



www.massira.jo

مبادئ في الصحة والسلامة العامة

Principles Of Public Health & safety

تلاقيشات نهلة البياري ابراهيم اباطة

شذى نزال منى عبدالرحيم



رقم التصنيف : 362.1
المؤلف ومن هو في حكمه : نالا قطيشات/ نهلة البياري/ ابراهيم اباطة/ شذى نزال/ منى عبدالرحيم
عنوان الكتاب : مبادئ في الصحة والسلامة العامة
رقم الإيداع : 2006/10/2869
الواصفات : الرعاية الصحية/ الخدمات الصحية/ الصحة البشرية
بيانات النشر : عمان - دار المسيرة للنشر والتوزيع

تم إعداد بيانات الفهرسة والتصنيف الأولية من قبل دائرة المكتبة الوطنية

حقوق الطبع محفوظة للناشر

جميع حقوق الملكية الأدبية والفنية محفوظة لدار المسيرة للنشر والتوزيع عمان - الأردن
ويحظر طبع أو تصوير أو ترجمة أو إعادة تنضيد الكتاب كاملاً أو مجزأً أو تسجيله على اشرطة
كاسيت أو إدخاله على الكمبيوتر أو برمجته على إسطوانات ضوئية إلا بموافقة الناشر خطياً

Copyright © All rights reserved

No part of this publication may be translated,
reproduced, distributed in any form or by any means, or stored in a data base
or retrieval system, without the prior written permission of the publisher

الطبعة الأولى 2002م - 1423هـ
الطبعة الثانية 2007م - 1427هـ
الطبعة الثالثة 2009م - 1429هـ
الطبعة الرابعة 2011م - 1432هـ
الطبعة الخامسة 2013م - 1434هـ
الطبعة السادسة 2015م - 1436هـ
الطبعة السابعة 2016م - 1437هـ
الطبعة الثامنة 2019م - 1440هـ



دار
المسيرة
للنشر والتوزيع والطباعة

شركة جمال أحمد حيف وإخوانه

عنوان الدار

الرئيسي : عمان - العبدلي - مقابل البنك العربي هاتف : 962 6 5627049 فاكس : 962 6 5627059
الفرع : عمان - ساحة المسجد الحسيني - سوق البتراء هاتف : 962 6 4640950 فاكس : 962 6 4617640
صندوق بريد 7218 عمان - 11118 الأردن

E-mail: Info@massira.jo . Website: www.massira.jo

التصميم والاضراج : دائرة الانتاج

www.massira.jo

مبادئ في
الصحة والسلامة العامة

Principles Of Public Health & safety

تالاقطيشات نهلة البيارى ابراهيم اباطة
شذى نزال منى عبدالرحيم



الفهرس

11المقدمة

الفصل الأول

الصحة والرعاية الصحية

15 مفهوم الصحة

17 مفهوم المرض

18 العوامل المؤثرة في الصحة

23 الرعاية الصحية وأهميتها للفرد والمجتمع

23 عناصر الرعاية الصحية الأولية

24 مستويات الرعاية الصحية

25 منظمات الصحة الوطنية والدولية

26 الخدمات الصحية في الأردن

28 مديرية الرعاية الصحية الأساسية

29 قانون الصحة

30 الخدمات الصحية لذوي الاحتياجات الخاصة

34 الصحة المدرسية: أهمية الخدمات الصحية المدرسية

الفصل الثاني

الصحة الشخصية

41	الصحة الشخصية وأهميتها.....
42	الأمر الصحية اليومية
42	العناية بالجلد والبشرة وأعضاء الجسم
44	العناية بأعضاء الجسم المختلفة.....
50	المنظفات (التنظيف، التطهير، التعقيم).....
54	الصحة والملابس
56	الصحة والرياضة
57	الصحة والنوم.....
59	الجلسة الصحية والمطالعة السليمة

الفصل الثالث

الفحص الطبي

63	أهمية الفحص الطبي
65	إجراءات الفحوصات الطبية
75	التنظير (تنظير تشخيصي وعلاجي)
76	الفحوصات النفسية
77	الفحص بالأمواج الصوتية
77	الفحص بالأشعة السينية

الفصل الرابع

صحة البيئة

81	تعريف البيئة
81	برنامج الصحة البيئية
83	الأسرة والبيئة
84	الملوثات البيئية
101	التخلص من الفضلات
104	السكن الصحي
106	مكافحة الحشرات والقوارض

الفصل الخامس

مكافحة الأمراض

115	علم الوبائيات
115	الطرق الوبائية
116	الأمراض المعدية ومكافحتها
120	مواقف الجسم من حدوث العدوى ودخول الميكروب
122	الأمصال والمطاعيم
125	الصحة الوقائية ومكافحة الأمراض

الفصل السادس

العناية بالمريض

155	تدبير الحالات المرضية في المنزل
-----	---------------------------------------

157	اساليب التدابير المنزلية (التمريض) البسيطة المتبعة في بعض الحالات
157	ارتفاع درجة الحرارة
159	الإمساك
160	الإسهال
161	الجفاف
162	السعال
164	الرشح والزكام
166	إلتهاب اللوزتين والحلق
169	الصرع

الفصل السابع

التمريض المنزلي

175	مزايا التمريض المنزلي
177	العناية بنظافة المريض
181	قياس درجة الحرارة
184	قياس النبض
185	الضغط الدموي الشرياني

الفصل الثامن

مضار الأدوية والإدمان

191	الدواء ومنع المرض
196	الإدمان على القهوة والشاي

198	حبوب منع الحمل
200	التدخين ومضاره
204	الكحول ومضاره
207	المخدرات والإدمان

الفصل التاسع

السلامة في المنزل

215	أسس السلامة العامة في تصميم المنزل وبنائه
219	أسس السلامة العامة في الأثاث والأدوات المنزلية والملابس
222	أسس السلامة العامة عند استخدام المواقد والغسيل والكي والخياطة
229	حماية الأطفال من السقوط والجروح والعبث بالكهرباء والحروق والتعرض للحوادث أثناء اللعب وقطع الشارع
235	حماية المسنين من الحوادث والإصابات

الفصل العاشر

السلامة المهنية

239	متطلبات السلامة المهنية في المختبرات والورش
247	ما هي مصادر الخطر في المختبرات؟
248	حفظ المواد الكيميائية ومناولتها

الفصل الحادي عشر

الحرائق، حوادث المرور وإجراءات الإسعافات الأولية

255	الحرائق
-----	---------

255	مقدمة
256	أسباب الحرائق
258	مكافحة الحريق والوقاية منه
263	حوادث المرور والحد منها
264	أسباب الحوادث المرورية
265	الحد من الحوادث المرورية
266	التوعية المرورية
267	مهام وواجبات الدفاع المدني
269	إجراءات الإسعافات الأولية
269	أهداف الإسعاف الأولي
269	اساسيات الاسعافات الأولية
270	أولويات الاسعاف للإصابات المختلفة
271	التنفس الاصطناعي
276	نقل المصاب إلى الطبيب
279	الملاحق
299	المراجع