

خوشا آن دل که شبها در نماز است

سبک بال و رها، درسوز و ساز است

خوشا آن دل که بر سجاده‌ی عشق

به سوی کوی جانان یکه‌تاز است

کاربرد تعالیم اسلامی در

آموزش سلامت

مؤلفین

حامد رضاخانی مقدم

(عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل)

دکتر داوود شجاعی‌زاده

(استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران)

دکتر مهدی ناطق‌پور

(استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران)

سرشناسه	: خانی مقدم، حامد رضا، ۱۳۶۶
عنوان و نام پدیدآور	: کاربرد تعالیم اسلامی در آموزش سلامت / مؤلفین حامد رضا خانی مقدم، داوود شجاعی زاده، مهدی ناطق پور.
مشخصات نشر	: تهران: آثار سبحان، ۱۳۹۱.
مشخصات ظاهری	: ۱۰۶ ص.
شابک	: ۳۹۰۰ ریال ISBN 978-600-6531-14-4
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۱۰۵.
موضوع	: اسلام و بهداشت
موضوع	: سلامتی - جنبه های مذهبی - اسلامی
موضوع	: اسلام و بهداشت - احادیث
شناسه افزوده	: شجاعی زاده، داود، ۱۳۳۵.
شناسه افزوده	: ناطق پور، مهدی
رده بندی کنگر	: ۱۳۹۱ ک ۲ خ / ۲۳۲/۶ BP
رده بندی دیویی	: ۴۹۷/۴۸۵
شماره کاتالانسی	: ۳۷۳۴:۷۲

نام کتاب :	کاربرد تعالیم اسلامی در آموزش سلامت
نویسنده:	حامد رضا خانی مقدم - داوود شجاعی زاده - مهدی ناطق پور
ناشر:	مؤسسه انتشاراتی آثار سبحان
نوبت و سال چاپ :	اول - بهار ۱۳۹۱
تیراژ :	۵۰۰ نسخه
چاپ:	دانش
قیمت:	۳۹۰۰ تومان

مرکز پخش: انتشارات آثار سبحان

تهران: میدان انقلاب - خیابان انقلاب - نرسیده به خیابان ۱۲ فروردین - ساختمان ولی عصر (عج) - پلاک ۱۳۱۴ - طبقه دوم - انتشارات آثار سبحان
تلفن: ۶۶۹۷۱۱۱۲ - ۶۶۹۷۱۰۴۰

www.asaresobhan.com

email: asaresobhan2000@yahoo.com

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۵۳۱-۱۴-۴

ISBN: 978-600-6531-14-4

کلیه حقوق معنوی و مادی برای ناشر محفوظ می باشد و هرگونه تکثیر از این اثر پیگرد قانونی دارد

مقدمه

سلامتی از مواهب عظیم الهی است که مبنای کلیه تحولات، تغییرات و کمالات بشری قرار گرفته است. سلامتی دامنه گسترده‌ای دارد که از تندرستی شروع شده به کمالات اجتماعی، روحی و معنوی را نیز دربر می‌گیرد. اقدام در راستای تامین سلامت جسمی، روحی و معنوی از اهم وظایف هر فرد انسانی است که با توجه به امکانات موجود در دسترس باید عملی شود.

در دین مبین اسلام تامین، حفظ و ارتقاء سلامت از اهمیت بسیاری برخوردار است بگونه‌ای که کسب آن لازم و انجام اعمالی که موجب بیماری می‌شوند نامطلوب دانسته شده است. خداوند متعال می‌فرماید:

{وَاتَّقُوا اللَّهَ وَلَا تَلْقُوا يَاسِدَكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَاحْسِنُوا إِلَى اللَّهِ يَحِبَّ الْمُحْسِنِينَ}

(سوره بقره/۱۹۵)

«و در راه خدا اتفاق کنید و خود را به دست خود به هلاکت نیندازید و نیکی کنید که خداوند نیکوکاران را دوست دارد»

از آنجا که آیات کریمه قرآن از جامعیت فوق العاده‌ای برخوردار است لذا از جمله مصادیق به هلاکت افکندن را می‌توان فراهم کردن زمینه ابتلا به بیماری به ویژه بیماریهای مرگ‌آور دانست و هر اقدامی که موجب تامین سلامت شود می‌تواند از مصادیق احسان باشد که موجب علاقه و رضایت خداوند است از طرف دیگر تامین سلامت مقدمه‌ای لازم برای انجام وظائف دینی است که خود موجب ارتقاء معنوی می‌شود.

امام علی بن الحسین (ع) در فرازهای اول تا سوم صحیفه سجاده از خداوند متعال طلب عافیت جامع و کامل می‌نماید که با عباراتی زیبا آن را بیان می‌فرماید از آنجمله: {اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ، وَ عَافِنِي عَافِيَةً شَافِيَةً غَالِيَةً نَامِيَةً} (فراز دوم از دعای بیست و سوم صحیفه سجاده).

«خداوندا درود بر محمد و آل او فرست و مرا تندرستی کافی، بهبود دهنده، عالی و ارتقاء یابنده عنایت فرما».

همانگونه که قبلاً ذکر شد موضوع سلامت در اسلام تنها به سلامت جسمی محدود نشده و کلیه جنبه‌های حیاتی بشر از آن جمله سلامت معنوی را نیز در بر می‌گیرد که می‌توان گفت سلامت جسمی باید مقدمه‌ای برای سلامت معنوی باشد و گرنه توقف در سلامت جسمانی و بی‌توجهی به سلامت معنوی خود می‌تواند پی‌آمدهای نامطلوبی در بر داشته باشد که نتایج مخرب آن مجدداً دامنگیر سلامت جسمانی می‌شود. از جمله عوامل موفقیت در زندگی بازپسین داشتن قلب سلیم (سوره شعرا آیه ۸۹) است که از جمله مصادیق آن روح و دل پاک و سلامت معنوی می‌باشد.

تحقق امر سلامت با استفاده از راه‌های گوناگون امکان‌پذیر است و آموزش از جمله روش‌های اساسی در تحقق سلامت است. آموزش سلامت و اجزاء آن مانند آموزش بهداشت نقش قابل توجهی در آگاهی افراد جامعه و فراهم کردن زمینه سلامت فردی و همگانی دارد، لذا هر چه پیرامون آموزش سلامت و از آنجمله بهداشت اهتمام بیشتری مبذول شود زمینه برای تحقق سلامت در جامعه فراهم‌تر خواهد شد و این موضوعی است که تعالیم اسلامی نیز بدان توجه خاصی داشته است. در حدیث شریف نبوی طلب علم بر هر مرد و زن فریضه دانسته شده است و در تقسیم‌بندی علوم توسط پیامبر گرامی (ص) بدن آدمی به عنوان یک موضوع قابل بررسی از ابعاد گوناگون آن نیز جزو علوم مذکوره قرار گرفته است که با توجه به حدیث یاد شده آموزش و یادگیری علم الابدان که از جمله نتایج غایی آن سلامتی است لازم دانسته شده است. در این نوشته مختصر بر آنیم تا نگاهی کوتاه بر بعضی رهنمودهای اسلام در زمینه آموزش بهداشت داشته باشیم. لازم می‌دانیم از نظرات ارزنده جناب آقای دکتر محمد مهدی اصفهانی که مشوق در انجام این نوشته بوده است سپاسگزاری نماییم. در پایان خداوند عظیم را شاکریم که توفیق انجام چنین نوشته‌ای را به ما عنایت فرمود.

فهرست مطالب

فصل اول: سلامت و تندرستی

۷	اهمیت بکارگیری آموزه‌های دینی در علم امروزی
۷	ویژگی‌های نظام بهداشتی در اسلام
۹	مفهوم سلامتی و تندرستی
۱۰	مفهوم سلامتی
۱۰	پیشگیری قبل از درمان
۱۳	تربیت مقدم بر آموزش
۱۴	تعاریف آموزش بهداشت
۱۸	ابزار آموزشی
۱۹	عنصر مکان در امر آموزش
۲۱	ویژگی‌های رفتار خوب
۲۲	مراحل ترک رفتار غلط
۲۵	ضرورت یادگیری مسائل بهداشتی
۲۶	

فصل دوم: مبانی آموزش بهداشت

۲۹	مبانی آموزش بهداشت
----	--------------------

فصل سوم: اصول آموزش بهداشت

۳۳	اصول آموزش
----	------------

فصل چهارم: چهارچوب آموزش بهداشت و سلامت

۴۲	چهارچوب آموزش بهداشت و سلامت
۴۲	برنامه‌ریزی
۴۲	برنامه‌ریزی و منزلت انسان
۴۴	انواع نظارت
۴۵	ارزشیابی
۵۱	جایگاه ارزشیابی در اسلام
۵۱	نظام ارزشی در اسلام
۵۱	مومن و فاسق
۵۲	عالم جاهل
۵۲	نیک و بد

اصول ارزشیابی در اسلام ۵۲

انگیزه ۵۲

ارزشیابی درونی ۵۳

موانع آموزش بهداشت ۵۸

فصل پنجم: صفات و وظایف آموزشگر

صفات و وظایف آموزشگر ۶۳

مقام آموزشگر و مربی بهداشت ۶۵

فصل ششم: وظیفه یادگیرنده و مخاطب

وظیفه یادگیرنده و مخاطب ۷۷

فصل هفتم: روش های آموزش بهداشت و سلامت

روش های آموزش بهداشت و سلامت ۸۴

نمونه هایی از زندگی سالم و یا رعایت اصول نظم و بهداشت در زندگی پیامبر گرامی ۸۶

تاثیر بحث ۹۸

فصل هشتم: دستورات سلامتی ارزشمند

دستورات سلامتی ارزشمند (از فرمایشات امام رضا «ع») ۹۹

۱- بهداشت دهان ۹۹

۲- بهداشت چشم ها ۱۰۰

۳- بهداشت گوش ۱۰۰

۴- بهداشت بینی ۱۰۱

۵- بهداشت پوست ۱۰۱

۶- بهداشت موها ۱۰۱

۷- بهداشت دست ها ۱۰۱

۸- بهداشت جهازات هاضمه ۱۰۲

۹- بهداشت دستگاه تنفس ۱۰۲

۱۰- بهداشت قلب و شریان ها و وریدها ۱۰۲

۱۱- بهداشت جهازات تناسلی و ادرار ۱۰۲

۱۲- بهداشت جهازات عصبی ۱۰۲

۱۳- بهداشت عضلات و مفاصل ها ۱۰۳

۱۴- بهداشت عمومی بدن ۱۰۳

منابع ۱۰۵