

## أولاً: الرش

### مفهوم الرش

**الرش:** هو مرضٌ معدٍ سببه فيروس يصيب الأغشية المخاطية للجهاز التنفسي، وهو شديد العدوى.

### طرق العدوى بالرش

#### البكتيريا:

كائنات حية دقيقة لا ترى بالعين المجردة بعضها مسبب للأمراض وبعضها مفيد

#### الفيروسات:

كائنات دقيقة جدا مسببة للأمراض، لا ترى بالعين المجردة وهي أصغر من البكتيريا

1. استنشاق الهواء الملوث بالفيروس

المسبب للمرض.

2. استخدام أدوات الشخص المصاب بالرش.

## أعراض الرشح:

1. سيلان الأنف.
2. ألم في الجهاز التنفسي.
3. سعال.
4. عطاس متكرر.
5. صداع.
6. حرقة أو ألم في العينين يصحبه دمع.
7. ارتفاع طفيف في درجة الحرارة.

## ممارسات مفيدة في تدبير مرض الرشح:

1. قياس الحرارة باستمرار.
2. الراحة في البيت.
3. تنظيف الأنف بمحلول ملحي مخفف.
4. استخدام الورق الصحي.
5. استنشاق البخار للمساعدة على فتح الأنف.
6. تناول المشروبات الساخنة والسوائل الدافئة.
7. مراجعة الطبيب في حال استمراره.

**سؤال:** ليس للمضادات الحيوية دورٌ في علاج الرشح.

**الإجابة:** لأنه مرض فيروسي؛ وليس للمضادات الحيوية القدرة على مقاومة الأمراض الفيروسية.

## المناعة الذاتية

للمناعة الذاتية درؤ في التغلب على الرشح.  
**المناعة:** هي مقدرة الجسم الذاتية على مقاومة الأمراض.