

جامعة أسيوط وسلامة الأغذية

فى إطار حرص الجامعة على تحسين جودة الخدمات المقدمة للطلاب بالجامعة والاطباء والمرضى بالمستشفيات الجامعية وسلامة أبنائها والمواطنين ، أصدر رئيس الجامعة المنشور رقم ٢ لعام ٢٠١٣ والذي يطالب فيه على ضرورة التنبيه بمراجعة كافة الاجراءات والإحتياجات الصحية وإتخاذ كافة التدابير اللازمة للتأكد من سلامة وجودة الأغذية والمشروبات المقدمة فى المدن الجامعية والمستشفيات الجامعية والمطاعم ومنافذ تقديم الأغذية والمشروبات الجامعية وذلك على النحو التالى :-

- ١- التخلص السريع من الكهنة والراكد وكل ما من شأنه أن يكون مصدراً للحشرات والتلوث .
- ٢- تركيب سلك ضيق بالشبابيك وستائر هوائية على أبواب المطابخ والمطاعم على قدر المستطاع .
- ٣- توفير أوعية محكمة الغلق للقمامة والتخلص الآمن منها أولاً بأول .
- ٤- تجهيز أدوات المطبخ المتهالكة واستبدالها بأخرى تتوافر فيها الأشتراطات الصحية .

- ٥- النظافة المستمرة لثلاجات حفظ الاطعمة وثلاجات تجميد اللحوم وضبط درجة الحرارة بما يناسب الأغذية المحفوظة .
- ٦- التأكيد على استخراج الشهادات الصحية للعاملين وتجديدها طبقاً للتعليمات الصادرة فى هذا الشأن .
- ٧- أخذ عينات دورية من مياه الخزانات للتأكد من سلامتها .
- ٨- التأكد من تاريخ صلاحية الاصناف الموردة والتخزين السليم للأصناف بما يتناسب وطبيعة الصنف .
- ٩- الاهتمام بنظافة دورات المياه وتركيب مراوح شفط وصناديق طرد .
- ١٠- العناية بنظافة المكان ونظافة الأدوات والأواني المستخدمه ودهان الأسقف ومعالجة الرشح إن وجد خاصة اسقف دورات المياه .
- ١١- التأكد من مطابقة الأغذية المقدمة فى المدن الجامعية لمعايير الصحة العامة وإتخاذ إجراءات صارمة ضد الموردين والمتعهدين الذين يثبت عدم التزامهم بتلك المعايير .
- ١٢- ارتداء العمال زياً موحداً نظيفاً وقت العمل مع غطاء للرأس وجوانتى لليد ويفضل أن يكون الزى من اللون الأبيض .

وأكد رئيس الجامعة خلال كلمته فى الجلسة الافتتاحية على ضرورة العمل على التغلب على مشكلة ارتفاع ضغط الدم، وذلك بالعودة إلى الطبيعة وممارسة الرياضة، كما وعد بأنه سيتم افتتاح مستشفى القلب فى القربى العاجل، مؤكداً أنه سوف يكون مستشفى ذات تجهيزات كبيرة وناشد الأساتذة الأطباء بضرورة مواصلة العمل الجاد ليل نهار فى سبيل تطوير المستشفيات الجامعية بوجه عام ومستشفى القلب بوجه خاص .

وأضاف أنه سيتم العمل حالياً على إمداد المستشفيات الجامعية بأطقم تمريض كاملة لسد العجز فى التمريض من خلال دعم وزارة الصحة ومؤسسة الأورمان، كما طالب المواطنون من أبناء أسيوط بضرورة تبنى ثقافة جديدة من شأنها تخفيف آلام المرض والعلاج بالطبيعة . كما أكد محافظ أسيوط فى كلمته، ضرورة توعية المواطنين من أبناء أسيوط بأهمية علاج مرض ارتفاع ضغط الدم "القاتل الصامت"، مشيداً بالجهود العظيمة التى يبذلها قسم القلب والأوعية الدموية بأساتذته وأطبائه والتى كان آخرها المساهمة فى تجهيز مستشفى القلب والأوعية الدموية

١٣- إبعاد أى عامل تظهر عليه أعراض مرضية أو تظهر فى يديه بثور أو جروح أو تقرحات جلدية أو يتضح مخالطته لمريض مصاب بمرض معدى ويجب على المسئول عن العمل إبلاغ الجهات الصحية المختصة فى حالة ظهور أى من الأمراض المعدية لأى عامل لديه .

اليوم العالمى لضغط الدم



نظم قسم القلب والأوعية الدموية بكلية الطب جامعة أسيوط ندوة علمية بمناسبة اليوم العالمى لارتفاع ضغط الدم بالاشتراك مع الجمعية المصرية لارتفاع ضغط الدم، تحت رعاية الدكتور يحيى كشك، محافظ أسيوط، والدكتور مصطفى كمال رئيس جامعة أسيوط، والدكتور أحمد مخلوف عميد كلية الطب والدكتور عمرو يوسف رئيس الندوة ورئيس قسم القلب بكلية طب أسيوط .

- * وضع الطعام في غرفة درجة حرارتها " ٢٥ - ٣٥ " درجة مئوية .
- * وجود ناقل للميكروب في الطعام أو العمالة، أو حيوانات محيطة .
- * تلوث الأيدي أو الملابس للعاملين بالطعام أو تلوث أدوات المطبخ بالميكروب .
- * تلوث أسطح تحضير الطعام المستخدمة لتجهيز اللحوم والدواجن والأسماك .
- * فترة بقاء الطعام المكشوف في جوّ الغرفة العادي .

طرق العدوى :

- تنتقل الميكروبات من الشخص المريض إلى الشخص السليم بواسطة ناقل " وسيط "، ومن أهمّ هذه الوسائط الناقلة للميكروب ما يلي :
- * **الغبار** : قد ينقل الجراثيم الموجودة في البصاق لمسافات بعيدة جداً، وقد تستقر هذه الجراثيم على الأطعمة المكشوفة خارج المحلات كمحلات الباعة المتجولين .
- * **الماء الملوّث بالميكروبات** : عن طريق الشرب أو عمل الثلج والمرطبات .
- ☆ **الطعام الملوّث بالجراثيم** : الأطعمة المكشوفة أو الملوّثة أو غير المحفوظة .

وأوضح أن المحافظة تواصل دعم المستشفى الجامعي بكل أقسامها وكذلك دعم مركز الأبحاث بها واستحداث تكنولوجيا النانو لأول مرة والعمل على إنشاء بنك الدم المركزي .

التسمم الغذائي

يعتبر التسمم الغذائي أحد مشاكل العصر الحديثة وواحدة من أهم مشاكل تلوث البيئة الذي غدا يهدد حياة الإنسان ويهدد مصادر الغذاء. ويعود التسمم الغذائي إلى أقدم العصور فمنذ أن خلق الله الإنسان وعرفه بالغذاء بدأ يميز فيه بين الضار والصالح ومن ثم بدأ يخزن المؤن ويتعرف على خواصها وكيفية ومدة حفظها .

ما هو التسمم الغذائي؟

هو إصابة أكثر من شخص بأعراض مرضية متشابهة في ذات الوقت نتيجة تناول مادة غذائية من مصدر واحد .

كيف يحدث التسمم الغذائي؟

يحدث التسمم الغذائي إذا توفّر واحد أو أكثر من العوامل التالية :

التسمم الغذائي الميكروبي: وتسببه كائنات دقيقة "بكتيريا، فيروسات، فطريات، طفيليات" عن طريق السموم التي تفرزها هذه الجراثيم في الأغذية أو داخل الجهاز الهضمي للإنسان، أو نتيجة تكاثر هذه الجراثيم في الأطعمة.

التسمم الغذائي الكيميائي :

ويكون بواسطة المعادن الثقيلة مثل "الزئبق والرصاص" أو بواسطة المبيدات الحشرية المستعملة في رشّ الفواكه والخضراوات، أو بواسطة تلوث الطعام نتيجة رش المبيدات الحشرية بالمنزل، أو بواسطة المنظفات المنزلية والأدوية، كما يسبب تفاعل الأواني مع المواد الغذائية المحفوظة بها كالمعلبات وأواني الطبخ بعضاً من أنواع التسمم الغذائي.

الميكروبات التي تسبب التسمم الغذائي أشهرها المكورات العنقودية :

هي بكتيريا كروية الشكل تتكاثر على شكل تجمعات عنقود العنب أو على شكل سلاسل صغيرة، وهي غير متحركة وتحتمل تركيزات عالية من الملح وينشط نموها في وجود الهواء، ويقل في عدم وجود الهواء. ويحملها الإنسان بواسطة الجلد (كالدامل والقروح والجروح) أو

* **الأدوات الملوثة بالجراثيم :** كالأواني أو الأدوات العامة مثل مقابض أبواب الحمامات، والغملات النقدية المتداولة، ولعب الأطفال وغيرها .

* **الأيدي الملوثة بالميكروبات :** تنتقل الميكروبات إلى الأطعمة والمشروبات إذا لم تغسل جيداً أو تلبس القفازات الصحية عند إعداد الطعام .

* **العشرات :** وهي من أشهر مسببات نقل العدوى للأطعمة، ومن أمثلتها الذباب والصرصور . كما توجد عوامل مساعدة في

حدوث التسمم الغذائي مثل :

* عدم الاهتمام بالنظافة الشخصية.

* ترك الطعام لفترة طويلة في جوّ الغرفة قبل أكله

* التسخين أو التبريد غير الكاف .

* عدم إنضاج الطعام جيداً عند الطبخ .

* تلوث الطعام بطعام آخر ملوث .

* تلوث الطعام بأدوات ملوثة .

* تجميد اللحوم كبيرة الحجم أو تسييح اللحوم

المجمدة بطريقة غير صحيحة .

* أكل الخضراوات أو الفواكه دون غسلها.

* تناول الأطعمة المعلّبة الفاسدة .

أنواع التسمم الغذائي :

يوجد أنواع كثيرة من التسمم الغذائي أشهرها:

يستند العلاج بشكل أساسي إلى أدوية تبطئ مرور الطعام من خلال الأمعاء، وإلى ترطيب الجسم لغالبية الحالات، تكون المعالجة دونما الحاجة لتناول أي أدوية، عبر تعويض الجسم بالسوائل والأملاح وتجنب تناول الأطعمة المثيرة للإسهال أو القيء .

الوقاية من التسمم الغذائي :

النظافة الشخصية للعاملين :

- * تنظيف اليدين وقصّ الأظافر .
- * لبس القفازات .
- * غسل اليدين جيداً بعد التعامل مع الطعام غير المطبوخ .
- * نظافة الملابس .
- * سلامة العاملين من الأمراض أو الجروح .

نظافة موقع إعداد الطعام :

- * إغلاق جميع الفتحات التي تأوي إليها القوارض والحشرات .
- * وضع شبك سلكي ناعم على النوافذ لمنع دخول الحشرات .
- * نظافة وسقف المطبخ وأرضيته وجدرانه .
- * وجود مراوح شفط للتهوية .

بواسطة جهازه التنفسي (كالزفير والكحة والعطس .

سالمونيلا التسمم الغذائي :

هي بكتيريا هوائية ولا هوائية، لونها أبيض رمادي، وهي متحركة وتعيش في درجة حرارة بين (١٤ - ١٥) درجة مئوية، وتوجد في جسم الإنسان والحيوانات والطيور كالدجاج ومنتجاتها (كالبيض)، كما توجد أيضاً في المياه الملوثة ومياه الصرف الصحي.

أعراض التسمم الغذائي :

القيء، الإسهال، الغثيان، المغص الحاد، ارتفاع درجة الحرارة أحياناً. وتظهر هذه الأعراض في خلال " ٢ - ٤٨ " ساعة .

أعراض التسمم الكيميائي :

إضافة للأعراض السابقة قد تظهر الأعراض التالية:

حكة، ضيق حدة العين، سرعة التنفس، سرعة ضربات القلب، عرق، زغلة في الرؤية، صداع، تشنجات في بعض الأحيان، وتظهر أعراض التسمم الكيميائي في خلال دقائق بعد تناول الطعام الملوث بالسموم الكيميائية .

العلاج :

وفي فرنسا تم تسجيل ثلاث إصابات بالفيروس والفيروس رصد لأول مرة عام ألفين واثني عشر، وأدى منذ ظهوره إلى إصابة ٣٠ شخصا في دول مختلفة، سجلت من بينهم ١٨ حالة وفاة .

ما هو هذا الفيروس وما هي أعراضه؟

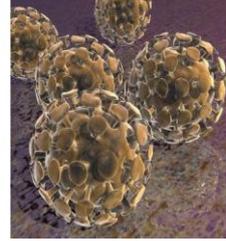
الفيروس الجديد شُخص بأنه فيروس غامض ونادر من عائلة " الكورونا فيروس "، وبحسب المعلومات الأولية، تبدأ أعراض هذا الفيروس الجديد بسيطة كأعراض الأنفلونزا، حيث يشعر المريض بالاحتقان في الحلق، والسعال، وارتفاع في درجة الحرارة، وضيق في التنفس، وصداع، قد يتماثل بعدها للشفاء. وربما تتطور الأعراض إلى التهاب حاد في الرئة، بسبب تلف الحويصلات الهوائية وتورم أنسجة الرئة، أو إلى فشل كلوي، كما قد يمنع الفيروس وصول الأكسجين إلى الدم مسبباً قصوراً في وظائف أعضاء الجسم، مما قد يؤدي إلى الوفاة في حالات معينة.

وكانت منظمة الصحة العالمية قد أعلنت سابقاً أن الفيروس الغامض الجديد ينتمي إلى عائلة الكورونا التي ينتمي إليها فيروس " سارس "،

- * توفر مغاسل للأيدي ومغاسل لأدوات المطبخ
- * توفير نظام صرف صحي جيد.
- * توفير حاويات النظافة والحرص على تغطيتها
- * توفير أسطح تقطيع مختلفة لكل صنف .
- * توفير ثلاجات وفريزرات لحفظ الطعام .
- * تنظيف معدات المطبخ دائماً.

www.mylive.8m.net/tasamom.htm

ظهور فيروس جديد (الكورونا)



رفعت منظمة الصحة العالمية حالة التأهب القصوى ، كما دعت إلى توخي الحذر الشديد من العدوى التنفسية الخطيرة التي يسببها فيروس كورونا الجديد المشابه لفيروس السارس. أعراض الفيروس تبدأ كالأنفلونزا بسعال وارتفاع في درجة الحرارة لتتطور إلى التهاب رئوي حاد ما يؤدي إلى تلف الحويصلات الهوائية وتورم أنسجة الرئة.

على سبيل المثال لم تتعد نسبة إصابة الأطفال بفيروس "سارس" ٥ % وهو أحد فيروسات "كورونا" ذلك لان التعامل مع الحالات كان سريعاً بعزل الحالات ومعالجتها ومنع الأطفال من زيارة المرضى في المستشفيات .

هل هناك علاج لهذا الفيروس؟

ليس هناك علاج خاص ضد مرض كورونا الفيروسي حيث يقوم الجسم بطرد الفيروسات بالمناعة الذاتية، ألا أنه يتم علاج الأعراض بالأدوية الخاصة لكل منها كالأدوية الخاصة بالسعال والمسكنات ومضادات الالتهاب.

يجب الانتباه إلى الأمور التالية عند إصابة شخص ما بمرض كورونا الفيروسي :

يجب الابتعاد عن الأماكن الرطبة .

تهوية المنزل جيداً مع تدفنته جيداً أيضاً.

يجب ارتداء قناع (كمات) للوقاية من العدوى بالمرض .

يجب أن يتم عزل المصاب بغرفة خاصة به وعدم الاحتكاك به وبأعراضه الخاصة حتى يتم الشفاء .

<http://www.who.int/csr/don/archive>

إلا أن الفرق بين الفيروسين يكمن في أن السارس، عدا كونه يصيب الجهاز التنفسي، فإنه قد يتسبب بالتهاب في المعدة والأمعاء، أما الفيروس الجديد فيختلف عن السارس في أنه يسبب التهاباً حاداً في الجهاز التنفسي، ويؤدي بسرعة إلى الفشل الكلوي.

كيف ينتقل المرض؟

كمعظم الفيروسات التي تصيب جهاز التنفس ينتقل المرض عن طريق تلوث الأيدي، والرذاذ والمخالطة المباشرة مع سوائل وإفرازات المريض وجزيئات الهواء الصغيرة حيث يدخل الفيروس عبر أغشية الأنف والحنجرة.

ما هي طرق الوقاية منه وهل يوجد لقاح ضد هذا الفيروس؟

للوقاية منه يجب : عزل المصاب، غسل اليدين، استخدام الكمادات في أماكن الزحام، لا يوجد لقاح مضاد للفيروس .

كيف نكتشف الإصابة بالفيروس؟

نكتشف الإصابة بهذا الفيروس عن طريق الأعراض أو التحليل الفيروسي المخبري. ويتم شفاء هذا المرض نهائياً بعد فترة تتراوح من أسبوع إلى أسبوعين .

هل الأطفال أكثر عرضة للإصابة ؟

* أن الحشرة المسماة (بخنفساء السجادة) قد وضعت في زجاجة مغلقة ، وبقيت فيها حية دون طعام . إذ كانت تقتات في هذه المدة على جلدها الذي كانت تبدله من حين لآخر .

* إن الشجرة المسماة (بشجرة الإعصار) قادرة على الثبات في وجه الأعاصير بثبات وقوة ، ويعود السبب إلى الثقوب الموجودة في أوراقها الكبيرة .

<http://forum.sh3bwah.maktoob.com>

أسرة النشرة

الأستاذ الدكتور / محمد عبد السميع عيد
نائب رئيس الجامعة
لشئون خدمة المجتمع وتنمية
البيئة

بيطري	أ.د. ثابت عبدالمنعم إبراهيم
طب	أ.د. على حسين على زرزور
هندسة	أ.د. محمد أبو القاسم محمد
زراعة	أ.د. أحمد غلاب محمد
علوم	أ.د. حسام الدين محمد عمر
هندسة	د. عادل عبده حسين أحمد
نوعية	د. ياسر محمد فضل
آداب	د. عصام عادل أحمد

هل تعلم ؟

* أن أكبر لؤلؤة في العالم هي التي عثر عليها صيادو اللؤلؤ أمام سواحل كاليفورنيا عام ١٩٦٠ ، وتزن ٣٤٩.٥ قيراط ، وقد عرضت للبيع ، واشتراها ثري يوناني بمبلغ ٣ مليون دولار .

* هذه المعادلة البسيطة : ط = ك ع ٢ هي التي أدت لتصنيع القنبلة النووية ومن الخطأ الشائع أن يقال ذريته والصحيح نوويه إذ لا يوجد قبله ذرية

* أن الحوت الأزرق هو أكبر الحيوانات على وجه الأرض حيث يتراوح طوله للبالغ منه بين ٢٠ متراً، و٣٣ متراً، أما وزنه فبين ٩٠ طناً و١٨٠ ويلمك أيضاً الأعضاء الأكثر ثقلاً : فيزن قلبه ٤٥٠ كيلو غراما ، وورثاه ١٠٠٠ كيلو غراماً ، ووزن فقراته سبعة اطنان أي مايساوي وزن عشر بقرات كاملة النمو . ويزن لسانه ثلاثة اطنان أي مايعادل وزن خمسين رجلاً .

* أن القدماء كانوا يعتقدون أن هنالك عصباً صغيراً يصل بين الإصبع المسماة بالبصير في اليد اليسرى وبين القلب ، وهذا العصب مسؤول عن الحالة الشعورية ، لذلك كان وما زال خاتم الزواج يوضع في هذه الإصبع للسبب المذكور .

- ٩ -

صيدلة

د. علاء عرفات خليفة

أسرة النشرة

الأستاذ الدكتور / محمد عبد

السميع عبد

نائب رئيس الجامعة

لشئون خدمة المجتمع وتنمية
البيئة

بيطري	أ.د. ثابت عبدالمنعم إبراهيم
طب	أ.د. على حسين على زرزور
هندسة	أ.د. محمد أبو القاسم محمد
زراعة	أ.د. أحمد غلاب محمد
علوم	أ.د. حسام الدين محمد عمر
هندسة	د. عادل عبده حسين أحمد
نوعية	د. ياسر محمد فضل
آداب	د. عصام عادل أحمد
صيدلة	د. علاء عرفات خليفة



بتفكيك العرق حال خروجه من المسام، وعلى إثر ذلك تنبعث رائحة تشبه رائحة الجبن من القدمين.

تتعرق القدمان في الحذاء طوال اليوم، فتصبحان رطبتين، وتبدأ الجراثيم بالنمو. وحالما ينزع الشخص قدمه من الحذاء، فإن الجراثيم تستمر بالتكاثر فيه، لاسيما عند وضعه في خزانة مظلمة. وعند ارتداء الحذاء من جديد، تؤمن القدمان (ولو جرى غسلهما) لبيئة الحذاء الدفء والظلمة والرطوبة، مما يجعلها مثالية لنمو الجراثيم

الوقاية من انبعاث رائحة القدمين الكريهة إن الحفاظ على النظافة الشخصية والتبديل المنتظم للحذاء يعدان من أهم أسباب منع انبعاث الروائح من القدمين. والمفتاح الأساسي للوقاية من انبعاث رائحة القدمين هو عدم ارتداء الزوج نفسه من الأحذية ليومين متتالين، كما أن من المهم أيضاً غسل القدمين يومياً وتبديل الجوربين بشكل يومي على أقل تقدير (يجب تجنب ارتداء الجوارب المصنوعة من النايلون، واستخدام تلك المصنوعة من القطن أو الصوف فقط

رائحة القدمين

تشكل الروائح التي قد تنبعث من القدمين مصدر إزعاج ورجل لكل من يعاني منها. ونقدم فيما يلي بعض النصائح البسيطة التي يمكن أن تساعد على التخلص من تلك الروائح

أسباب تعرق القدمين

تحتوي القدمان على غدد عرقية أكثر من أي مكان آخر في الجسم. يمكن أن تتعرق قدما أي شخص، بغض النظر عن حرارة جسمه. ولكن النساء الحوامل والمرهقين هم الأكثر عرضة لذلك بسبب التغيرات الهرمونية التي تطرأ عليهم، وتؤدي إلى زيادة معدلات التعرق لديهم. كما يزداد تعرق القدمين في حالات الوقوف لفترات طويلة، وعند الإصابة بالشدات النفسية والإصابة بفرط التعرق. وقد تؤدي الإصابة بحالات مرضية معينة، مثل قدم الرياضي، إلى انبعاث روائح كريهة من القدمين، حيث تنبعث الروائح الكريهة من القدمين إذا تعرقتا في أثناء ارتداء الحذاء، ولم يجف الحذاء قبل ارتدائه من جديد.

تقوم الجراثيم الموجودة على بشرة القدمين

- ارتداء أحذية جلدية أو قماشية، حيث إنها تسمح بتهوية القدمين، بعكس الأحذية البلاستيكية
- ارتداء صندل مفتوح من جهته الامامية خلال فصل الصيف والبقاء حافيا في المنزل عند المساء

kaahe.org

إذا كان الشخصُ عُرضةً لانبعاث روائح كريهة من قدميه، عندئذٍ يُنصَح بما يلي
-مسح المسافات بين أصابع القدمين باستخدام لفافات قطنية مغموسةً بكحول طبي، وذلك بعد الاستحمام مباشرة، حيث يفيد الكحولُ الطَّبِّي في تجفيف البشرة بين الأصابع، ثم تجفيفها بقطعة قماش

-استخدام مزيل روائح أو مضاد تعرُّق على القدمين، ويمكن استخدامُ مزيلات الروائح أو مضادات التعرق الإبطية نفسها، حيث إنها تصلح تماماً لذلك،

- استخدام نعل (ضبان) يتمتّع بخاصية مضادّة للروائح في الحذاء
-استخدام أنواع الجوارب التي تحافظ على انتعاش القدمين، حيث إنّ بعض الجوارب الرياضية تحتوي على فتحات تهوية تعمل على إبقاء القدمين جافتين كما أنّ أنواع الجوارب المضادّة للجراثيم تكون مزوّدة بمواد كيميائية تعمل على تثبيط نموّ الجراثيم المنتجة للروائح والتي تتغذّى على المفرزات العرقية