة يمثل تقاطع الأقطار وترمز إلى التأثير الكلي للفعل الواحد سواء كان إيجابياً أو سلبياً على نوعية الحياة.



مثلث الصحة

عوامل ومسببات المرض:

العوامل المتعلقة بالمرض تشمل:

- 1- عوامل مسببات المرض.
- 2- عوامل الانسان المضيف.
- 3- عوامل تتعلق بالبيئة.

1- عوامل مسببات المرض تشمل :

1- المسببات الحيوية

- أ- مسببات من أصل حيواني مثل كائنات وحيد الخلية كالأميبيا ، أو طفيلي الملاريا أو تكون متعددة الخلايا مثل الديدان (البلهارزيا - الانكلستوما - الإسكارس).
- ب- مسببات من أصل نباتي مثل (الفطريات -البكتريا - الفيروسات)0

2- المسببات الغذائية

وفيها يكون سبب الأمراض نتيجة قلة الغذاء أو كثرته في الجسم0

3- المسببات الكيميائية

وهذه تكون خارجية (من البيئة) مثل مركبات الرصاص والزرنيخ، وقد تكون داخلية، أي تنشأ داخل الجسم مثل المواد التي تتكون في الدم أثناء مرض البول السكرى أو التسمم البولي أو التسمم الكبدى0

4- المسببات الطبيعية

مثل الحرارة- الرطوبة- الضوء- الضوضاء- الكهرباء- الإشعاعات0

5- المسببات العضوية والوظيفية

مثل الهرمونات التي تفرزها الغدد الصماء داخل الجسم0

6- المسببات النفسية والاجتماعية

مثل الضغط العاطفي- ضغط الحياة الحديثة- الإحساس بالمسؤولية- عدم الأمان في العمل أو الوطن أو المنزل- الإدمان على المشروبات الروحية أو المخدرات0

7- المسببات الميكانيكية

تشمل الحوادث الطبيعية، والتي هي من عمل الانسان.

2- عوامل الانسان المضيف للمرض فيقسم الى :

أ- مقاومة طبيعية عامة

- 1- الجلد والاعشية المخاطية المغلقة لأجهزة الجسم الحيوية حيث يقوم بمناعة ميكانيكية كما هو في القصبة الهوائية وكذلك عن طريق الافرازات كما في الدموع.
- 2- مناعة كيميائية مثل اللعاب والدمع وحامض العصارات المعدية.
- 3- الدم والبلازما وما يحتويه من خلايا بيضاء بأنواعها.
- 4- خلايا المقاومة وهي التي تبتلع وتقتل الميكروبات وعادة تكون على نوعين ثابتة في الانسجة او سابحة في البلازما.

ب- المقاومة النوعية

وتكون مناعة طبيعية موجودة بالجسم او تكون مناعة مكتسبة وهي اما مناعة مكتسبة طبيعيا او مناعة نوعية مكتسبة عن طريق التحصين.

ج- العوامل الوراثية

مثل الامراض الوراثية التي تنتقل من جيل الى اخر مثل داء السكري وعمى الالوان والعمى الليلي وامراض الحساسية وغيرها.

د- عوامل اجتماعية وعرقية

وهي عوامل تتعلق بالعادات والتقاليد وطرق المعيشة والمستوى الاقتصادي والاجتماعي مثل عادات اعداد الطعام وعادات متعلقة بالنظافة الشخصية وعادات دينية.

هـ- عوامل العمر والجنس

ان لكل عمر معين احتمال اصابة بأمراض معينة مثل الامراض المعدية والانتقالية وسوء التغذية اكثر ما تصيب الاطفال.

3- عوامل تتعلق بالبيئة

1- اما ان تكون عوامل محيطية مثل العوامل الجغرافية والمناخ والجيولوجية حيث ان الامراض التي تنتشر بالجبال تختلف عن الامراض في المناطق الصحراوية، او امراض المناطق الحارة تشجع تكاثر مسببات او ناقلات امراض معينة غير موجودة في المناطق الباردة.

2- او ان ثقافته اجتماعية حضارية، وتشمل درجة ثقافة الانسان وعلاقته مع السكان والكثافة السكانية المستوى الاقتصادي ونوع الاسكان.

مجالات الصحة العامة وميادينها:

الخدمات التي تقدمها الإدارات الصحية منفردة او بالاشتراك مع غيرها تشمل:

أولاً" : مجال صحة البيئة ويشمل :

- المسكن الصحي - تخطيط المدن والقرى - المياه الصالحة للشرب - الاستعمال الآدمي -
- وجمع تصريف الفضلات - جمع وتصريف القمامة - حماية الأنهار من التلوث - مكافحة
- الحشرات والفئران - مراقبة المواد الخطرة ومخلفات الصناعة - حماية الجو من التلوث .

ثانياً" : مجال الصحة والفردية والاجتماعية وتشمل :

- أ- رعاية الحوامل (قبل الولادة وأثناء الولادة وبعد الولادة) .
- ب- رعاية الأطفال سواء كانوا في سن الرضاعة او قبل المدرسة او في المدرسة .
- ج- رعاية البالغين بما في ذلك عمال المصانع .
- د- رعاية المسنين .
- هـ- رعاية المعوقين .

ثالثاً" : مجال مكافحة الأمراض المعدية ويشمل :

- الحجر الصحي - التحضين - العزل - التطهير.

رابعاً" : المجال العام ويشمل :

- التغذية - التربية البدنية - التربية الصحية (عقليا وبدنيا) - مجال الإمدادات والتجهيزات
- الطبية - مجال التسجيل والتحليل الاحصائي.

خامساً" : مجال التعليم المهني ويشمل :

- 1- على مستوى المعاهد والكليات .
- 2- الدراسات العليا .
- 3- الدراسات التنشيطية قبل الخدمة وأثناء الخدمة .

سادساً" : مجال الأبحاث وتشمل :

- البحوث الأساسية - بحوث التشغيل - البحوث التطبيقية .