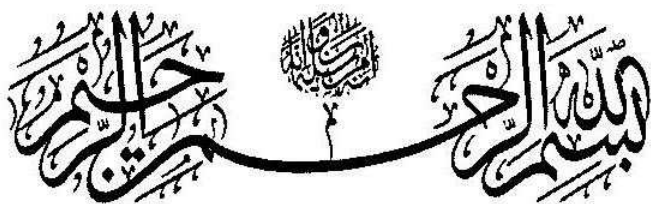


۱۳۳۳۸۵



بهداشت و محیط زیست

(اصول و تغذیه و بهداشت از نظر اسلام)

تالیف:

فرج‌اله جعفری



مجلس شورای اسلامی ایران

بهداشت و محیط زیست (اصول و تغذیه و بهداشت از نظر اسلام)

✱ تالیف: فرج اله جعفری

✱ ناشر: سرافراز

✱ تعداد صفحات: ۱۵۶ صفحه

✱ نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۴

✱ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۲۸-۲۰۹-۴

✱ شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

✱ قیمت: ۸۳۰۰ تومان

کتاب حقوق برای ناشر محفوظ است.

سرشناسه

ج. جعفری، فرج اله، ۱۳۳۳ -

عنوان و نام پدیدآور: بهداشت و محیط زیست (اصول و تغذیه و بهداشت از

نظر اسلام)

مشخصات نشر

کرج: سرافراز، ۱۳۹۴.

مشخصات ظاهری

۱۵۶ ص.

شابک

978-600-328-209-4::

وضعیت فهرست نویسی: فیهیای مختصر

یادداشت: فهرست نویسی کامل این اثر در <http://opac.nli.ir>

قابل دسترسی است

شماره کتابشناسی ملی: ۳۸۱۷۰۸۱

مرکز بخش: انتشارات سرافراز

کرج - رجائی شهر - بلوار مؤذن شرقی - پلاک ۳۲ - تلفن: ۰۲۶-۳۴۴۲۱۵۹۵

به نام خدا

مقدمه:

درس سلامت، بهداشت، تغذیه و صیانت از محیط زیست درسی است برای سالم بودن و سالم زیستن و سالم برقرار کردن ارتباط با دیگران و محیط لذا برخورداری از خدمات بهداشتی و درمانی یکی از حقوق مسلم فردی و اجتماعی است. جسم و روان سالم مردم یکی از زیربناهای مهم پیشرفت جامعه را تشکیل می‌دهد. در اصول سوم، بیست نهم و چهل سوم قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران، با الهام از تعالیم و احکام دین مبین اسلام بر ضرورت تأمین بهداشت و درمان به عنوان نیازهای اساسی مردم تأکید شده است.

در برنامه توسعه‌ی اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی جمهوری اسلامی به تقدم بهداشت بر درمان تأکید اساسی شده است.

این توجه و تأکید، بیش از این اصل اثبات شده دارد که تأمین سلامت جسم و روان، نه تنها ابزاری برای تکامل انسان است بلکه بر دیگر گاه اقتصادی نیز از اهمیت قابل توجهی برخوردار است. برنامه‌ریزان پذیرفته‌اند که توجه به «بهداشت و پیشگیری» علاوه بر این که از نظر اقتصادی مقرون به صرفه است، پرورش انسان‌هایی را به دنبال دارد که در نظر تکرری و جسمی، سالم و نیرومند هستند. انسان‌هایی که کارایی بیشتری در جهت پیشبرد اهداف جمهوری اسلامی داشته و قادرند با افزایش تولید، اسباب قطع وابستگی اقتصادی، دستیابی به خودکفایی و «تأیید» سطح زندگی مردم را فراهم آورند و در مبارزه با قدرت‌های استکباری جهان استقامت و قدرت بیشتری از خود نشان دهند.

توجهی که شخص به بهداشت خود می‌کند نشان دهنده اراده‌ای است که بر خود می‌نهد این افراد دارای قدرت و کارایی بیشتری بوده خوب می‌اندیشند و با حوصله زیاد و رفتار پسندیده با دیگران معاشرت می‌نمایند. شما هم علائم سلامت کامل را در چهره و رفتار آنها به خوبی تشخیص می‌دهید. تمامی اعضای بدن آنها دارای شرایطی است که لازمه‌ی یک فرد «سالم» باشد سلامت را در گفتار و کردار این افراد می‌توان تشخیص داد.

علاوه بر مسائل بهداشت فردی، یک سری مسائل بهداشتی از قبیل بهداشت آلودگی هوا، زباله، مواد زائد، دفع بهداشتی فاضلاب و ... نیز وجود دارند که باید در محیط زیست انسان تأمین گردد تا موجبات بهزیستی جسمی، روانی و اجتماعی برای وی فراهم شود.

با توجه به اهمیت بهداشت فرد جامعه و تغذیه و پیشبرد هدف‌های اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی جوامع در نظرگیری واحدهای درسی بهداشت و تغذیه برای دانشجویان رشته‌های مختلف دانشگاهی به منظور آشنایی هر چه بیشتر آنان با زمینه‌های مختلف بهداشتی و تغذیه‌ای جای ویژه‌ای دارد. بنابر همین ضرورت این مجموعه که تحت عنوان: «بهداشت سلامت و تغذیه» به رشته‌ی تحریر درآمده

است در سه بخش مشتمل بر هفت فصل مسائل چندی در مورد بهداشت سلامت و تغذیه و محیط زیست برای دانشجویان عزیز بازگو می‌نماید. (در فهرست مطالب این عنوان‌ها مشاهده می‌شود) در خاتمه لازم می‌دانم از جناب آقای مصطفی فنائیان که نقش بسزا و دقت لازم در امر تایپ داشته‌اند و همچنین از زحمات بی‌شائبه‌ی جناب آقای حسن سراقراز مدیر مسئول انتشارات سراقراز کمال تشکر را می‌نمایم.

فرج‌الله جمفری

مدرس دانشگاه‌های استان البرز

www.ketab.ir

فهرست مطالب

۱	بخش اول: کلیات بهداشت
۱	فصل اول: بهداشت و بهداشت سلامت
۲	تاریخچه بهداشت در دنیا
۳	سازمان بهداشت جهانی
۴	تشکیلات سازمانی
۴	وظایف سازمان بهداشت جهانی
۵	تاریخچه بهداشت در ایران
۶	بهداشت از دیدگاه اسلام
۸	نامه علمی بهداشت مدارس
۹	تندرستی یا سلامت جسم و اهمیت آن
۹	تعریف بیماری
۱۰	عوامل بیماری: شرایط لازم برای پیدایش بیماری
۱۲	تعریف بهداشت عمومی
۱۴	دامنه فعالیت بهداشت عمومی
۱۵	عوامل بیماری‌زا: بیولوژیکی
۱۷	پیشگیری و انواع آن
۱۸	عوامل مؤثر در بهداشت و سلامت انسان‌ها
۲۱	فصل دوم: بیماری‌ها
۲۲	بیماری عفونی
۲۴	طریقه دفع عوامل بیماری‌زای عفونی
۲۶	اصول یا راه‌های پیشگیری از بیماری‌های مسری
۳۰	واکسیناسیون
۳۳	هپاتیت نوع A
۳۳	هپاتیت نوع B
۳۴	بیماری‌های باکتریال
۳۶	بیماری‌های غیرفصلی
۳۸	شایع‌ترین بیماری‌های غیر واگیر
۳۸	کم‌خونی فقر آهن

۴۰	گواتر.....
۴۲	بیماری دیابت (قند).....
۴۴	مهم‌ترین انواع بیماری قند (دیابت).....
۴۵	تالاسمی.....
۴۷	صرع.....
۴۸	اسم.....
۴۸	رماتسم حاد مفصلی.....
۴۹	آشنایی با بیماری‌های ناپدید و بازپدید.....
۵۱	بیماری ویروس هانتا غربی.....
۵۱	بیماری‌های وییدی.....
۵۲	نوپیدی استاسیس وک آریوس مولد توکسین.....
۵۲	نوپیدی ویروس هرپس تب ۸ تب با سارکوم کاپوزی (۱۹۹۵).....
۵۴	فصل سوم: اصول و مبانی بهداشت فردی.....
۵۴	اهمیت بهداشت فردی.....
۵۵	پوست و ضامم آن.....
۵۸	بهداشت دست و پا.....
۵۹	ساختمان و بهداشت چشم.....
۶۲	اختلالات و بیماری‌های چشم.....
۶۵	ساختمان و بهداشت گوش.....
۶۷	شنوایی و اختلال آن.....
۷۰	دهان و دندان.....
۷۲	بهداشت دهان و دندان.....
۷۳	اندام‌های حرکتی.....
۷۷	اختلالات استخوانی.....
۷۸	دستگاه قلب.....
۸۱	دستگاه تنفس.....
۸۲	ورزش - خواب و استراحت.....

۸۵	بخش دوم: اصول تغذیه و بهداشت مواد غذایی از نظر اسلام
۸۵	فصل اول: تغذیه
۸۶	اصول تغذیه و بهداشت مواد از نظر اسلام
۸۶	تعریف تغذیه
۹۲	نیازمندی‌های تغذیه‌ای
۹۲	گروه‌های غذایی
۹۸	اختلالات تغذیه‌ای
۱۰۰	بهداشت مواد غذایی
۱۰۴	فصل دوم: هفتم-دهای اسلام در مورد تغذیه
۱۰۵	تغذیه در آموزه‌های دینی- گروه‌های اصلی هرم غذایی
۱۰۸	ابعاد نظام بهداشت و سلامتی در اسلام
۱۱۱	بخش سوم: سلامت از محیط زیست و راه‌های پیشگیری و کنترل آلودگی از آن
۱۱۱	فصل اول: محیط زیست
۱۱۱	مفاهیم اولیه
۱۱۲	محیط و محیط زیست
۱۱۳	تعاریف کاربردی محیط زیست
۱۱۵	محیط طبیعی
۱۱۷	محیط اجتماعی
۱۱۸	سیستم و اکوسیستم
۱۲۷	فصل دوم: آلودگی و مدیریت محیط زیست
۱۲۷	آلودگی هوا و پیشگیری از آن
۱۲۷	هوا و نقش آن در طبیعت
۱۲۷	آلودگی هوا و منابع آلوده کننده‌ی آن
۱۲۸	انواع آلاینده‌های هوا
۱۳۲	حوادث مهم ناشی از آلودگی هوا
۱۳۳	اسموگ (Smoge)
۱۳۳	اینورژن

۱۳۶		پیشگیری از آلودگی هوا
۱۳۷		بهداشت آب
۱۳۸		تعریف آلودگی آب
۱۳۸		اثرات آلودگی آب بر انسان
۱۳۸		منابع آلوده کننده آب‌ها
۱۳۹		تصفیه آب و انواع روش‌های آن در مقیاس کوچک
۱۴۰		مواد دافع‌وی کننده
۱۴۱		تعیین رجه آلودگی فاضلاب
۱۴۱		اهمیت جمع‌آوری و در تصفیه فاضلاب‌ها
۱۴۵		عوامل مؤثر در تأثیر آلودگی انسان نسبت به سر و صدا
۱۴۷		روش‌های مبارزه با آلودگی صوتی
۱۴۹		واژه‌نامه
۱۵۲		منابع فارسی
۱۵۲		منابع خارجی