

الفصل الأول: الصحة العامة

مفهوم الصحة العامة

العوامل التي تؤثر علي صحة الإنسان

الصحة المدرسية وعلاقتها بالصحة العامة

أسباب الإهتمام بالصحة المدرسية

مجالات الصحة المدرسية

خدمات الصحة المدرسية

الرياضة و أثرها علي الصحة

الفصل الثاني: التغذية و المواد الغذائية

وظائف الغذاء و أهميته لجسم الإنسان

مواصفات الغذاء السليم

المواد الغذائية اللازمة لجسم الإنسان

المواد الكربوهيدراتية

المواد الدهنية

المواد البروتينية

الفيتامينات

١ - فيتامين أ ( A )

٢ - فيتامين د ( D )

٤٢	٣ - فيتامين هـ ( E )
٤٣	٤ - فيتامين ك ( K )
٤٤	مجموعة فيتامين ب
٤٤	١ - فيتامين ب ١ ( ثيامين )
٤٤	٢ - فيتامين ب ٢ ( رايبوفلافين )
٤٥	٣ - فيتامين ب ٥ ( حامض البانتوثينيك )
٤٥	٤ - فيتامين ب ٦ ( بيريدوكسين )
٤٦	٥ - فيتامين ب ٧ ( نياسين )
٤٧	٦ - فيتامين ب ١٢ ( سيانوكوبلامين )
٤٧	٧ - فيتامين حامض الفوليك
٤٨	٨ - فيتامين البيوتين
٤٨	٩ - فيتامين سي ( حامض الأسكوربيك )
٤٩	الأملاح المعدنية
٤٩	أهمية الأملاح المعدنية لجسم الإنسان
٥٠	١ - الكالسيوم
٥١	٢ - الفوسفور
٥٢	٣ - الحديد
٥٣	٤ - الصوديوم
٥٤	٥ - اليود
٥٥	٦ - البوتاسيوم
٥٦	٧ - الكلور

٥٦	٨ - الماغنسيوم
٥٧	٩ - الكبريت
٥٨	١٠ - الزنك
٥٨	١١ - النحاس
٥٩	١٢ - المنجنيز
٦٠	الماء
٦٣	الفصل الثالث: التسمم الغذائي و أثاره علي صحة الإنسان
٦٦	١ - التسمم البكتيري للغذاء
٧٦	٢ - تسمم الغذاء بسموم الفطريات
٧٧	٣ - تسمم الغذاء بالمواد الكيميائية
٨٣	الفصل الرابع: تلوث البيئة و أثارها علي الصحة
٨٥	أقسام تلوث البيئة
٨٥	١ - تلوث الهواء
٨٦	ملوثات الهواء
٨٦	أ - ثاني أكسيد الكربون
٨٧	ب - أول أكسيد الكربون
٨٨	ج - أكاسيد النيتروجين
٨٩	د - غاز ثاني أكسيد الكبريت
٩٠	هـ - تلوث الهواء بعامد السيارات
٩١	و - تلوث الهواء بالشوائب
٩٢	ز - تلوث الهواء بمركبات الكلوروفلوروكربون

٩٢

٢- تلوث الماء

٩٤

٣ - تلوث التربة

٩٧

الفصل الخامس: الأمراض غير المعدية

٩٩

أولاً: أمراض سوء التغذية

٩٩

١- النقص الشديد لوزن الجسم

١٠١

٢- البدانة ( السمنة )

١٠٣

٣- الكساح

١٠٤

٤- لين العظام

١٠٦

٥- فقر الدم ( الأنيميا )

١١٢

٦- الكواشيركور

١١٤

٧- العشي الليلي

١١٤

٨- البري بري

١١٥

٩- البلاجرا

١١٥

١٠- الأسقربوط

١١٦

١١- الجويتر

١١٦

ثانياً: الأمراض الوراثية

١١٧

١- الأنيميا المنجلية

١١٨

٢- الهيموفيليا

١١٨

٣- مرض داون

١١٩

٤- مرض تيرنر

١٢٠

٥- مرض كلاينفلتر

ثالثاً: الأمراض الناتجة عن اختلال وظائف الغدد الصماء

١- أمراض القذامة و العملاقة و تضخم الأطراف

١٢٠

١٢١

٢- مرض جريف

١٢١

٣- الميكسيديما

١٢٢

٤- مرض أديسون

١٢٣

رابعاً: الأمراض السرطانية

١٢٣

١- سرطان الرئة

١٢٤

٢- سرطان المعدة

١٢٤

٣- الأورام الخبيثة للغدد الليمفاوية

١٢٥

خامساً: الأمراض غير المعدية التي لها أسباب متعددة

١٢٧

١- الربو

١٢٧

٢- التهاب الزائدة الدودية

١٢٧

٣- النقرس

١٢٨

٤- الذبحة الصدرية

١٢٨

سادساً: الأمراض النفسية و العصبية

١٣٠

١- القلق النفسي

١٣٠

٢- الصرع

١٣٢

٣- الفصام (الشيزوفرينيا)

١٣٤

٤- الزهايمر

١٣٥

الفصل السادس: الأمراض المعدية

١٣٧

مسببات الأمراض المعدية

١٣٩

١٤١	طرق العدوي بالأمراض المعدية
١٤٣	مخارج العدوي
١٤٤	مداخل العدوي
١٤٦	أ- الأمراض البكتيرية
١٤٦	١- التهاب البلعوم
١٤٧	٢- الدفتريا
١٤٩	٣- الإلتهاب الرنوي
١٥٣	٤- السعال الديكي
١٥٤	٥- السل الرنوي
١٥٦	٦- الإلتهاب السحائي البكتيري
١٥٧	٧- الكوليرا
١٥٨	٨- التيفود
١٦	٩- السيلان
١٦٢	١٠- الزهري
١٦٦	١١- الطاعون
١٦٧	١٢- التوكسوبلازما
١٧٠	- الأمراض الفيروسية
١٧٠	١- الأنفلونزا
١٧٢	٢- الزكام ( نزلة البرد )
١٧٣	٣- الجديري المائي
١٧٤	٤- الحصبة

١٧٦  
١٧٧  
١٧٨  
١٨٠  
١٨٢  
١٨٥  
١٨٦  
١٨٦  
١٨٧  
١٨٩  
١٨٩  
١٩٣  
١٩٥  
١٩٦  
١٩٨  
٢٠  
٢٠٢  
٢٠٥  
٢٠٧  
٢٠٨  
٢١١

- ٥- الحصبة الألمانية  
٦- النكاف ( التهاب الغدة النكفية )  
٧- الجدري  
٨- شلل الأطفال  
٩- الإلتهاب الكبدي  
١٠- الإيدز

### ج- أمراض الفطريات

- ١- الإلتهاب الرئوي الفطري  
٢- الإصابات الجلدية الفطرية

### د- أمراض الطفيليات

- ١- الملاريا  
٢- مرض النوم  
٣- مرض شاجاس  
٤- الدوسنتاريا  
٥- إسهال الجيارديا  
٦- البلهارسيا  
٧- الديدان الشريطية  
٨- ديدان الإسكارس  
٩- ديدان الأنكليستوما  
١٠- الديدان الدبوسية

### المراجع