المرشدة نور





قصص «من طفل - إلى - طفل» - ٥



ورشة الموارد العربية

ورشة الموارد العربية

سلسلة قصص "من طفل - إلى - طفل" - ٥

المرشدة نور

قصة عن مخاطر الإلتهاب الرئوي والحمّى

اقتباس وإعداد : أمل الزين

مراجعة وتطوير : د٠ محجوب عمر و مايكل سْكوت و «ورشة الموارد العربية»٠

الرسوم : عدنان الشريف

عن نص من إعداد : پاولتا إدْواردز

فريق المشروع : كِنْ كريبْوِل، كوليْتْ هُوز، هْيُو هُوز، ديفيد مُورْلي، فْيُوليت موجِيْسا، أنيس وَالجِي، جون وِيْبْ٠

"من طفل - إلى - طفل": برنامج عالمي كان أطلقه معهد صحة الطفل في جامعة لندن٠ وهو يقوم على تعليم الأطفال الاهتمام بصحة وخير الآخرين في مجتمعهم الصغير٠ ويشمل هذا الإهتمام: الإخوة والأخوات الصغار والأطفال الآخرين في المدرسة، وأهالي الحي أو القرية عموماً٠ تقوم كل قصص هذه السلسلة على مفهوم مساعدة الأطفال بعضهم بعضاً، وعلى التقليد الشائع في البلدان العربية وغيرها، حيث يُسهم الأطفال الكبار في رعاية إخوتهم وأخواتهم الصغار والرضّع٠

كلمة الى الأهل والمربّين والمساعدين الصحيين

الإلتهاب الرئوي مرض خطير. وهو يقتل الأطفال الصغار خلال ساعات إنْ لم يعالج بسرعة شديدة. إنه أحد الأسباب الشائعة لوفاة الأطفال. أما أهم أوجه العلاج فهي: المضادات الحيوية، وشرب الكثير من السوائل، واستخدام ماء معتدل البرودة لغسل الجسم بقصد خفض الحرارة.

هذه قصة فتاة عمرها ١١ سنة تنقذ حياة أخيها الصغير المصاب بالتهاب رئوي، وذلك بفضل سرعة تصرّفها ورعايتها الطيبة. تؤكد هذه القصة على أهمية معرفة علامات الالتهاب الرئوي وضرورة معالجته مبكراً. وهي تُظهر الدور الذي يمكن أن يلعبه الأطفال الكبار في محاربة هذا المرض. لقد تم اقتباس النص الأصلي وتطوير إطاره القصصي من دون المساس بالجوهر الصحي. ويقوم النص الانجليزي على إستعراض ٦ دورس تقدمها المرشدة الصحية في مدرسة بطلة القصة "نور"، وفيها سرد أعراض المرض وطرق معالجته ورعاية المريض.

* الطبعة العربية الأولى، ١٩٩١

* جميع الحقوق محفوظة.

* الناشر: "ورشة الموارد العربية"، ص ب ٧٠٤٧، نيقوسيا – قبرص
ARC, Arab Resource Collective: P.O.Box 7047, Nicosia - Cyprus
Tel: (357-2) 452670, FAX 458212, Tlx 5223 Rawafid Cy.

* تصدر هذه القصة بدعم من "صندوق انقاذ الطفولة" Save The Children Fund وهيئة "كريستيان إيد" Christian Aid في المملكة المتحدة و "خبز من أجل العالم" Brot Fuer Die Welt في ألمانيا.

* تم إعداد هذه القصة بتصرّف عن النص الأصلي الصادر عام ١٩٨٥:
Down With Fever, by Pauletta Edwards; CHILD-to-child Readers

* أشرف على إعداد مادتها العلمية فريق من الاختصاصيين شمل:
Ken Cripwell, World Health Organisation / Institute of Education London; Dr. Pauletta Edwards, Save The Children Fund, Zanzibar; Shan Griffith - Pinna, Curriculum specialist; Colette Hawes, Language specialist; Hugh Hawes, Child-to-child Trust, Institute of Education, London; Dr. Keith Lowe, educational consultant, Kingstone, Jamaica; Augustine Veliath, Voluntary Health Association of India; Professor David Morley, Institute of Child Health , London UK.

---

* "ورشة الموارد العربية" مؤسسة عربية مستقلة ذات منفعة عامة، لا تتوخى الربح التجاري، هدفها إعداد ونشر وتوزيع الكتب والمواد التعليمية والتثقيفية اللازمة في مشاريع الرعاية الصحية وتنمية المجتمع في البلدان العربية. تأسست "الورشة" في قبرص، ١٩٨٨ من قبل مجموعة من العاملات والعاملين في حقول الرعاية الصحية الأولية، وتنمية المجتمع، والتربية، والنشر.

نُزهةٌ في البُستان

نهضتْ نُورُ مبكّرةً من نومها. وأخذتْ تُساعدُ أمّها في تنظيف البيت.

نورُ عُمرُها إحدى عشرةَ سنةً ولها أخَانِ وأختٌ واحدة.

أخُوها الكبيرُ عُمرُهُ سبعةُ أعوامٍ واسمُه كَريم. وأخوها الصغيرُ عمرُه خمسةُ أعوامٍ واسمُه فيصل. أمّا أختُها الصغيرةُ لمياءُ فعُمرُها ثلاثةُ أعوام.

تعيشُ نورُ مع أمّها وأبيُها وإخوتِها في بيتٍ صغيرٍ في قريةٍ صغيرة.



كان اليومُ هو أولُ أيّامِ العُطلةِ الصَّيفيَّة.

قالَت الأمُّ لنور:

"يا نور، أنا ذاهبةٌ لزيارةِ ابْنَةِ عمَّتي عَزيزة. لقد أنْجَبَتْ ولداً بالأمس، وقَدْ تكونُ في حاجةٍ إلى مُساعَدة. سآخُذُ لها بعضَ الخُضَرِ والفاكهة. لنْ أغيْبَ طويلاً. أمَّا أنتِ فَعَليكِ أن تَهتمّي بإخوَتِك. يُمكنُك أن تأخُذيْهِم الى البُسْتانِ على شاطِىء النَّهرِ لتَمضيةِ بعضِ الوقْتِ".

أسرعَتْ نورُ الى بَيتِ الجيْرانِ وطلَبَتْ مِنْ صَديقَتِها مُنى أنْ ترافقَهم في نُزهَتِهم.

أعدَّتْ نورُ بعضَ الطعامِ وقارورَةَ ماء، وجمَعَتْ ألعاباً بسيطةً: كُرةً وحَبلاً للنَّطِّ وخيطاً وسنّارةً لِصيدِ السَّمك.

عندما وصلُوا إلى البُستانِ، اخْتارتْ نورُ شَجرةً ظَليلَةً ووضَعَتْ سَلّةَ الطَّعامِ والماءِ تَحتَها . ثمَّ راحَتْ تلعَبُ مع لمياءَ وكريمٍ ومنى.

أمّا فيصلٌ فجلَسَ عندَ حافَةِ النهرِ ورَمى سنّارتَه في الماءِ على أملِ أنْ يَصطادَ سَمكة.



مرَّ الوقتُ وهُمْ يلعبُون.

عندما دعتْ نورُ إخوتَها الى الغداء جاءتْ لمياءُ وهي تَبكي وتقولُ إنَّها تَشعرُ بألمٍ في رأسِها وفي حلْقِها.

احتضنَتْها نورُ فشعرتْ فوراً أنَّ جسْمَ لمياءَ ساخنٌ، ولاحظَتْ أنَّ عينَيْها مُحمرَّتَين. وحينَما حاولَتْ أنْ تُطْعمَها رفضَتِ الصَّغيرةُ، ولَمْ تَطلُبْ سوى أنْ تَشْرَب.

ارْتبكَتْ نور، وخافَتْ على أختِها.

ما العَمَل؟



نور تتذكّر

قالتْ لها منى: " تذكّري يا نورْ يوم جاءت المُرشدةُ الصحيّةُ السيّدةُ فاطمةُ إلى المدرسة وشرحتْ لنا علامات الحُمّى عند الأطفال وكيف نُعالجُها. لا بدَّ أنَّ لمياء مُصابةٌ بالحمّى. قالت المُرشدةُ فاطمةُ. أوّلُ شيءٍ علينا أنْ نفعله هُو أنْ نُخفّض الحرارة... علينا أنْ نضع كمّادات مُبلّلةً على رأس الطفل".



إرتاحتْ نورْ عندما سمعتْ ما قالتْه منى. وبسرعة أعطتْ كريماً منديلاً لكي يُبلّله بماء من القارُورة، ثمّ وضعتْ المنْديل البارد على رأس لمياء، وحملتها.

أمّا منى فقدْ جمعتْ الألعاب والسلّة، واتّجه الجميعْ نحو البيت.

في البيت غسلتْ نورُ جسم لمياء بالماء النّظيف، ثمّ نشّفتْهُ وألبستْها ثوباً نظيفاً ووضعتْها في الفراش. وكانتْ منى تُساعدُها.



ثمَّ غسلتْ نورُ يديْها جيِّداً وعصرتْ لأختها بُرتقالةً في كُوب، وأعطتْها العصير على مهل، في جرْعات صغيرة.

تحسَّنتْ حالُ لمياء قليلاً وخفَّتْ سُخُونةُ جسْمها، وعادتْ تبتسم.

احْتضنتْها نورُ وراحتْ تَقُصُّ عليها حكاية. ثمَّ غنَّتْ لها حتَّى غفتْ.

ودَّعتْ منى صديقتَها وذهبتْ إلى بيتها.

بَقيتْ نورُ قُرب لمياء تنشُّ الذُّباب عن وجهها وتمْنعُه من الوقوف على عينيها.



لمْ تَنَمْ لمياءُ طويلاً، بلْ سُرعانَ ما استَيْقظَت وهي تبْكي.

كانتْ ثيابُها مُبلَّلةً بالعرق. فقامتْ نورُ ومسحتْ جسم لمياء بالماء لتُزيْل عنه العرق وتُبْقيه نظيفاً. ثمَّ ألبستْها ثوباً نظيفاً آخر. وتمنَّتْ أنْ تعودَ أمُّها سريعاً.



بعد ذلك غسلتْ نورُ يديْها جيداً وعصرتْ برتقالةً ثانيةً في كوب نظيف. شربتْ لمياءُ العصير ببطء.

ثمَّ تذكرتْ نورُ ما تعلّمتْه من المرشدة فاطمة أيضاً: إنَّ عليها أنْ تُطعم لمياء شيئاً خفيفاً. فقامتْ لتسلق قليلاً من الرُّزّ، لكنَّ لمياء أخذت تبكي وطلبتْ من نُور أن تبْقى إلى جانبها.



كان كريمٌ وفيصلٌ يلعبان أمام المنزل، فنادتْهما نورُ وأرسلتْهما إلى الدُكان لشراء بعض الموز. أمَّا هي فجلستْ قُرب لمياء تُسلّيها وتحكي لها حكاية. ثُم صبَّتْ بعضَ الماء النظيف في طاسٍ وأذابتْ فيه رشّةً صغيرةً من الملح. وراحتْ تُبلّلُ طرف منْشفةٍ بالماء وتمسحُ به في حنانٍ عيني أختها المحْمرّتين. لقد تعلّمتْ أنَّ قليلاً من الملْح في الماء يُساعدُ على منْع الدّبق عن العينين.



رجع الولدان بعد قليلٍ ومعهما الموزُ ثمَّ عادا إلى اللعب.

غسلتْ نورُ يديْها مُجدَّداً، ثمَّ قشرتْ موزةً وقطَّعتها في صحنٍ نظيف، وهرستْها بالملعقة، وخفَّفتْها بشيءٍ من ماءِ الشُرب ثمَّ أطعمتْ أختَها لُقمةً لُقمة.

أكلتْ لمياءُ قليلاً من الموزة المهْروسة وأصرَّت عليها نورُ أنْ تُكمل شُربَ العصير.

ثم غفتْ، ونورُ قُربها تنشُ عنها الذُباب.



الخالةُ أمينة تَغضَب

بعدَ قليلٍ دَخَلَتْ جارَتُهم الخالةُ أمينةُ وتَعَجَّبَت من وُجُودِهم في المنزل. فَرَوَتْ لها نورُ كيفَ مَرِضَت لميـاءُ في البُسْتـانِ وأصيْبَتْ بالحُمَّى، وكيفَ أرجَعَتْها إلى البيتِ وغسلَت العَرَقَ عن جِسْمِها وأطعَمَتْها مَوزةً وعصرَتْ لها بُرتقالة.

احْمرَّ وجهُ الخالةِ أمينةَ وأخَذَتْ تصرُخُ وتقول: "ماذا؟ هلْ تُريدينَ أنْ تَقتُلي أُختَك؟ كيفَ غَسَلْتِ جِسمَها بالماء؟ ألا تعرفين أنَّ الطِّفلَ المُصابَ بالحمَّى يَجبُ ألاَّ يَتعرَّضَ للبرْد؟... ثمَّ ماذا ؟ أطْعَمْتِها مَوزةً ؟... لا بدَّ أنَّك فَتاةٌ غَبيَّةٌ وجاهلة. الطفلُ المريضُ ممنوعٌ عليه الأكلُ والشُّرب... مَعدَتُهُ لا تتحمَّلُ الأكلَ ".

ردَّتْ نورُ وهيَ تَرتَعِشُ خَوْفاً من صِياحِ الخالةِ أمينةَ: "ولكنْ يا خالةُ أمينةُ، المُرشدةُ الصحيَّةُ فاطمةُ علَّمَتْنا في المدرسةِ كيفَ نُعالجُ الحمَّى عندَ الأطفال... لقد أخبرَتْنا أنَّ علَينا غَسْلَ الجسمِ بالْماءِ لِنُزيْلَ عنه العَرَقَ ونُبْقيهِ نظيفا... ثمَّ يجبُ أنْ يشربَ الطفلُ المريضُ كثيراً من السَّوائلِ ليُعوِّضَ الماءَ الذي يخْرجُ من جسمه مع العرق... لقد علَّمَتْنا أيضاً أنَّ الطفلَ المريضَ يكونُ ضعيفاً، لذَلكَ فإنَّه يحتاجُ إلى الغِذاءِ لكيْ يَقْوَى جِسْمُهُ ويَتمكَّنَ من مُحاربَةِ المرض".


نغسل أيدينا جيداً
نغسل جسم الطفل لإزالة العرق
نعصر له البرتقال و الليمون والفاكهة
يجعله يشرب جرعات صغيرة مرات كثيرة
تبقي فمه رطباً و نظيفاً

صرخَت الخالةُ أمينةُ من جَديد : "جُنونٌ... هذا جُنون. الطِّفلُ المريضُ لا يَقدرُ على الأكْل".

قالَتْ نورُ ودُموعُها تَتَدحرَجُ على وَجهها : " تعلَّمْنا أنَّ الطفلَ المريضَ يَجبُ أنْ يأكُلَ، ولكنَّ الغذاءَ يجبُ أنْ يكونَ خَفيفاً وطَرياً ومُتَنوِّعاً... يجبُ أنْ نَهرُسَ الطَعامَ جيِّداً لكَيْ يسهُلَ هَضْمُه... أنا أعطيْتُ لمياءَ مَوزةً مَهروسةً، وكان يُمكنُ أنْ أعطيَها طَعاماً مَسلوقاً كالجَزرِ والرُّزِّ ...".

هزَّت الخالةُ أمينةُ يدَها ورأسَها وصرَخَتْ: "أنا لا أستَطيعُ أنْ أسمعَ كلاماً كهذا... هذا جُنون... ستَقْتُلينَ أختَك. نَغْسِلُ جسمَ الطفلِ المريضِ بالماء!.. نُطْعِمُ الطفلَ المريض!.. لا بدَّ أنَّ المُرشدةَ الصحِّيةَ التي قالَتْ لكُم هذا الكلامَ في المدرسةِ هيَ أيضاً مجنونة". وخَرجت.

عادَتْ الأمُّ بعد قليلٍ فحكَتْ لها نورُ كلَّ ما جَرى، وكيفَ أنَّها طَبَّقَت على لمياءَ ما تعلَّمَتْه في دُروسِ الإرْشادِ الصِّحي عن مُعالَجةِ الطِّفلِ المُصابِ بالحمَّى، وأخبرَتْها أيضاً ما قالَتْه الخالةُ أمينة.

احْتَضَنَت الأمُّ ابْنَتَها وقبَّلَتْها وطيَّبَتْ خاطِرَها وشكَرَتْها على كلِّ ما فَعلَتْ لأُختِها وقالَتْ لها :

"لا تؤاخذيْ الخالةَ أمينةَ يا نورُ، فهي طيّبةٌ لا تقصدُ الأذى، لكنّها لا تعرفُ كلَّ هذه الأمور إذْ إنّها لمْ تذْهبْ إلى المدْرسة أبداً. وهي مُنْذُ فقدتْ ثلاثةً من أطفالها السّبعة بسبب الحمّى أصبحتْ تخافُ كثيراً. أمّا أنت ففعلْت كلَّ ما هُو مفيدٌ لأختك. أنا فخُورةٌ بك كثيراً».



في المساء، كانَ الأبُ قد عادَ من عمله فجلسَ الجميعُ لتناوُل طعام العشاء. وضعتِ الأمُّ لمياء في حضْنها فأكلتْ وشربتْ قليلاً. وقالتْ إنّ رأسها لم يعُدْ يؤْلمُها. عندها عرفَ الجميعُ أنَّ الحمَّى زالتْ، وأنَّ لمياء تتعافى وستكونُ في خيْرٍ.



ولكنْ في صباحِ اليومِ التالي أيقظَت الأمُّ ابنتها في وقتٍ باكرٍ وقالتْ لها إنَّ الحمَّى أصابتْ أخاها الصغيرَ أيضاً. وطلبتْ منها أن تُساعدها على وضعِ كمَّادات باردةٍ على جبينه.

نهضتْ نورُ بسُرعةٍ وذهبت إلى فراشِ أخيها فوجدته على ما وصفتْه أمُّها: أحمرَ الوجهِ والعينين، بدنُه مُبلَلٌ بالعرق، يتقلَّبُ في فراشه ويهذي بسببِ حرارته المرتفعة. ولكنَّها لاحظتْ أيضاً أنَّ تنفُّسَهُ مسْموعٌ وأنَّه يلهثُ وكأنَّه كان يركُضُ بسُرعةٍ مسافةً طويلة.



قالت نورُ لأمّها :

" يا أمّي هذا ليس زُكاماً . إنّه مَرضٌ مُختلفٌ . أظُنُّ إنّه الإلتهابُ الرئويُّ الذي شرحَتهُ المرشدةُ الصحيَّةُ في المدرسة .

قالت لنا إنّ المُصابَ بالإلتهابِ الرئويِّ يتنفّسُ بصوتٍ عالٍ وبصُعوبة، وإنّه يسعُلُ وترتفعُ حرارتُه . وفي هذه الحال لا يكفي غسلُ جسمِ المريضِ بالماءِ للتَّخلُّصِ من الحمّى . بلْ لا بدَّ منْ دواءٍ خاصٍّ يتناولُه المريضُ بسُرعةٍ لأنَّ هذا المرض خطيرٌ . علينا يا أمّي أنْ نُحضرَ المرشدةَ الصحّيةَ فاطمةَ فوراً لتُعطي أخي الدَّواءَ المناسبَ " .



استمعَت الأمُّ باهْتمامٍ وأيقظَتْ ابنَها كريماً وطلبَتْ إليه أن يُسْرِعَ إلى بيت المرشدة الصِّحِّيَة فاطمةَ لِيُخْبِرَها ويسألَها أن تحضُرَ لفحص فيصل.

بدَّل كريمٌ ثيابَه وانْطَلَقَ راكضاً.

ساعدَت نورُ أمَّها في غَسْلِ جسمِ فيصلَ بالماء لتَخْفيف الحمَّى عنه. وفي هذه الأثناء، دَخلَتْ عليهم الخالةُ أمينةُ وسألَتْهما عمّا تفعلان وعنْ سَبَبِ وُجودِ الصَّغيرِ في السَّرير.



أخبَرَت الأمُّ الخالَةَ أمينةَ أنَّ ابْنَها قد يكونُ مُصاباً بالإلْتِهابِ الرئَويِّ وأنَّ حرارتَه عاليةٌ جداً.

صَرخَتِ الخالةُ أمينةُ بأمِّ نور: "ماذا؟ الصغيرُ مَحمُومٌ وأنتِ تَستَمِعينَ إلى تَعاليمِ ابْنتِك الجاهِلةِ وتَغسِلينَ جِسْمَه بالماء؟"... لا بُدَّ أنَّكِ فَقَدْتِ عَقلَك... يَجبُ أنْ تُغَطّي الولدَ وإلاّ سَيَحْصَلُ له شيءٌ خطيرٌ جداً".



المرشدةُ الصغيرةُ نور

أخذَتْ أمُّ نورٍ تُفسِّرُ للخالةِ أمينةَ كيفَ أنَّ ابْنَتَها تَعلَّمَتْ من المرشدةِ الصِّحِّيةِ في المدرسةِ كيفَ تُداوي الأطفالَ عندما يَمرضُون، وكيفَ أنَّ الصغيرةَ لمياءَ قد تَحسَّنَتْ وشُفِيَتْ بِفَضْلِ ما فَعلَتْه لها نورُ بالأمسِ. وأخبرَتها أيضاً أنَّ المرشدةَ الصِّحِّيةَ تقولُ إنَّ غَسلَ جِسمِ الطِّفلِ المحمُومِ بالماءِ يُبرِّدُ الجِسمَ ويُخفِّضُ الحرارةَ، وهي تَثِقُ في كَلامِ المرشدةِ الصِّحِّيةِ.

لَمْ تَقْتَنِعِ الخالةُ أمينةُ بكلِّ هذا الكلامِ بَلْ خرجَتْ وهي تَهُزُّ رأسَها وتقولُ: "كلُّ هذه الأفكارِ الجديدةِ التي يَتَعلَّمُونَها في المدرسةِ لن تَنْتهيَ على خَيرٍ".

نظرَتِ الأمُّ إلى نور، وتَبسَّمَتْ وقالت: "لا بُدَّ أنْ تَقتَنِعَ الخالةُ أمينةُ في النهايةِ وأنْ تَكُفَّ عن الصُراخ".

وفي انْتِظارِ عَودةِ كريمٍ مع المرشدةِ الصِّحِّيةِ راحَتْ الأمُّ تُعِدُّ طعاماً خفيفاً لفيصل.

أمّا نورُ فقد أحضَرَتْ خِرَقاً نَظيفةً وطاساً فيه ماءٌ أذابَتْ فيه رشَّةَ ملحٍ صغيرةً وراحَتْ تُبَلِّلُ الخِرَقَ وتمسَحُ بها عَينيّ أخيها برِفقٍ، ثم تَضَعُ الخِرَقَ في كيسٍ خاصّ. كان فيصلُ يَسعُلُ فيخرُجُ مع السُّعالِ

بلغمٌ تمسحُه أختُه بمنديلٍ من ورقٍ، أو بخرقةٍ، ثمَّ تُلقيهما في الكيس.

وكانت نورُ تنوي أنْ تطلبَ من والدها عندما يعودُ من عمله أنْ يحرق الكيسَ والخرقَ والمناديلَ حتى لا ينتقلَ المرضُ إلى الأطفال الآخرين.

وبقيتْ نورُ قربَ أخيها المريض تُحدّثُه وتُسلّيه لكي لا يشعُر بالوحدة. وكانت تطردُ الذُباب بعيداً عنه وتساعدُه على البقاء جالساً في فراشه لكي يسهُل عليه التنفُس، تماماً كما شرحت المرشدةُ الصحّيةُ فاطمة.



عاد كريمٌ بعدَ نصف ساعةٍ تقريباً ومعَهُ السيِّدةُ فاطمةُ التي توجَّهتْ فوراً إلى سرير فيصل. وبعدما فحصتْهُ تأكَّد لها أنَّه مُصابٌ بالتهابٍ رئويٍّ فعلاً. فأخْرجتْ من حقيبتها زُجاجةَ دواءٍ وأعطتْ الصَّغيرَ ملعقةً منه. ثُمَّ قالت لنور وأمِّها :



حَسَناً فعلتُمْ أنْ أرسلْتُم في طَلبي فوراً. لنْ يكونَ هناك خطرٌ، بإذنِ الله. فيصل يَحتاجُ إلى الهُدوءِ والرّاحةِ والطّعامِ الخفيفِ المغذّي وعصيرِ الفاكهةِ والسّوائلِ، كما يَجبُ أنْ يأخُذَ هذا الدواءَ كلَّ صباحٍ وكلَّ مساءٍ. هذا الدواءُ ضروريٌّ له لأنّه يُحاربُ المرَض. سَيَتَعافى فيصلٌ بعدَ أيامٍ ويَعودُ كما كان. إنّني مُطْمَئِنَّةٌ لأنَّ أخته موجودةٌ إلى جانبِه تُساعِدُه. لقد برْهَنَتْ نورُ أنّها مُرشدةٌ صحّيةٌ رائعة. سأعودُ في المساءِ لأتَفَقَّدَه".

إحْمَرّت وَجْنَتا نور خَجَلاً، فاحتَضَنَتْها أمُّها وقبَّلَتْها. كَمْ كانت فَخُورةً بها وبِشَجاعتِها.

واظَبَتْ نورُ على رعايةِ أخيْها الصَّغيرِ، فبدأ يَستَعيدُ عافيَتَه. وبعدَ أسبُوعٍ اسْتطاعَ فيصلٌ أنْ يمشيَ وأنْ يخرُجَ إلى بابِ البيتِ ليَلعَبَ قليلاً مع لمياء. لكنّه كان ضعيفاً.

اختَفَتِ الحُمّى وتَوقّفَ السُّعالُ والبَلغَمُ والتنفُّسُ الصَّعبُ. فَطلَبَت السيِّدةُ فاطمةُ وقْفَ الدواءِ، ولكنّها نصَحَتِ الأمَّ بمُواصَلَةِ تَغذيةِ ابْنِها جيِّداً حتى يَستَرجعَ كلَّ عافيَتِه.

عندما استَعادَ فيصل قوَّتَه ونشاطَه خَرجَ ليلْعَبَ مع إخوَتِه والأطفالِ الآخرين.

رأته الخالةُ أمينةُ يلعبُ فأسرعتْ إلى البيتِ وقالت لأمِّ نور :
"رأيتُ فيصلاً بصحّةٍ جيّدة. كذلك لمياءُ ، لقد شُفيتْ من الحمّى
بسُرعة... كُنْتُ مُخطئةً، ونورُ والمرشدةُ كانتا على حقٍّ. خَسارةٌ
أنّنا لم نذهبْ إلى المدرسةِ ولَمْ نتعلّمْ كلَّ هذه الأشياءُ ".



وبكَت الخالةُ أمينةُ إذْ تذكَّرتْ كيفَ فقدتْ ثلاثةً من أولادها بسبب الحُمَّى. قبَّلتْها أمُّ نور وقالت لها : " لا تبكي يا أمينةُ. الحمدُ للّه على أنَّ أولادَنا يتعلّمونَ وهُم سيعتنُون بأولادهم بشكلٍ جيّد عندما يكبُرون".

وعندما دخلَتْ نور إلى البيت خافتْ أن تسمع صُراخَ الخالة أمينة كالعادة. لكنَّ الخالةَ احتَضنَتْها وقالتْ لها :

" يا نورُ، أنتِ فتاةٌ ذكيةٌ ومجتهدةٌ، لقد برهنْتِ على أنّكِ أحسنُ مُرشدةٍ صحّيةٍ صغيرةٍ في هذه القرية".



أنشطة

لعبة الحمّى

عدد اللاعبين : اثنان

لوازم اللعبة : سبعة حجارة لك وسبعة للاعب الثاني، ويمكن إستعمال أي قطع صغيرة أخرى بدلاً من الحجارة (أزرار أو أغطية زجاجات، مثلاً).

الأفضل أن يلوّن كل لاعب حجارته بلونٍ معيّن حتى يفرّقها عن حجارة زميله. في البداية يصفّ كل لاعب حجارته على المربعات، هكذا :



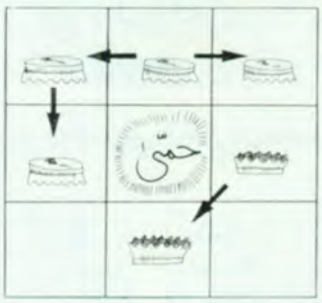
اللاعب الفائز هو الذي ينقل كل حجارته الى الجهة المقابلة.

كيف نلعب لعبة الحمّى

يحرك اللاعب الأول حجراً واحداً الى مربّع مجاور.

تستطيع أن تنتقل مربعاً واحداً فقط في كل مرة.

يمكنك أن تنقل حجرك الى مربع على اليمين أو على الشمال أو الى الأمام أو بشكل مائل.



هكذا:

- لا يجوز نقل الحجر الى مربع عليه علامة
- لا يجوز نقل الحجر الى الوراء.
- يمكنك أن تنقل حجرك الى المربع المكتوب عليه كلمة: **حمّى**.
- ينتقل الحجر مربّعاً واحداً في كل مرة.
- يمكنك أن تحرك الحجر الذي تريده.
- تستطيع ان تحرك **حجراً واحداً فقط** في كل مرة.
- بعدما يحرك اللاعب الأول حجره يأتي دور اللاعب الثاني.
- لا يجوز وضع حجرين على مربع واحد.
- اذا عجزت عن تحريك **أي حجر** من حجارتك مربعا واحدا فإنك تفقد دورك.

وفي بعض الأحيان يمكن أن تخسر دورك مرتين أو ثلاث مرات قبل أن تتمكن من تحريك واحد من حجارتك مجدداً.

- لا يمكن تحريك الحجر بعد وصوله الى الجانب الآخر، أي الى المربعات المكتوب عليها في الجهة المقابلة.
- عندما يصل آخر حجر الى تلك المربعات تصرخ: **حمّى**.

هكذا يعرف اللاعب الآخر أنك ربحت.

أنشطة وأسئلة

١ - نكتب أسماء الفاكهة التي نعرفها في قائمة. أي أنواع منها يمكننا أن نعصر؟

٢ - نعصر نوعاً من الفاكهة. نضيف إليه بعض الماء. إذا عصرنا حبة ليمون حامض أو برتقالة فإننا نضيف الى العصير قليلاً من السكر. نشرب العصير. بماذا نحس في فمنا بعد شربه؟

٣ - نعمل قائمة بأنواع الأكل التي نأكل في البيت. أي الأنواع يمكن هرسها لعمل طعام طري؟

٤ - عندما يصاب طفل بالحمّى فاننا نحتاج الى كثير من قطع القماش (خرق أو مناديل):

- نستعمل القطع الصغيرة لمسح عيني الطفل.

- نستعمل القطع الأكبر لوضعها أمام فم الطفل حين يسعل.

من أين يمكن أن تحصل على مثل هذه القطع؟

نحضّر القطع ونحفظها في مكان نظيف الى حين الحاجة إليها.

(ملاحظة: يمكننا أيضا أن نستعمل مناديل من الورق إذا كنا نستطيع شراءها).

٥ - تمثيلية:

نجمع أصدقاءنا ونمثل قصة تشبه قصة المرشدة الصغيرة نور. أبطال التمثيلية:

- نور - لمياء - كريم

- فيصل - الأم - المرشدة الصحية - الخالة أمينة

هل نحتاج الى أبطال آخرين؟

تَذكَّر

- "الالتهاب الرئوي" يُسمَّى أيضاً: "النمونيا" أو "النزلة الصدرية" أو"ذات الرئة"

- هكذا نعتني بالطفل المصاب بالحمّى :
  - نَغسل جسمه بماء معتدل البرودة.
  - نُنظف عينيه بماء (فيه رَشة ملح صغيرة).
  - نُعطيه قليلاً من العصير عدة مرات في النهار.
  - نُعطيه قليلاً من الطعام المهروس عدة مرات في النهار.
  - نُبعد عنه الحشرات.
  - نَبقى قربَه ونسلّيه ونكلّمه.
  - نُبقيه هادئاً ونظيفاً وبارد الجسم

- هكذا نعتني بالطفل المصاب بالتهاب رئوي :
  - نُخبر الطبيب أو العامل الصحي أو المرشد الصحي فوراً.
  - نُنفّذ كل الخطوات السابقة الخاصة بمعالجة الحمّى.
  - نضع خرقةً (أو منديلاً) أمام فمه حين يسعل.
  - نحرق قطع القماش أو الخرق المستعملة.
  - نُساعده على الجلوس.
  - ودائماً: نغسل أيدينا قبل الاعتناء بالطفل المريض وبعد الاعتناء به.

قصة عن مخاطر الإلتهاب الرئوي والحمّى

- الإلتهاب الرئوي مرض خطير يمكن أن يقتل الاطفال الصغار خلال ساعات إلاّ إذا تمّت معالجته بسرعة بالدواء المناسب والسوائل وخفض الحرارة. تُبرز هذه القصة الدور المهم الذي يمكن أن يلعبه الأطفال الكبار في محاربة هذا المرض.
- تم تطوير سلسلة "من طفل - إلى - طفل" من أجل تشجيع تلامذة المدارس الابتدائية على الاهتمام بصحة إخوتهم وأخواتهم الصغار، وبصحة وخير الآخرين في مجتمعهم الصغير. وضع أساس كل قصة من القصص تربويّ مجرّب وراجعها فريق من الأطباء والمتخصصين. أما في العربية فقد جرى اقتباس القصص الأصلية وأعاد عاملون في شؤون الأطفال صياغتها، ورسمها، لكي تتلاءم والظروف والحاجات المحلية، مع المحافظة على محتوياتها ودروسها الصحية والعلمية.
- يمكن استخدام هذه القصص في المناهج التعليمية الابتدائية، ودروس مبادىء البيئة، ودروس الصحة المنزلية والمدرسية، والتدبير المنزلي.
- صدر في هذه السلسلة:

١ - **مغامرات موسى في النهر :** قصة عن مخاطر الماء القذر.

٢ - **سامي يعلم اخاه :** قصة عن دور الطفل الاكبر في تعليم الطفل الأصغر.

٣ - **الشجعان الثلاثة:** قصة ٣ أطفال معوقين يساعدهم أصدقاؤهم على التكيف والتعلّم واللعب.

٤ - **هزيمة العصابة:** قصة عن فوائد التطعيم والتحصين في محاربة الأمراض.

٥ - **المرشدة نور:** قصة عن مخاطر الإلتهاب الرئوي والحمّى.

٦ - **شراب الحياة :** قصة عن دور «الشراب الخاص» في معالجة الجفاف والإسهال وانقاذ حياة الصغار.

- يصدر قريبا: قصص أخرى عن «الحوادث»، «الغذاء الجيد»، «الذباب»... وغيرها.

CHILD-to-child Readers: *A Simple Cure;* First Arabic edition

ورشة الموارد العربية للرعاية الصحية وتنمية المجتمع (المحدودة)