الفهم والتحليل

1. متى يقدّر الإنسان القيمة الحقيقيّة للصحّة؟

حين يُبتلى بالأمراض البسيطة والشديدة.

2. أشار النص إلى أنواع من أمراض فقر الدم، اذكرها.

فقر الدم المنجليّ، وفقر الدم الانحلاليّ، فقر الدم الخبيث.

3. ما المقصود بفقر الدم (الأنيميا)؟

فقر الدّم (الأنيميا) حالة مرضيّة ينخفض فيها عدد كريّات الدم الحمراء الصحيّة إلى ما دون الحالة العادية، وتنتج عن اضطراب في عمر الكريّة الحمراء (نقص العمر) أو إنتاج غير مناسب للكريّات الحمراء من نخاع العظام؛ مما ينتج عنه نقص في نسبة هيموغلوبين الدم لدى الإنسان.

4. مم يتكوّن هيموغلوبين الدم؟

هيموغلوبين الدم يتألف من أربع ذرات حديد (الهيمو) مع ذرة من (الغلوبين؛ أي البروتين).

5. علّل ما يأتي:

أ- يعد نقص الحديد في الجسم أكثر أسباب فقر الدم انتشاراً في العالم.

يرجع ذلك إلى قدرة الجسم المحدودة على امتصاص الحديد من الغذاء، أو حين يكون الحديد اللازم لإنتاج الهيموغلوبين في الجسم غير متوافر، فيحاول الجسم الإبقاء على مستوى الهيموغلوبين طبيعيًّا في الدّم قدر الإمكان بعد نضوب مخزون الحديد، ولا تظهر في هذه الفترة علامات فقر الدم عند إجراء تحليل للدم.

ب- تسمية فترة نقص الحديد في الجسم بفترة نقص الحديد الكامن.

لأنه ولا تظهر في هذه الفترة علامات فقر الدم عند إجراء تحليل للدم.

6. ما أسباب فقر الدم الناتج عن نقص الحديد؟

من أسباب فقر الدم الناتج عن نقص الحديد: سوء التغذية، وزيادة حاجة الجسم للحديد في أثناء فترة الحمل والرضاعة، وقلة امتصاص الحديد من الأمعاء، ولا سيما بعد عمليّات استئصال المعدة أو جزء منها.

7. هل ترى أن نمط الحياة الذي يعيشه شباب اليوم من مسببات فقر الدم للحديد؟

نعم، من خلال العادات الغذائيّة السيئة وتناول الوجبات السريعة الغنية بالدهنيات واحتوائها الأملاح بنسبة عالية، والفقيرة بالمواد الغذائية المفيدة للجسم نحو الفيتامينات، وتناول المشروبات الغازية.

8. اذكر العلامات التي تدلّ على إصابة المريض بالأنيميا.

من العلامات التي تدلّ على إصابته بالمرض، منها: شحوب الوجه واصفراره، وتشقّق زوايا الفم، وضعف عامّ في الجسم، والشعور بالتعب والإرهاق في أثناء الجهد، والصداع، وفقدان الوعي أو الشعور بالسقوط، وهشاشة الأظافر وتقعرها، وضمور حُلَيْمات اللسان، وتساقط الشعر، وصعوبة البلع مع التهاب اللسان.

9. كيف يشخّص الأطباء إصابة المريض بالأنيميا؟

عن طريق إجراء الفحص السريريّ والفحص المخبريّ.

10. إلامَ تهدف معالجة الأنيميا؟

تهدف معالجة الأنيميا إلى زيادة الهيموغلوبين بواقع 1غم أسبوعيًّا حتى يصل إلى المستوى الطبيعيّ له.

11. أشار النص إلى ضرورة أن نلتمس الأسباب الموجبة للصحة، ونبتعد عن مسببات المرض. ناقش هذه العبارة.

على الإنسان الأخذ بالأسباب بتناول الغذاء السليم المتوازن الذي يزوّد الجسم بما يحتاج إليه من العناصر الضروريّة لبنائه ووقايته من الأمراض وممارسة التمارين الرياضيّة والابتعاد عن التدخين وتناول الكحول مما يحقق الصحة المطلوبة ويناى به عن الأمراض.

12. بيّن كيف يجعل المرء نفسه حصينًا منيعًا في وجه المرض في رأيك.

بالأخذ بالأسباب الموجبة للصحة والبعد عن مسببات المرض، فدرهم وقاية خير من قنطار علاج.