

بحث حول المرض والأدوية سنة ثالثة

تعريف المرض

المرض هو حالةٌ خارجةٌ عن الطبيعة تصيب أعضاء الجسم بأضرارٍ متفرقة، فتوقف عمل وظائفه إما مؤقتاً أو لفترةٍ طويلة، يشعر إثرها المصاب وهو المريض بضعفٍ وتعبٍ وعدم القدرة على إنجاز أمور حياته بشكلٍ سليمٍ كما في الوضع الطبيعي.

أنواع المرض

- **الأمراض الجسدية** التي تصيب الجسم مثل أمراض القلب والدماغ والرتتين والسرطان والرشح والإنفلونزا، وتعود على جسم الإنسان بأضرار جسيمةٍ قد تؤدي إلى الوفاة، أو طول مدة المرض وطول علاجه.

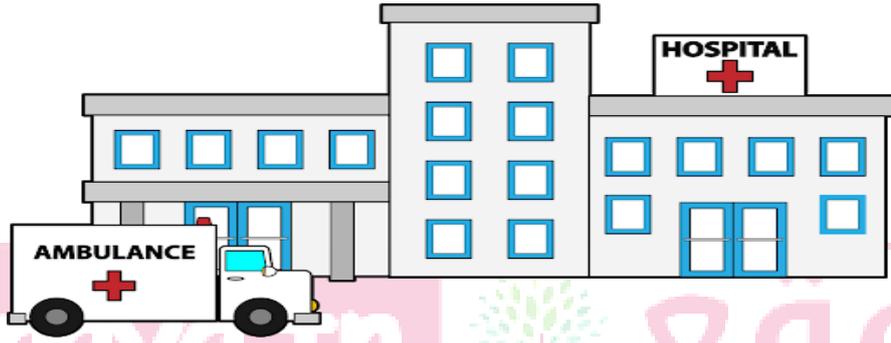


- **الأمراض النفسية** والتي تتعلق بالحالة الشعورية عند الإنسان، مثل أمراض الاكتئاب والإحباط وفصام الشخصية وغيرها، والتي تؤدي في بعض الحالات إلى الانتحار، أو الشعور الدائم بالصغار وضعف الشخصية، وبالتالي تكون حياة الشخص المصاب بها غير صحية.



علاج الأمراض

- يتم علاج الأمراض بالمستشفيات أو العيادات الطبية وله عدة طرق منها:
 - تناول الدواء والعقاقير ليصل المريض إلى حالة الشفاء، وهو عبارة عن مواد كيميائية ذات أهدافٍ علاجيةٍ لرجوع وظائف جسمه وعقله إلى وضعها الطبيعي.
 - العلاج النفسي الذي يقوم على سماع الموسيقى الهادئة أو القيام برحلاتٍ في الطبيعة والتمتع بمناظرها الخلابة التي تشفي الأمراض، أو الاشتراك بمجموعاتٍ علاجيةٍ من شأنها دعم المريض.



9raya.tn



الوقاية من الأمراض

- هناك العديد من أساليب الوقاية من الأمراض ومن بينها:
- الابتعاد عن مسببات الأمراض والحفاظ على الصحة مثل الابتعاد عن المرضى المتواجدين حوله، تناول الغذاء الصحي الذي يقلل من فرصة حدوث الأمراض ويمد الجسم بالطاقة والعناصر الغذائية المهمة له.
 - اتباع السلوكيات الصحية المختلفة مثل الامتناع عن التدخين وشرب القهوة والمنبهات الأخرى. النوم الكافي ليلاً ويُفضل أن تكون ساعات النوم 8 ساعات يوميًا.

