**الدكتورة تقى محمد جواد طاهر- اخصائية طب المجتمع**

**بكلوريوس طب وجراحة عامة- بورد عربي طب المجتمع**

**رئيس فرع طب الاسرة والمجتمع في كلية الطب – جامعة واسط**

**عضو تحرير المجلة العالمية لطب الصحة العامة**

**تنمية الوعي الصحي لدى الاطفال**

طالما سمعنا مذ كنا صغارا ان التعلم في الصغر كالنقش على الحجر حيث ان قابلية الطفل على التعلم في السنوات الاولى من العمر بل وحتى وهو في بطن امه تشبه القطعة الاسفنجية التي تمتص الماء باستمرار. لقد اثبتت الدراسات ان لتعليم الاطفال في مراحل مبكرة من الحياة الاثر الكبير في مستقبلهم وحياتهم العامة, لذا كان لزاما ان تبنى شخصية الطفل وتفكيره بطريقة صحيحة تضع اساسا قويا لمستقبل صحي وسعيد ليس للفرد فحسب بل وللمجتمع ككل.

**اهمية التوعية الصحية:**

لايخفى عن الجميع ان صحة الانسان هي من اغلى وانفس ممتلكاته التي لايعوض عنها شيئا ابدا, فالانسان الذي يتمتع بالصحة الجسمانية والعقلية التامة قادرعلى ادارة حياته وحياة من حوله بكل سهولة ويسر, اذ انه يستطيع القيام بكافة مهماته والابداع فيها والاعتماد على النفس بالاضافة الى الشعور بالسعادة والطمانينة, ومن هنا جائت اهمية زيادة وتنيمة الوعي الصحي للمجتمع وخصوصا الاطفال.

**وسائل و طرق تنمية الوعي الصحي للاطفال:**

من المعروف والمسلم ان شخصية الطفل تتاثر بشكل كبير في البيئة التي ينشا بها وان العائلة التي يتربى بها الطفل تعتبرالمعلم الاول الذي يتعلم منه الطفل اغلب مهاراته ويكتسب منه العادات الصحية والاجتماعية. ان الاسرة وخاصة الابوين تعتبرالمحورالاساسي لتعزيز التوعية الصحية لدى الابناء في اكتساب وتعلم المهارات الصحية مثل النظافة الشخصية, الغذاء الصحي, الوقاية من الامراض, وغيرها. تصرفات الابوين والاخوة وبقية افراد العائلة داخل المنزل وخارجه بما يتعلق بالسلوك الصحي ممكن ايضا ان تكون حافزا للتعلم, اذ يميل الطفل غالبا الى التقليد وكما اثبتت الدراسات بان المشاهدة والتطبيق تعتبر من افضل الطرق التي تساعد على اكتساب و حفظ المعلومات والمهارات.

ومع مرور الوقت ودخول الطفل الى رياض الاطفال والمدرسة ياتي دورهذه المؤسسات بدرجة كبيرة كي تسهم ببلورة ماتعلم الطفل داخل حدود المنزل والاسرة, اذ يعتبر الطفل معلميه قدوة له بل ابطاله الخارقون الذين يستمد منهم القوة والنجاح, ولكي يكون المعلم فعالا في تعزيز وتنمية السلوك والوعي الصحي للطفل يجب ان يكون واعيا مثقفا وملما بجميع هذه السلوكيات, كما يجب ان تحتوي المناهج الدراسية على الكثير من المعلومات التي من الممكن ان تكون ذات اهمية في مراحله العمرية الحالية والقادمة مثل التغذية الصحية المعتمدة على الخضروات والفواكه, ممارسة الرياضة, النظافة الشخصية وكيفية العناية باعضاء الجسم كالعين والانف والفم, كيفية الوقاية من الامراض الانتقالية, كيفية الوقاية من الحوادث, بالاضافة الى دروس بسيطة حول الاسعافات الاولية والتعامل مع الجروح.

كما وان لوسائل الاعلام السمعية والبصرية الاثر الكبير في توجيه الطفل الى السلوكيات الصحية الصحيحة التي تتم عن طريق البرامج التلفزيونية التي ممكن ان تجذب الطفل بطريقة تقديمها للمادة العلمية على شكل رسوم كارتونية محببة للطفل او على شكل اغاني تفاعلية, ويمكن الاستفادة ايضا من سرد القصص والالعاب المشوقة التي تمزج المتعة مع التعلم.

**بناء المستقبل:**

على جميع الحكومات التي تهدف الى تطوير مستقبلها علميا واقتصاديا واجتماعيا وصحيا ان تسعى جاهدة الى استغلال اكبرطاقاتها المتجددة و المتمثلة بالجيل القادم والتركيز على تقديم افضل الفرص المتاحة للاطفال في سن مبكرة من العمروكما تقول العبارة" قد لا تكون قادراً على إعداد المستقبل لأطفالك، لكن يمكنك على الأقل؛ إعداد أطفالك للمستقبل".