

# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## آثار التغيرات المناخية علي الصحة العامة

### الدكتورة/ نوره محمد فضل عبد الرازق



دكتوراه في علوم إدارة التمريض

مدرس بقسم إدارة التمريض كلية التمريض-جامعة الإسكندرية

مدرب معتمد من المعهد القومي للحكومة والتنمية المستدامة التابع لوزارة التخطيط والتنمية الاقتصادية والتعاون الدولي

مدرب معتمد بحملة مناخ مستدام

سفيرة الاستدامة بشبكة سفراء الاستدامة العالمية GAoS

عضو بمؤسسة مهندسون من أجل مصر المستدامة

خريجة مبادرة كن سفيرا للتنمية المستدامة

وسائل التواصل مع المحاضر

(Email: [nora.fadl@alexu.edu.eg](mailto:nora.fadl@alexu.edu.eg))

+201148686466



[www.ainelbeeah.green](http://www.ainelbeeah.green)



[ainelbeeah@](mailto:ainelbeeah@)



جمعية عين البيئة

# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## تعريف التغيرات المناخية

○ هو التغير في متوسط درجة حرارة الارض مما يؤدي للاحترار العالمى والذي ينتج عنه اثار

يطلق عليها التغيرات المناخية



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## اسباب التغيرات المناخية

اسباب  
بشرية

اسباب  
طبيعية



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## رابعًا: أسباب تغير المناخ



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



+201148686466



www.ainelbeeah.green



ainelbeeah@



جمعية عين البيئة

# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



- يساهم **تغير المناخ** بشكل مباشر في حدوث حالات الطوارئ الإنسانية الناجمة عن موجات الحر وحرائق الغابات والفيضانات والعواصف الاستوائية والأعاصير، التي تتزايد من حيث الحجم والتواتر والشدة.
- وتظهر الأبحاث أن **3.6 مليار** شخص يعيشون بالفعل في مناطق شديدة التعرض لتغير المناخ. وفي الفترة من عام **2030 إلى عام 2050**، يُتوقع أن يسبب تغير المناخ نحو **250 000 حالة وفاة** إضافية كل عام بسبب نقص التغذية والملاريا والإسهال والإجهاد الحراري وحدها.
- وتشير التقديرات إلى أن التكاليف المباشرة للضرر على الصحة (أي دون احتساب التكاليف في القطاعات المحددة للصحة مثل الزراعة والمياه وخدمات الصرف الصحي) تتراوح بين **2 و4 مليارات دولار أمريكي** في العام بحلول عام **2030**.
- ستكون المجالات التي تفتقر إلى البنية التحتية المتينة في مجال الصحة - ومعظمها في البلدان النامية - أقل قدرة على المواجهة دون الحصول على مساعدة من أجل التأهب والاستجابة. (WHO, 2023)



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## المخاطر الصحية للتغير المناخي

الإصابة والوفيات من الظواهر الجوية  
المتطرفة مثل العواصف والفيضانات



الأمراض المرتبطة بالارتفاع الشديد  
في درجات الحرارة وما قد يصاحبه  
من إجهاد حراري و إغماءات و قد تصل للوفاة



سلامة الأغذية المخزنة: مما يؤدي إلى الإصابة  
ببكتيريا مثل السالمونيلا والكامبيلوباكتر،  
التي تسبب الإسهال والتسمم الغذائي



سوء التغذية والأمراض  
المنقولة بالغذاء



الأمراض المنقولة بالمياه. يؤدي تغير المناخ  
إلى تغيرات ملحوظة في كمية ونوعية المياه  
المتاحة للشرب والاستخدام العام.  
أمراض الإسهال التي تصيب جميع الأعمار.



أمراض تنتقل بواسطة الحشرات  
مثل بعوضة الموسكيتو



التأثير على الصحة العقلية والنفسية  
مثل القلق والاكتئاب



الأمراض الحيوانية المنشأ: تغير المناخ سيزيد  
من مخاطر انتقال الفيروسات بين أنواع  
الحيوانات، و إلى البشر، و بالتالي  
ظهور أمراض معدية



التأثيرات على مرافق الرعاية الصحية مثل الضغط المتوقع على المستشفيات،  
والحاجة لأموال لقطاع الصحة للتكيف و التأهب، وحدوث ضغط على العاملين في القطاع الصحي.



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## الأمراض الناتجة عن التغير المناخي وارتفاع درجة الحرارة



❖ الإصابة بالجفاف وفقر الدم.

❖ الإصابة بالحمى الشديدة.

❖ الأمراض المنقولة بالحشرات مثل الحمى النزفية والشماتيا

(Visceral leishmaniasis).

❖ تفاقم أمراض القلب والرئة.

❖ ارتفاع معدلات الوفيات المرتبطة بارتفاع درجة الحرارة.

❖ الإصابة بحروق الشمس والإجهاد الحراري



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## الوقاية من الأمراض الناتجة عن التغير المناخي لارتفاع درجات الحرارة



1. الحفاظ على منازل باردة وتجنب درجات الحرارة المفرطة.

2. قضاء أوقات الظهيرة في أماكن ذات ظل وتهوية جيدة.

3. شرب كميات كافية من الماء والسوائل.

4. الاعتناء بصحة الجهاز التنفسي.

5. تجنب التعرض لأشعة الشمس الحادة.

6. تحسين النظام الغذائي.

7. تشجيع استخدام وسائل النقل العام والمشى



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## الإجهاد الحراري: (Heat Stress)

### الإرهاك الحراري

الشعور بالهزلان والدوار

التعرق المفرط

بشرة باردة و شاحبة ورطبة و -

الغثيان أو القيء

نبض سريع ، ضعيف

تشنجات بالعضلات

### العلاج

- الوصول إلى مكان بارد ومكيف.
- شرب الماء إذا كان المريض واعياً تماماً.
- أخذ حمام بارد أو استخدام كمادات باردة

طقس العرب ArabiaWeather

### ضربة الشمس

الخفقان

ألم في الرأس

ارتفاع درجة حرارة الجسم لأكثر من 39 درجة +

بشرة حمراء وجافة ومرتفعة الحرارة

الغثيان أو القيء

نبض سريع وقوي

قد يفقد المصاب الوعي

### العلاج

- اتصل على الإسعاف فوراً
- اتخذ الإجراءات المناسبة لتبريد جسد المصاب حتى تصل المساعدة.

الإجهاد / الإنهاك الحراري

هو عبارة عن إرهاق

جسدي يحدث عند تعرض

الجسم لدرجات حرارة

ورطوبة مرتفعة

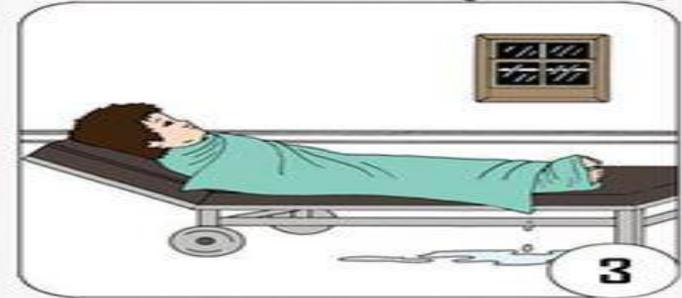
# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## Heat stroke ضربة الشمس



هي تعرض جسمك لدرجات حرارة عالية بحيث يؤثر ذلك على حالة جسمك الجسدية والذهنية وتكون عادة نتيجة لطول مدة التعرض او بسبب ممارسة الرياضة في الجو الحار و في حالة ترك الحرارة مرتفعة دون عناية لمدة طويلة ربما ينتج عن ذلك ضرر لأعضاء جسمك الحيوية بما فيها الدماغ



### العلاج

١. حمام ماء بارد حيث خفض درجة حرارة الجسم الى المستوي العادي يعتبر هدف أساسي
٢. الإكثار من شرب السوائل وذلك لتعويض ما تم فقده
٣. خفض درجة الحرارة عن طريق كمادات ماء بارد او ثلج

### الأعراض

١. الإرتفاع في درجة الحرارة
٢. صداع
٣. احمرار البشرة
٤. زيادة معدل التنفس
٥. ازدياد في عدد ضربات القلب
٦. غثيان وقيئ
٧. تغير في الحالة النفسية
٨. اضطراب في العرق

www.wamadhaat.com

+201148686466



www.ainelbeeah.green



ainelbeeah@



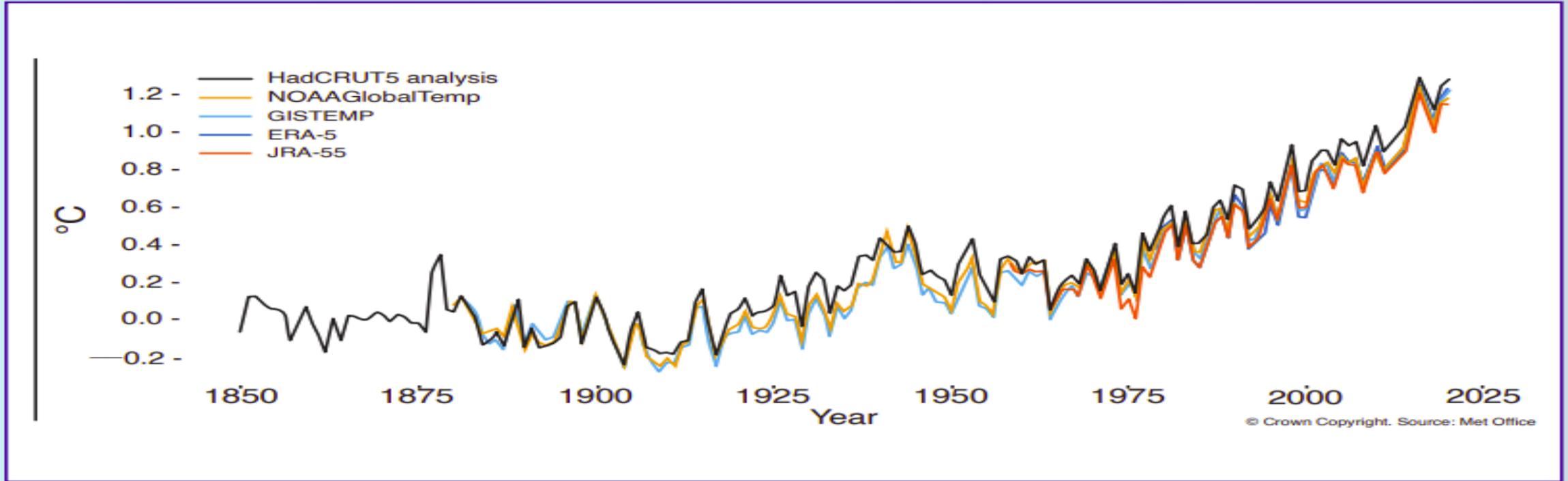
جمعية عين البيئة

# المبادرة العربية للتعليم البيئي

## "تمكين بيئي مستدام"



### شكل (1): متوسط الزيادة في درجات الحرارة عالميا خلال الفترة من 1850 الى 2025



أصدر مرفق كوبرنيكوس البحري التابع للاتحاد الأوروبي، تقريرا في ابريل 2021 ذكر فيه أن معدل ارتفاع درجة حرارة المحيطات على مدى العقد الماضي أعلى من المتوسط الطويل الأجل، مما يشير إلى استمرار امتصاص الحرارة الناتجة عن غازات الاحتباس الحراري (شكل 1)



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## الوقاية من الأمراض المرتبطة بالحرارة



- ❖ البقاء بعيداً عن الحرارة المفرطة.
- ❖ شرب كميات كافية من السوائل.
- ❖ ارتداء ملابس قطنية خفيفة وقبعات.
- ❖ تجنب الإجهاد البدني المفرط.



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## الجفاف والمشاكل الصحية المتعلقة به



## أسباب الجفاف:

- ❖ التعرض للطقس الحار.
- ❖ قلة شرب السوائل.
- ❖ الإسهال والقيء.
- ❖ ممارسة الأنشطة البدنية المكثفة

# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## أعراض الجفاف:

✓ جفاف الفم والعطش الشديد.

✓ انخفاض ضغط الدم.

✓ صعوبة في التبول ولون البول الداكن.

✓ تقلص العضلات.

# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## الوقاية من الجفاف

شرب كميات كافية من الماء والسوائل طوال اليوم.

تجنب المشروبات الكحولية والتي تحتوي على الكافيين.

ارتداء ملابس واقية من الحرارة وقبعات ونظارات شمسية

### كيف تحمي نفسك من الجفاف؟

#### كيف تحمي نفسك من الجفاف :

- اشرب السوائل وخاصة الماء.
- راقب لون البول حتى يصبح شفاف.
- أكثر من شرب السوائل عندما تصاب بمسببات الجفاف.

#### علامات الجفاف عند الكبار والصغار:

- الشعور بالعطش.
- الدوار أو الدوخة.
- الشعور بالتعب.
- جفاف الفم والشففتين والعينين.
- التبول أقل من 4 مرات خلال اليوم.
- التبول بلون أصفر داكن وقوي الرائحة.

#اكشيت - صح



+201148686466



www.ainelbeeah.green



ainelbeeah@



جمعية عين البيئة

# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



Poor air quality due to increased concentrations of pollutants, which can exacerbate respiratory and cardiovascular health problems.  
أعراض تدهور جودة الهواء بسبب زيادة تركيز الملوثات



- 1- صعوبة التنفس والشعور بالألم في الصدر، والتي يمكن أن تتفاقم في حالات الربو ومرض الانسداد الرئوي المزمن.
- 2- زيادة عدد الوفيات بسبب أمراض القلب والأوعية الدموية.
- 3- الشعور بالحكة والحساسية والتهاب العين وتحسس الأنف.



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## خطوات للحفاظ على جودة الهواء



- ✓ تشجيع النقل النظيف.
- ✓ الحد من استخدام المنتجات الكيميائية.
- ✓ المشاركة في الحملات البيئية.
- ✓ المساعدة في الحفاظ على الغابات والمناطق الخضراء



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## حرائق الغابات



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## أعراض زيادة خطر نشوب حرائق الغابات والآثار الصحية المرتبطة بها من الدخان والرماد



- 1- صعوبة التنفس ووخز الحلق أو التهابها، وزيادة التحسس للغبار والحساسية.
- 2- الربو، وتفاقم الأمراض التنفسية الموجودة بالفعل، وتغيير في وظائف القلب.
- 3- السعال والحمى والعين الحمراء.
- 4- التهابات الرئة والتهابات الجهاز التنفسي والحساسية دون أعراض بالإضافة إلى تأثيرات مزمنة على القلب والأوعية الدموية.

# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## الوقاية عند نشوب حرائق الغابات



- 1- الابتعاد عن المناطق التي تحتوي على حرائق الغابات.
- 2- وفرة للمياه والسوائل لمنع الجفاف والصعوبات الصحية.
- 3- تغطية الفم والأنف بقناع الغبار عند الخروج والتنقل في الأماكن الخارجية.
- 4- اتباع التحذيرات الأمنية والزيادة من الجهود المبذولة لعرقله الحرائق.
- 5- تحسين نظام التهوية وفتح النوافذ.
- 6- الاهتمام بالصحة النفسية.
- 7- الحفاظ على الصحة العامة.



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## Changes in disease patterns or increased risk of infectious diseases transmitted by insects.

تغيرات في أنماط الأمراض أو زيادة خطر الإصابة بالأمراض المعدية التي تنتقل عن طريق الحشرات.



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## الوقاية من الأمراض المعدية التي تنتقل عن طريق الحشرات



- 1- تطبيق مبيدات الحشرات بطريقة صحيحة وفعالة.
- 2- ارتداء ملابس واقية من الحشرات، مثل الملابس ذات الأكمام الطويلة والسراويل الطويلة والقبعات.
- 3- تجنب الأماكن المحتمل أن تكون موطناً للحشرات المنقولة للأمراض.
- 4- تخلص المناطق السكنية من مصادر التكاثر للحشرات، مثل المسابح غير المستخدمة وأحواض الزهور.
- 5- تغطية الطعام بإحكام وحفظه في الأماكن المناسبة لتجنب جذب الحشرات المنقولة للأمراض.
- 6- زيارة الطبيب في حال الإصابة بأعراض تشير إلى الأمراض المعدية المنقولة عن طريق الحشرات.
- 7- إجراءات الوقاية الشاملة في COVID-19 / SARS-CoV-2، مثل الالتزام بالتباعد الاجتماعي وارتداء الكمامة.



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## الآثار النفسية الناتجة عن التغير المناخي



أثبتت الدراسات أن زيادة درجة الحرارة تؤدي إلى:

\* تغيرات فسيولوجية مثل اضطراب معدل نبضات القلب وعرق شديد مما يؤثر سلباً على الحالة النفسية للفرد.

\* توتر وقلق نفسي شديد

\* زيادة معدل العنف في المجتمع (هناك علاقة طردية بين

ارتفاع درجة الحرارة والميل للعنف)

\* اكتئاب (بسبب متابعة التغيرات)



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## الآثار النفسية الناتجة عن التغير المناخي



\*زيادة معدل الانتحار (بسبب فقد المسكن أو أحد أفراد

العائلة بسبب المناخ السيء)

• اضطراب ما بعد الصدمة

• \* الهلع (الخوف الشديد)

• \* اضطرابات في النوم

# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## فشل المحاصيل وندرة الغذاء يسبب



- 1- ارتفاع الأسعار على المواد الغذائية وعدم توافر المواد الغذائية الأساسية.
- 2- نقص التغذية ونقص المعادن الغذائية الأساسية والفيتامينات
- 3- زيادة حالات سوء التغذية وزيادة الوزن والأمراض المرتبطة بالتغذية، مثل السكري وأمراض القلب والشرابيين.
- 4- زيادة التوتر والصراعات المرتبطة بالغذاء.



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## الوقاية من فشل المحاصيل



تحسين نوعية التربة وممارسات الزراعة المستدامة.

توفير الدعم الحكومي للمزارعين.

التوعية بالتغذية المتوازنة.

تقليل الإهدار الغذائي.

تعزيز التجارة الدولية والتعاون

# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## الأثر الاقتصادي



- ارتفاع البطالة وتراجع الإنتاجية.
- زيادة التكاليف الصحية على المرضى والمستشفيات.
- ارتفاع تكاليف المواصلات والإسكان.
- تلف الممتلكات والبنية التحتية.



# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



## الوقاية من الآثار الاقتصادية



○ تحسين الاتصال الحكومي.

○ تعزيز الأنشطة الاقتصادية المستدامة.

○ التدريب المهني المستمر.



## مقترحات للحد من التغيرات المناخية

المساهمة في حماية كوكب الأرض بخفض الانبعاثات الحرارية وذلك عن طريق:

➤ تشجيع استخدام الطاقة المتجددة في وسائل النقل (استخدام سيارات تعمل بالطاقة

الكهربائية)

➤ زراعة المزيد من الأشجار

➤ بناء نظم صحية أفضل وأكثر قدرة على الصمود في وجه تغير المناخ ومستدامة بيئياً

➤ زيادة الأبحاث العلمية المرتبطة بتأثير التغيرات المناخية على الإنسان نفسياً وجسدياً

واجتماعياً كل في تخصصه.



## مقترحات للحد من التغيرات المناخية

المساهمة في حماية كوكب الأرض بخفض الانبعاثات الحرارية وذلك عن طريق:



➤ الالتزام بعمل قوانين للحد من المصانع ومخلفاتها الملوثة للبيئة.

➤ أنماط السلوك السليم والصحيح بالبيئة وذلك بالحد من التلوث وإعادة تدوير المخلفات

➤ وضع نظام ترصد اليكترونى للأمراض الناتجة عن التغيرات المناخية

➤ اشتراط البعد البيئى فى جميع المشروعات التنموية

➤ وضع سياسة داعمة وإطار عمل مؤسسي للتكيف

➤ زيادة برامج التوعية فى وسائل الاعلام ودور المجتمع المدنى

# المبادرة العربية للتعليم البيئي "تمكين بيئي مستدام"



شكراً لحسن استماعكم

+201148686466



www.ainelbeeah.green



ainelbeeah@



جمعية عين البيئة