

## مفهوم جائحة كورونا كوفيد-19 وطرق التعامل معها بين الطب النبوي والطب الحديث

*The concept of the Corona Covid-19 pandemic and ways to deal with it between prophetic medicine and modern medicine*

الدكتورة مليكة زيد\*<sup>1</sup>

<sup>1</sup>جامعة الشهيد حمة لخضر، مخبر إسهامات العلماء الجزائريين، الوادي، الجزائر

malikazid@yahoo.com

تاريخ القبول: 06 / 02 / 2022 .

تاريخ الإرسال: 25 / 12 / 2021 .

### Abstract:

In view of the transformation that is taking place in the world today due to the Corona pandemic, efforts have joined forces to know the causes of this pandemic and its effects by focusing on ways to prevent it. And the prophetic medicine, which established a healthy constitution that protects humanity from diseases and pandemics, and referring to the accelerated efforts of modern medicine to reach a preventive and curative solution, using the descriptive and analytical approach. When he saw that the prophetic medicine's dealing with the pandemic is a preventive one, and modern medicine is a curative one, and both complement the other.

**Keywords:** pandemic, corona covid 19, prophetic medicine, modern medicine

### ملخص:

نظرا للتحوّل الحاصل في العالم اليوم بسبب جائحة كورونا تضافرت جهود الأطباء والعلماء والباحثين لمعرفة دواعي ظهور هذه الجائحة والآثار المترتبة عنها بالتركيز على الحلول والطرق الكفيلة للوقاية منها، وكان هذا البحث كمحاولة متواضعة علّما تعود بالنفع والفائدة إن شاء الله، فهدف البحث إلى التعرف على مفهوم جائحة كورونا كوفيد وطرق التعامل معها بين الطب الحديث والطب النبوي الذي أسس دستوراً صحياً بقي البشرية من الأمراض والأوبئة والجوائح، و الإشارة إلى مساعي الطب الحديث المتسارعة في التوصل إلى حلّ وقائي قبل الإصابة بالجائحة وحل علاجي بعد الإصابة بالجائحة، مستخدمة في ذلك المنهج الوصفي والتحليلي، فتوصل البحث إلى ضرورة الأخذ بالأسباب للوقاية من جائحة كورونا وفق ما أشار إليه الطب النبوي في حين و بأنّ تعامل الطب النبوي مع الجائحة هو تعامل وقائي والطب الحديث تعامل علاجي وكلاهما مكتملا للآخر. الكلمات المفتاحية: الجائحة، كورونا كوفيد 19، الطب النبوي، الطب الحديث

## مقدمة المقال:

جائحة كورونا تُعدُّ أكبر مشكلة صحّية تعرّض لها العالم اليوم، خلّفت آثار وأبعاد معقّدة تسبّبت في إحداث تغييرات على مستوى القطاعات الاقتصادية والقانونية والسياسية والاجتماعية، فقلّبت الموازين أمام التّطوّر الهائل الذي يعيشه العالم اليوم، وفي الوقت الذي تفاقمت فيه حجم الإصابات وتضخّم حجم الإحصائيات المريعة في حصّد مئات وآلاف الأرواح، توجّهت أفلام الباحثين المعاصرين في دراسة حيثياتها من حيث الأسباب والشّروط وعوامل انتشارها والتّدابير التّاجمة للوقاية من هذا الفيروس الجائحي أو خطورة الإصابة به، فاقصرت بعض دراساتهم في مجال العلم الطّبي، وآخر في علم الأوبئة وآخر في الطبّ التّبوي...إلخ.

والطبّ التّبوي بدوره يزخر بعددٍ لا مثيل له من التّعليمات الاحترازية للوقاية من أيّ مشكلة صحّية تتعرّض لها البشرية جمعاء كالجائحة مثلاً، فقد سبق جميع المنظّمات العالمية والمحليّة والإقليمية في مكافحة الأوبئة والجوائح، فعَدَّ المصدر الأوّل الذي تعود إليه البشرية جمعاء عندما تعجز حيلها.

والطبّ الحديث بدوره كانت له مساعي نشطة في التّعامل مع الجائحة بالطّريقة العلمية والعلاجية تبنته منظّمة الصّحة العالمية، وبرغم هذه المساعي بآلياتها المتعدّدة لم تصل بعدُ إلى حلٍّ أو علاجٍ متّفق عليه، إلّا أنّ الدراسات الأخيرة أكّدت على ضرورة الاحتراز من الجائحة بالأخذ بالاحتياطات الوقائية مثل ما أقرّها الطبّ التّبوي منذ 1443 سنة، ولخطر هذه الجائحة يمكننا التّعرف على كورونا كوفيد-19 من حيث المفهوم وأسباب ظهورها وكيفيات التعامل معها وفق الطبّ التّبوي والطبّ الحديث وإيجاد الفوارق بينهما.

وقد كان الاختيارُ لهذا الموضوع للاضطراب الحاصل الذي تبّع جائحة كورونا كوفيد-19 نفسياً وجسدياً واجتماعياً واقتصادياً...، فانتابني شعورُ البحث والقراءة في صفحات الكتب والدراسات علني أقتبس منها الفوائد العملية والعلمية للتّعرف على هذه الجائحة وكيفيات تخطّي أثرها.

فتأتي أهوية هذا الموضوع من أهوية البحث في بيان طبيعة جائحة كورونا كوفيد-19 وخطورتها المساهمة بتضرّر الجسد البشري، فبات من الصّوروري السّهر في دراسة حيثياتها وسبل التّعامل معها وقايةً كانت أم علاجاً، بالإشارة إلى مبادرات الطبّ الحديث وتعليمات الطبّ التّبوي.

فكانت من جملة الأهداف التي سيسعى البحث إلى تحقيقها التّعرف على جائحة كورونا كوفيد-19، ومحاولة الوصول إلى وضع بند وتوصيات في الطبّ الوقائي والعلاجي بحسب ما صرّح به العلماء والأطباء

حديتًا وما أقرّه الطّبّ التّبوي، فارتكز على بعض الدّراسات المعاصرة التي تضفي للأبحاث الطّبيّة طرق وسبل الوقاية من الجائحة وبالأحرى وباء "كورونا"، والتّعرّف على نجاعة الطّبّ التّبوي وتعليمات الطّبّ الحديث من التحرز والوقاية من هذه الجائحة معتمدة في ذلك على المنهج الوصفي والاستقرائي والتحليلي.

ولمعرفة تفاصيل موضوع البحث أمكننا الإجابة عن الأسئلة التالية:

- ما مفهوم الجائحة؟
- ما هي كورونا كوفيد-19؟
- ما مدى خطورة كورونا كوفيد-19؟
- كيف تعامل الطّبّ التّبوي مع جائحة كورونا كوفيد-19 وفيما يتّفق مع الطّبّ الحديث؟

### المبحث الأوّل: مفهوم جائحة كورونا كوفيد-19 وآثارها

في 31 ديسمبر 2019 تمّ إبلاغ مكتب منظمّة الصّحة العالميّة في الصّين بحالات التهاب الرّئوي مجهولة المصدر، وتمّ اكتشافها في مدينة ووهان بمقاطعة هوبي، وتمّ تحديد الفيروس تاجي جديد مسؤول عن هذا المرض التّنفسي في 7 جانفي 2020م، وأطلق عليه فيما بعد باسم SARS-COV-2. ونما هذا الوباء بعدها بشكلٍ مطّرد وتزايد عدد الأشخاص المتضرّرين، ظهر في البداية في الصّين ثمّ انتشر إلى بلدان أخرى وأدّى هذا الوضع الوبائي للمتغيّر للفيروس التاجي بالمدير العام لمنظمّة الصّحة العالميّة إلى عقد لجنة الطوارئ العالميّة في 22-23 جاني 2020م، وبناء على ذلك أعلنت منظمّة الصّحة العالميّة من خلال مديرها أنّ فيروس كورونا كوفيد 19-التاجي جائحة عالميّة وأعلن حالات طوارئ ذات الاهتمام الدولي<sup>1</sup>. فما هي جائحة كورونا؟ وما آثارها؟

### المطلب الأوّل: مفهوم جائحة كورونا كوفيد 19

ظهرت جائحة كورونا كوفيد 19 في الآونة الأخيرة بشكلٍ مريع فأحدثت ضجّة إعلاميّة عالميّة تبعها تحرّك عالمي لمعرفة تداعيات هذه الجائحة من حيث مصدرها وأسبابها ونوع سلالتها، فاختلقت وجهات النّظر وتعدّدت الآراء والمفاهيم حول طبيعة جائحة كورونا ومفهومها، يمكن إيجاز بعض ما كتبه أهل الاختصاص كالآتي:

## الفرع الأول : مفهوم الجائحة

الجائحة في حقيقتها تحدّث عندما ينتشر الوباء إلى عدّة بلدان أو قارّات ،وعادة ما يصاب بها عدد كبير من السّكان<sup>2</sup>، وقد اعتبرت منظمة الصحة العالمية كورونا كوفيد - 19 جائحة، وبالتالي تختلف عن الوباء، فالوباء قد يكون انتشاره في منطقة جغرافية كبيرة ومحصورة في دولة واحدة أو عدد قليل من الدّول، أمّا الجائحة فتعني انتشارًا عالميًا للمرض، شاملاً عددًا غير قليل من الدّول، وهو ما نشهده الآن، وعليه اختلفت جهات النّظر والآراء حول طبيعة الفيروس ومصدره وإخفاء المعلومات عنه، إذ اعتبره البعض بأنّه حالة مرضية تطوّرت بفعل عوامل طبيعية حصلت في سلالة عائلة معيّنة من الفيروسات لها القدرة على التّطوّر الطّبيعي والتّكيف مع المتغيرات البيئية لكي تستمر بالنّشاط والتّأثير.

## الفرع الثاني : مفهوم كورونا كوفيد - 19

يعيش العالم اليوم هلع كبير وتخوف من فيروس كورونا كوفيد -19 المستجد، كونه حسب ما ذكره المؤرّخون حديثاً يُعدّ جائحة، ويختلف نمط انتشارها عن غيرها من الفيروسات التاجية التي تصيب الجهاز التنفسي، و اعتبرت الدّراسات المعاصرة والأبحاث بأنّ كورونا من سلالة الفيروسات، والفيروس هو مسبّب للمرض وصغير جدّاً في الحجم الذي لا يرى إلاّ تحت المجهر الإلكتروني ولا يستطيع الحياة والتكاثر إلاّ داخل خلية حيّة لذلك لا يصنّف أنّه كائن حيّ، وتتسبّب الفيروسات بأمراض كثيرة مثل: الأنفلونزا، ومرض الإيدز، وشلل الأطفال، الورم الحليمي البشري... وغيرها من الأمراض<sup>3</sup>، و عليه فما هو فيروس كورونا المستجد؟ ومن أيّ سلالة؟ وما مدى خطورته؟

هناك أمراض فيروسية بكتيرية كثيرة يطلق عليها بـ: الأمراض المعدية، تنتقل بين التّاس فتسبّب العدوى عن طريق المصافحة والملامسة والعطاس والسّعال واللمس على الأسطح، وعن طريق مشاركة شخص طعامه أو شرابه أو فراشه، وأحياناً بمجرد الاقتراب منه من خلال هواء التنفس كالإنفلونزا، وكورونا كوفيد الحديث، ويمثّل فيروس كورونا كوفيد -19 فصيلة كبيرة من الفيروسات التي تسبّب أمراض متنوّعة للإنسان كالزّكام، نزلات البرد العادية، ومتلازمة الالتهاب الرئوي الحاد (سارس sars-cov-2)<sup>4</sup>.

ويضاف إلى ذلك اعتبار فيروس كورونا: (سلالة جديدة لم يسبق تحديدها وإصابتها للبشر من قبل، وقد أعلنت عنه اللّجنة الدولية لتصنيف الفيروسات تسميته بـفيروس كورونا 2 المتسبّب لمتلازمة الالتهاب الرئوي اسمًا رسميًا للفيروس الجديد في 11- 2- 2020 م، واختير هذا الاسم لارتباط الفيروس جينيًا

بفيروس كورونا في عام 2003م، وأعلنت منظمة اللّجنة ومنظمة الصحة الدولية أنّ كوفيد-19 هو الاسم الرّسمي لهذا المرض الجديد الذي يسببه هذا الفيروس)<sup>5</sup>.

وحسب ما أشار إليه متخصصون: (بأنّه مرضٌ تتسبّب به سلالة جديدة من الفيروسات التاجية، الاسم الانجليزي له مشتق كالتالي: "co" هما أوّل حرفين من كلمة كورونا "corona" و "vi" هما أوّل حرفين من كلمة فيروس (virus) و "D" هو أوّل حرف من كلمة مرض "disease" وأطلق على هذا المرض سابقا اسم "novel" 2019 ، "coronavirus" أو "2019-NCov" ، إنّ فيروس كوفيد-19 هو فيروس جديد يرتبط بعائلة الفيروسات نفسها التي ينتمي إليها الفيروس الذي يتسبّب بمرض المتلازمة التّنفّسية الحادّة الخبيثة (سارز) وبعض أنواع الرّكّام العادي) <sup>6</sup> واسم كوفيد-19 هو الاسم الذي أطلقته منظمة الصحة العالمية للفيروس المسبّب لمرض الالتهاب الرّئوي الحاد، والمعروف باسم (كورونا).. يؤثّر على الثّاس بشكلٍ مختلف، حيث تظهر معظم الحالات أعراضا خفيفة، خاصّة عند الأطفال والشّباب، ومع ذلك، فإنّ بعض الحالات يمكن أن تظهر بشكلٍ حاد وخطير، حيث يحتاج حوالي 20 ٪ من المصابين للرّعاية الطّبيّة في المستشفى.<sup>7</sup>

يصاب الإنسان بفيروس كورونا كوفيد-19 عن طريق انتقال الفيروس من انسان إلى آخر أو عن طريق القطرات أو بواسطة اللّمس ويمكن أن تتمّ العدوى بالفيروس عن طريق: أو الاتّصال المباشر والمطوّل بحامل الفيروس، أو مسّ العين أو الأنف أو الفم بأيدي ملوّثة بالقطرات المترسّبة على الأسطح، كما تظهر أعراض العدوى بفيروس كورونا كوفيد-19- بعد فترة حضانة تتراوح بين 5 و6 أيام<sup>8</sup>.

### المطلب الثّاني: آثار جائحة كورونا كوفيد-19

خلفت جائحة كورونا آثارا متعدّدة ظهرت في شكل أعراض على مستوى الأفراد وتعدّدت آثارها الخطرة على مستوى المجتمعات، ومن أهمّ هذه الأعراض التي توجي بخطورة هذه الجائحة ما يلي:

#### الفرع الأوّل: أعراض مرض كورونا كوفيد-19 على المصابين

يعد فيروس كورونا من الفيروسات التي تسبب اعتلالات تتنوّع ما بين الرّكّام و متلازمة الالتهاب الرّئوي الحاد وأمراض أخرى، ومعرفة الإصابة بهذا الفيروس يكون عن طريق ظهور بعض الأعراض الشّائعة غالباً ما تتمثّل في الحمّى والإرهاق والسّعال الجاف، احتقان الأنف، الرّشح، ألم الحلق، الإسهال...، وعادة ما تكون هذه الأعراض خفيفة وتبدأ تدريجيّاً ويصاب الثّاس بالعدوى دون أن تظهر عليهم الأعراض ودون أن

يشعروا بالمرض، ويتعافى معظم الأشخاص نحو 80 بالمئة من المرضى دون الحاجة إلى علاج خاص، وتشتدُّ حدَّة مرض كوفيد-19 لدى شخص واحد تقريبا من كلِّ سِتَّة أشخاص يصابون بعدوى كوفيد حيث يعانون من صعوبة التنفُّس وتزداد احتمالات إصابة المسنِّين والأشخاص المصابين بمشكلاتٍ طبيَّةٍ أساسية مثل ارتفاع ضغط الدَّم أو أمراض القلب أو داء السكري بأمراض وخيمة<sup>9</sup>، وعادة ما تكون الأعراض السريرية تشبه أعراض الأنفلونزا وتمثِّل هذه الأعراض في أعراض تنفُّسيَّة: سعال، ضيق في التنفس، حمى، قشعريرة، وهن أو تعب، صداع، آلام بالعضلات و المفاصل، اضطرابات في الجهاز الهضمي<sup>10</sup> وما هو معلوم أنّ جائحة كورونا كوفيد-19 لا تمثِّل أزمة صحيَّة كبرى فحسب، بل تداعياتها ولَّدت أزمة اجتماعية واقتصادية وسياسية تركت آثار سلبية في جميع دول العالم .

### الفرع الثَّاني : خطورة جائحة كورونا كوفيد-19 على المجتمعات

إنَّ الإصابة بفيروس كورونا كوفيد – 19 أحدث تغييرًا سريعًا في التِّباق الذي تعيش فيه البشرية عمومًا، فإجراءات الحجر الصحي مثل: إغلاق المدارس والقبود على الحركة، وتعطُّل الرُّوتين اليومي للمجتمعات، وإحداث ضغوطات على مستوى الأفراد والجماعات، خصوصا المؤسَّسات الاجتماعية كالأسرة والمؤسَّسات التَّربوية كالمدرسية، ويزداد الخطر على الأفراد بما فيهم الأطفال والنِّساء، بسبب الإقصاء الاجتماعي والاقتصادي، مثلا : كتعطيل الرُّوابط الأسرية والدَّعم الأسري، الخوف من المرض ، التَّأثير التِّلبي على نماء الطِّفل للإساءات والإهمال والعنف والاستغلال... انفصال أفراد الأسر و تراجع رأس المال الإنساني بتعطيل الخدمات الأساسية أو تقييد إمكانية الحصول عليه<sup>11</sup>.

وبناء على هذه الأوضاع وتحديثاتها أشارت دراسات معاصرة إلى خطورة الوضع وتحذيرها الشَّديد لمسببات الإصابة بفيروس كورونا كوفيد-19، ويبيِّن كفاءات التَّعامل معها، فدعت إلى تجنُّب العدوى حرصًا على سلامة الفرد والمجتمع من خلال عزل المصاب بالوباء حتَّى لا يصاب غيره – وقد أثبتت التَّراسات المتخصِّصة مدى خطورة وباء كورونا كوفيد-19 والذي يُوِّدي إلى العدوى والفكك بصحَّة الإنسان، مع العلم أنّ الهدي التَّبوي كان له دراية سابقة منذ قرون مديدة بوقوع مثل هذه الفتن والكوارث الصحيَّة في حياة البشرية، ليصبح - الطبِّ التَّبوي - على رأس المصادر الطِّبية والوقائيَّة لمكافحة الجائحة الفيروسيَّة، ممَّا استقطبت أبحاث العديد من الباحثين مسلمين وغيريين وأقروا بعجب ودهشة صدق هذه الرِّسالة التَّبوية وكفاءة العلمية والطِّبية لمواجهة آية نازلة أو حادثة يجد فيها المسلمين قد أحصنوا أنفسهم جسديًا ونفسيًا وماديًا من خلال الشُّرائع والعبادات التي اعتادوا على أدائها منذ قرون، فأمرت بضرورة الحفاظ على النَّفس

وعدم تعريضها للهلاك، والأخذ بجميع الأسباب المتاحة لدفع المرض، مع الحيطة والحذر والوقاية قبل الإصابة بها، ثم الأخذ بجميع الأسباب المتاحة للعلاج والشفاء بناء على حديث أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: « لا عدوى ولا طيرة ولا هامة ولا صفر وفر من المجذوم كما تفر من الأسد »<sup>12</sup> والجذام مرضٌ معدٍ يصيب العظام والأحشاء وقد عرف منذ العصور القديمة<sup>13</sup>، وما رواه الشريد بن سويد التقي رضي الله عنه بقوله: « كان في وفدٍ ثقيف رجل مجذوم فأرسل إليه النبي ﷺ: «إنا قد بايعناك فارح»،<sup>14</sup> وعند ظهور وباء الطاعون - وهو أحد الجوائح - الذي أفتك العديد من الأرواح حذر حينها أمته من الخروج من البلد الموبوء والدخول إليه عن عائشة رضي الله عنها قالت: قال رسول الله ﷺ: « لا تنفي أمتي إلا بالطعن والطاعون والطاعون، قلت: يا رسول الله هذا الطعن قد عرفناه فما الطاعون؟ قال: غدة كغدة البعير، المقيم بها كالشَّهيد، والفار منها كالفار من الرَّحف»<sup>15</sup> وهذا يسوق بنا إلى أنَّ وباء الطاعون ضمن الجوائح السريعة الانتشار والعدوى، وكان كورونا كوفيد - 19 من سلالات هذا النوع من الأوبئة الخطيرة التي حذر منها النبي ﷺ واعتبر الخروج من الأرض الموبوءة كالقار من الرَّحف وهو من كبائر الذنوب، وعليه يتعين على كل فرد الأخذ بشروط السَّلامة الصحيَّة، والالتزام التام بمبادئ الوقاية.

والإسلام لا يغفل عن صغيرة ولا كبيرة في حياة البشرية وسيما ما يتعلَّق بالتَّمسُّ، فكانت شرائعه لها الأثر في الحدِّ من انتشار العديد من الجوائح والأوبئة، ممَّا أكَّده علماء غربيين سبق الإسلام في وضع تعليماتٍ وقائيَّةٍ للاحتراز من وباء كورونا كوفيد - 19، فصدر ذهول واعتراف الباحثين الغربيين بالكفاءة العلمية الخارقة التي أظهرها الطبُّ الوقائي في الإسلام، ويزداد الدهول اعترافهم بالمؤسِّس الأول لمكافحة الجائحة وقاية وعلاجاً هو النبي ﷺ، كانت له طريقه فريدة في الطبِّ الوقائي وله رؤية وقائيَّة من الدَّرَجَة الأولى، وكان له سبقاً علمياً على مرِّ التاريخ في مجالِ الطبِّ، فبيَّن للبشرية كيفيات الاحتراز من الأوبئة والقضاء عليها وكيفيات التَّعامل معها، وكان جائحة الطاعون دليلاً يستدل به الأطباء حديثاً، وعليه يتعين على البشرية بالأخذ بشروط السَّلامة الصحيَّة، والالتزام التام بمبادئ الوقاية، ودراسة الطبِّ النَّبويِّ الوقائي واستشراف ما فيه من خيرٍ كثيرٍ في الصَّحَّة والوقاية والحياة العامَّة بكلِّ تفاصيلها، فلا العلم يخالف هدي الإسلام ولا تعاليم السُّنة النَّبويَّة تعارض توصيات الخبراء في المجال الصحي وفي كلِّ مجالات الحياة.

## المبحث الثاني : التدابير الوقائية في التعامل في الطبِّ التَّبوي وموقف الطبِّ الحديث منها

إنَّ التدابير الاحترازية تقوم على الوقاية من الأمراض قبل وقوعها كالتَّظافة، والمحافظة على البيئة، والغذاء الصحيّ .. ، والعلاج منها بعد وقوعها بالتداوي عامّة، والحجر الصحيّ من الأمراض المُعدية خاصة والطبِّ عموماً مهمة جليّة عظيمة في بناء الحضارات، لأنّها تهتم بصحّة الإنسان ووقايته، وتندرج تحته عددٌ من العلوم والمهّمات والوظائف الأساسية في الحياة،<sup>16</sup> وقد أخذَ الطبُّ التَّبوي حيزاً في كتب الأحاديث، وخصّص له أبوابٌ مُعيّنة فيها، وأخذ هذه الأهمية باعتباره جزء من السيرة التَّبوية<sup>17</sup>، حيث إنّه ﷺ لم يترك كبيرة ولا صغيرة إلا وأرشد أمته إليها سواء فيما يتعلّق بالدين أو بما يعود على صحّة البدن بالمنافع.<sup>18</sup> في حين يرى الباحثون بأنَّ الطبِّ الحديث هو المنهج المعتمد في العلوم الطَّبيّة أتى بخدمات ملموسة طوّرت حياة الأفراد والجماعات من خلال إرساء ما أصبح يعرف بالطبِّ الوقائي والطبِّ العلاجي<sup>19</sup>، وهو علم قائم بذاته له مدارسه ونظرياته ومناهجه العقلية التي تعتمد على الملاحظة والتحليل والتجارب المخبرية للوصول الى نتائج مادية دقيقة.<sup>20</sup> وكلاهما شغلا حيزا كبيرا لتزويد البشرية بالوصفات والطُّرق والتدابير لأخذ الحيطة والوقاية من أيّ خطرٍ يهاجم الجسد البشري، وفي هذه الجزئية سأقدم أهم التدابير التَّبوية للوقاية من الجائحة وموقف الطبِّ الحديث منها وهي كالآتي:

### المطلب الأوّل: التدابير التَّبوية المتعلّقة بالتَّظافة وموقف الطبِّ الحديث منها

التَّظافة مجموعة من الممارسات المترافقة بأعمالنا اليومية والمرتبطة بالتَّظافة والعناية الشَّخصية المتصلة بمعظم نواحي الحياة للحفاظ على الصحّة والمعيشة الصحيّة.<sup>21</sup> وهي أحد التيمات البارزة لصحّة كثير من العبادات وعدم القبول لها إلاّ بتحقيقها، فأوّل ما نزل على النَّبي ﷺ: ﴿وثيابك فطهر والرجز فاهجر﴾ [المدثر: 3] والصحّة تتحقّق بكون البيئة الجسديّة في أصحّ قوام وأجمل مظهر وأقوى عماد، وبهذا تصان البيئة والمجتمع من انتشار الأمراض والضعف والهزال<sup>22</sup>، وأوّل من دعا إلى التَّظافة ديننا الحنيف إذ جعلها فمّة الحضارة والرفي، كما جعلها شرطاً لصحّة أهمّ عباداته من صلاة وطواف، ولذلك دعا النَّبي ﷺ إلى الطهارة لعظم فضلها من الأحداث والأخبار: « الطهور شطر الإيمان»<sup>23</sup> فحظيت الطهارة بأهميّة كبرى في الطبِّ التَّبوي، سواء كانت طهارة حقيقيّة أم طهارة حُكميّة، وقد ثبت طبيّاً أنّ أنجح علاج وقائي للأمراض الوبائية وغيرها هي التَّظافة، والطبِّ التَّبوي لم يأتِ لعلاج الأمراض الجسمية فقط وإنما جاء لبناء مجتمع مثالي حيث يكون هذا المجتمع صحياً.



وعلى غرار ما ذكر فإنَّ التدابير التَّبويّة المتعلّقة بالنّظافة وهي محور الحديث في هذه الجزئية متمثلة في نظافة الفم واليدين والمواظبة على الوضوء وحصر الرّذاذ التَّنَفّسي...

### الفرع الأوّل: التدابير التَّبويّة المتعلّقة بنظافة الفم واليدين وموقف الطبّ الحديث منها

تُعَدُّ النّظافة مظهرًا حضاريًا ووسيلة من وسائل العناية بالصّحة الجسدية، والأهم من ذلك حماية الجسد من الأمراض ولاسيما المعدية منها، والفم واليد من أخطر طرق العدوى إذا لم يُلقَى العناية اللازمّة في نظافتها باستمرار، ويمكن إيجاز أهم التدابير التَّبويّة المتعلّقة بشأن نظافة الفم واليدين كالآتي:

#### أولاً: التدابير التَّبويّة المتعلّقة بشأن نظافة الفم

من أسس النّظافة الصّحيّة التي أظهرها الطبّ التَّبوي استخدام السّواك لنظافة الفم وتطهير الأسنان، فاعتبره أهم طرق الوقاية من الجائحة فقال عنه - ﷺ - : «لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسّواك»<sup>24</sup> وقد أثبت الطبّ الحديث فوائد السّواك الصّحيّة في وقاية الفم من الأمراض فهو على شكل فرشاة طبيعيّة ومعها مسحوق مطهر لتنظيف الأسنان يحوي على بيكربونات الصّوديوم، وهذه المادة المفضّلة لاستعمالها في المعجون السّني من قبل مجمع معالجة الأسنان التابع لجمعية طبّ الأسنان الأمريكيّة، ليستعمل كما سنّية وحيدة تقي من العضويات المجهرية التي تغزو فرشاة الأسنان<sup>25</sup> ونشر مدير معهد الميكروبات والأوبئة في جامعة روستوك بألمانيا بحثًا أثبت فيه أنّ السواك الذي يستعمله المسلمون من عصر نبيّهم - ﷺ - من أرقى وسائل تنظيف الأسنان، لاحتواء السّواك على مادّة فعّالة مُضعفة للميكروبات، تشابه في مفعولها فعل البنسلين،<sup>26</sup> وذكر محمّد علي البار في كتابه "السّواك" فقال: (يحتوي السّواك على العفص تانين، ولهذه المادّة تأثير مضاد للتعفّات و الإسهالات، وهو مطهّر للثة والأسنان ويشفي جروحها الصّغيرة وتمنع نزيف الدم، وله استعمالات مشهورة ضدّ النّزيف، كما أنّ هناك مادّة في السّواك لها علاقة بالخردل وهي عبارة عن جليكوزايد - سكر العنب اليميني وزيت الخردل - ولزيت الخردل رائحة حادة وطعم حراق وهو ما يشعر به الشّخص الذي يستعمل السّواك لأوّل مرّة، وهذه المادة تساعد على الفتح بالجراثيم)<sup>27</sup> وعن أبي بكر عن النبيّ ﷺ أنّه قال: « السّواك مطهرة للفم مرضاة للربّ »<sup>28</sup>.

وللتقليل من خطر انتشار الأوبئة أو الفيروسات يؤكّد الاطباء المعاصرون على ضرورة: غسل فرشاة الأسنان بالماء الساخن لمُدّة 30 ثانية قبل الاستخدام، شطف الفم و الغرغرة والمضمضة يقول الإمام الغزالي رحمه الله: (ما يجتمع على الأسنان وطرف اللسان من القلح فيزيله السّواك والمضمضة)<sup>29</sup> والمضمضة

هي إدخال الماء إلى الفم وتحريكه داخله ثمَّ مجه إلى الخارج، والفم مرتع تنمو فيه كميات كبيرة من الجراثيم البكتيرية والفيروسات والطفيليات، وهي تتكاثر بصورة كبيرة جدًا ممَّا يجعلها سببًا لكثير من الأمراض لذا كان النَّبِيُّ ﷺ يأمر بالبتوك عند كلِّ وضوءٍ وعند كلِّ صلاةٍ دون مشقَّةٍ، وكما أوضح أطباء الأسنان أنَّ هناك تقارير تفيد بأنَّ COVID-19 ينتشر عن طريق اللعاب، لذلك كلَّمَّا تمَّ تدمير أيِّ بكتيريا تصل إلى الفم كلَّمَّا كان ذلك أفضل، مؤكِّدين أنَّ الفم السليم يقلل أيضًا من حمل البكتيريا العام على الجسم، ممَّا يترك الجهاز المناعي خاليًا من العدوى أو الفيروس الذي يدخل مجرى الدَّم، والمستويات العالية من البكتيريا التي تنشأ من الفم قد ارتبطت بزيادة معدلات أمراض القلب والأوعية الدموية وأمراض الرِّئة، وكلاهما يجعلك أكثر عرضة للتأثر بشدَّة بفيروس معد مثل COVID-19".<sup>30</sup>

### ثانياً : التدابير التَّبَوِيَّة بشأنِ نظافة اليدين

الأيدي من أهمِّ الأعضاء المتسبِّبة في نقل الميكروب والفيروسات، وذلك في مواضع عدَّة كمصافحة المريض، أو لمس طعامٍ ملوِّثٍ، أو بعد زهاب إلى الغائط، وبعض الدَّيدان تنتقل من نفس الشَّخص المصاب عند التبرُّز إلى يديه ويختبئ بعضها تحت أظافره، من هنا تنتقل إلى الشَّخص السليم، ومن هذه ديدان الإسكوريس ودودة التنا، ومن الميكروبات التي تنقلها اليد أيضاً التيفود، الدوسنتاريا، النزلات المعوية، التهاب الكبد المعدي، وهذا يُوضح لنا حكمة قول الرِّسول الكريم ﷺ «إذا توضَّأ العبد فغسل يديه خرجت الخطايا من يديه حتَّى تخرج من تحتِ أظافر يديه» ولا يكفي الإسلام بغسل الأيدي عند الوضوء، بل يأمر بالغسل قبل الطَّعام وبعده وقبل التَّوَم وبعده، وقبل الدُّخول إلى المريض وبعد الخروج من زيارته، وهذه أمثلة من أوامره بقوله ﷺ : « إِنَّ الشَّيْطَانَ حَسَّاسٌ فَاحْذَرُوهُ عَلَى أَنْفُسِكُمْ مِنْ بَاتٍ، وَفِي يَدِهِ غَمْرٌ فَأَصَابَهُ شَيْءٌ فَلَا يَلُومَنَّ إِلَّا نَفْسَهُ»<sup>31</sup> والغمر هو بقايا الطَّعام في اليد.

لقد جاء الطبُّ التَّبَوِي في هذا المجال بتعاليم سبق بها الطب الحديث خصوصاً في التعامل مع جائحة كورونا والتي تتطلب النظافة في جميع الأحوال فمن ذلك: الأمر بعزل المريض المعدي عن غيره من الأصحاء، إذ يقول رسول الله ﷺ : « لا يورد ممرض على مصحح»<sup>32</sup> وكلمة الممرض هنا معناها المريض الذي قد يمرض غيره أي ينقل العدوى إليه وهو تعبير آية في البلاغة.. وعدم مخالطة المريض المعدي (الممرض) إلى أن تزول فترة العدوى، ويصبح غير ناقل للمرض، وفي هذا يقول الرسول الكريم ﷺ : « إِنَّ مِنَ الْقَرْفِ التَّلْفَ»<sup>33</sup>، والقرف هو مقارفة المريض أي ملامسته، والتلف هو الهلاك أو العدوى.. والأكثر شيوعاً لانتقال

العدوى البكتيرية أو الفيروسية تكون عن طريق اليدين، حيث تقومًا بنقل البكتيريا والفيروسات والفطريات والطفيليات من شخصٍ إلى آخر أو للشخص نفسه مباشرة، لذلك تعدُّ نظافة اليدين من أهمِّ الإجراءات التي تمنع انتقال الأمراض إلى الجسم وللحفاظ عليها - كما حدّتها الأبحاث المعاصرة - يجب اتباع ما يلي: غسل اليدين دائمًا وباستمرار بالماء والصابون للتخلُّص الفوري للجراثيم العالقة بهما خصوصًا قبل الطَّعام وبعده، قبل وبعد زيارة المريض أو العناية به، بعد لمس الأسطح الملوثة، بعد العطس والسُّعال، وبعد لمس الحيوانات منعًا للإصابة بالأمراض التي تنتقل من الحيوان<sup>34</sup> فأظهر الطبُّ النَّبوي فائدة غسل اليدين كما أخرجهُ الترمذي في جامعه بسنده عن سلمان الفارسي أنَّ النَّبي ﷺ قال: «بركة الطَّعام الوضوء قبله والوضوء بعده»<sup>35</sup> لذلك يستوجب غسل اليدين بشكلٍ متكرِّرٍ عدم اللَّمس لأنَّ العيون والشم والأفم هي نقاط، دخول للبكتيريا.

وذكر أهل العلم أنَّ المقصود بالوضوء للطَّعام هو غسل اليدين قبله وبعده، وذلك أنَّ جلد اليدين يحمل العديد من الميكروبات التي قد تنتقل إلى الفم أو الأنف عند عدم غسلهما، ولذلك يجب غسل اليدين جيدًا عند البدء في الوضوء، وعند تناول الطَّعام، وعند الاستيقاظ من النَّوم، وهذا يفتيِّر لنا ما رواه البخاري في الأدب والترمذي والحاكم عن أبي هريرة ؓ أنَّ رسول الله ﷺ قال: «من بات وفي يده ريح عمير فأصابه شيء فلا يلومَنَّ إلا نفسه»<sup>36</sup> وهو ما يجب وجوبًا عينيًّا على كلِّ فرد عايش جائحة كورونا الالتزام بنظافة اليدين، أي: غسلهما بشكلٍ متكرِّرٍ بالماء والصابون، والتأكّد من تنظيف كافّة جوانب اليدين وبين الأصابع وتحت الأظافر، وحول الرسغين مع مراعاة تحفيف اليدين جيّدًا بمحارم ورقية فردية، وأشارت منظمات الصحة العالمية من خلال حملات واسعة النطاق شعارها "نظافة اليدين تنقذ الأرواح" بتسليط الضوء على أهميّة نظافة اليدين في الرِّعاية الصحيّة وحشد عامة النَّاس لدعم التُّهوض بممارسات نظافة اليدين على الصَّعيد العالمي<sup>37</sup>.

### الفرع الثَّاني: التَّدابير النَّبوية المتعلِّقة بالمواظبة على الوضوء وحصر الرِّذاذ التنفُّسي

إذا كان الوضوء من وسائل النَّظافة الجسدية والمعنوية في مكافحة الجائحة، فإنَّ حصر الرِّذاذ التنفُّسي هو الآخر من أسرع طرق انتشار عدوى الجائحة بين الأفراد، وعليه يستدعي إيجاز أهمِّ التَّدابير المتعلِّقة لِكليهما في الطبِّ النَّبوي وكيف كان موقف الطبِّ الحديث منها تحسُّبًا للفائدة.

**أولاً : التدابير المتعلقة بالمواظبة على الوضوء**

الوضوء من الوضوءة وهي الحسن ، وهو غسل أعضاء مخصوصة من الجسم بالماء معينة يقول تعالى : ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ﴾ [المائدة: 6] فغسل الأعضاء المذكورة في الآية يحقق لها النظافة والتخلص من الجراثيم ، يقول الدكتور الطبيب حامد الغوايبي : ( الأمراض تنتقل للإنسان بإحدى طرق ثلاث إما عن طريق الفم أو الاستنشاق ، أو عن طريق الجلد وما الوضوء إلا الطريق الذي يطهر هذه المواضع كله )<sup>38</sup> ولهذا رعب النبي ﷺ أمته في الوضوء وبين لهم صفته ، أخرجه البخاري بسنده من طريق حمران مولى عثمان أنه : « رأى عثمان بن عفان رضي الله عنه دعا بإناء فأفرغ على كفيه ثلاث مرار فغسلهما ثم أدخل يمينه في الإناء ، فمضمض واستنشق ، ثم غسل وجهه ثلاثاً ، ويديه إلى المرفقين ثلاث مرار ، ثم مسح برأسه ، ثم غسل رجليه ثلاث مرار إلى الكعبين ، ثم قال : قال رسول الله ﷺ : « من توضأ نحو وضوئي هذا ثم صلى ركعتين لا يحدث فيهما نفسه غفر له ما تقدم من ذنبه »<sup>39</sup> ويقول الدكتور غريب جمعة : « غسل الوجه واليدين ومسح الأذنين من أهم أسباب وقايتها من الأمراض الجلدية حيث إن كثيراً من الميكروبات وطفيليات بعض الديدان و الفطريات يصيب الإنسان عن طريق التسلخات الموجودة بالجلد التاجمة عن الهرش بسبب عدم النظافة »<sup>40</sup>.

وللوضوء فوائد صحية فهو يحمي العيون من إصابتها بالرمد ، لأن العين تغسل بالماء التّظيف عدّة مرّات في اليوم ، كذلك الاستنشاق بالماء والاستنثار لتطهير مجاري الأنف من الجراثيم والفيروسات التي تنتج في جوانبه ، وفوائد غسل الوجه واليدين ظاهرة لكثرة ما يصاب الوجه والأجزاء المكشوفة عادة من الأمراض الجلدية والالتهابات ، فإذا غسلها عدّة مرّات في اليوم أحسن وقاية لها من تلك الأمراض ، أمّا الجراثيم التي تدخل من الفم كانت أفضل وقاية من أكثر الأمراض الهضمية الطفيلية تفشياً كالتييفويد وغيرها من الأمراض الأخرى التي تدخل عن طريق الأيدي الملوّثة ، والتي تسمّى بالكوليرا والتّسّم الجرثومي وغيرها ، فعملية الوضوء بكلّ تفاصيلها من غسل اليدين ، والمضمضة ، والاستنشاق ، والاستنثار ، وتخليل الأصابع ، والدلك ، وإطالة الفك... لها فوائد عظيمة للصحة .

وأثبتت دراسة حديثة أنّ الوضوء يحمي من كثير من الأمراض ، منها سرطان الجلد ، ووصفت الدراسة (الوضوء) بأنّه إبداع طبيّ ، ووقاية صحيّة من الأمراض والسرطانات ، ويكسب الإنسان نشاطاً وانتعاشاً وحيوية ؛ بل إنّه ينشط الدّورة الدّموية ، ويطهر الأجزاء المكشوفة من الجراثيم الضّارة وتلوّث البيئة ، ويتأتّى ذلك من خلال المضمضة خمس مرات والاستنشاق ومسح الأذنين ، وغسل كل عضو ثلاث مرّات ،

وهذه الأمور ترتبط بالقضاء على أي فيروس، بل إنَّ الفيروس يُقْتَلُ خلال تواجده تحت الماء لمدة ثلاث دقائق، إذن الوضوء له علاقة بالحماية من الكثير من الفيروسات<sup>41</sup> وأشار دكتور أيمن في قوله: (إلى أنَّه يجب أن يكون الأنف والحلق رطبًا بصفة مستمرة، لأنَّهما مصدر العدوى، بالإضافة إلى شرب الماء كثيرًا، وغسل اليدين بصفة مستمرة، وهذا بالطبع موجود في الوضوء أثناء غسل اليدين والاستنشاق، وبهذا يكون المتوضئ في حالة نظافة دائمة، والمضمضة الدائمة والاستنشاق بصفة مستمرة، يحيي من هذا الفيروس)<sup>42</sup>.

### ثانياً : التدابير التَّجوية المتعلِّقة بحصر الرِّذاذ التَّنْفُسي

فيروسات كورونا هي فصيلة كبيرة من الفيروسات التي قد تسبب المرض للحيوان والإنسان ، ومن المعروف أنَّ عددًا من فيروسات كورونا تسبب لدى البشر حالات عدوى الجهاز التَّنْفُسي التي تتراوح حدَّتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد وخامة مثل متلازمة الشرق الأوسط التَّنْفُسية والمتلازمة التَّنْفُسية الحادة الوخيمة السارس ، ويسبب فيروس كورونا المكتشف مؤخرًا مرض فيروس كورونا كوفيد - 19،<sup>43</sup> وتتضمَّن أعراضه الحمى والإرهاق والسُّعال الجاف وضيق التَّنْفُس، وفي الحالات الشديدة يمكن للمرض أن يتسبب بالتهاب الرئة أو صعوبة التَّنْفُس ، كما يمكن أن يؤدي إلى الوفاة في حالاتٍ أقل عددا ، تتشابه هذه الأعراض مع أعراض الإنفلونزا أو الزكام العادي ،<sup>44</sup> ويصاب بعض النَّاس بالعدوى دون أن تظهر عليهم أية أعراض ، ودون أن يشعروا بالمرض ، ويتعافى معظم الأشخاص نحو 80 % من المرض دون الحاجة إلى علاج خاص ، وتشتدُّ حدَّة المرض لدى شخص واحد تقريبا من كلِّ 6 أشخاص يصابون بعدوى "كوفيد-19" ، حيث يعانون من صعوبة التَّنْفُس وتزداد احتمالات إصابة المسنين والأشخاص بأمراض وخيمة وقد توفي نحو 2% من الأشخاص الذين أصيبوا بالمرض وينبغي بأشخاص الذين يعانون من الحمى والسُّعال وصعوبة التَّنْفُس التماس الرِّعاية الطَّيِّبة<sup>45</sup> .

فالرِّذاذ التَّنْفُسي يعمل بنسبة كبيرة على انتشار فيروس كورونا "كوفيد 19" عندما يسعل المصاب بالفيروس أو يعطس أو يتحدَّث أو ينفخ ،وقد نهى الإسلام كذلك عن العطس في وجوه النَّاس، إذ إن ذلك ينتشر بينهم كالأنفلونزا والتهاب الحلق، وكان رسول الله ﷺ: « إذا عطس غطي وجهه بكفيه أو طرف ثوبه»<sup>46</sup> فعندما يسعل الشَّخص المصاب بكوفيد - 19 فإنَّه يطلق قطرات من السَّوائل المصابة تقع معظم هذه القطرات على الأسطح والأشياء القريبة مثل الطَّاولَة، المكتب، الهواتف ..يمكن أن يصاب الأشخاص بكوفيد - 19 عن طريق لمس الأسطح أو الأشياء الملوَّثة ثم لمس أعينهم أو أنفهم أو فمهم ،وإذا كانوا على بعدٍ مترٍ واحدٍ من شخصٍ مصاب بكوفيد -19 يمكن أن يصابوا عن طريق استنشاق قطرات تخرج أو تفرز

من خلالها وبعبارة أخرى ينتشر كوفيد-19 بنفس طريقة انتشار الأنفلونزا<sup>47</sup>، في حين اعتبر العلماء التّفخ في الطّعام أحد صور عدوى الرّذاذ التنفّسي، وقد سبق النَّبي ﷺ المعاصرين فنبّه إلى عدم التّفخ في الطّعام أو الشّراب ليبرده، ولاسيما الحارّ أو السّاخن، وهذه عادة سيّئة ومُضرة قد تؤدّي للإصابة ببعض الأمراض يقول النَّبي ﷺ: «إِذَا شَرَبَ أَحَدُكُمْ فَلَا يَنْتَفَسْ فِي الْإِنَاءِ سِوَا أَنْفَرِدَ بِالشَّرْبِ مِنْ هَذَا الْإِنَاءِ، أَوْ شَارَكَهُ فِيهِ غَيْرُهُ» وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «إِذَا شَرَبَ أَحَدُكُمْ فَلَا يَنْتَفَسْ فِي الْإِنَاءِ، فَإِذَا أَرَادَ أَنْ يَعُودَ فليُخِجِ الْإِنَاءَ تَمَّ ليعُدَّ إِنْ كَانَ يَرِيدُ»<sup>48</sup> فما شهد عن النَّبي ﷺ قطُّ ينفخ في طعامٍ ولا شرابٍ ولا يَنْتَفَسْ فِي إِنَاءٍ<sup>49</sup> والحكمة من التّهي هو للمخاطر التي يسبّبها التّفخ في نقل المرض من الشّخص المصاب إلى الشّخص السّليم، يقول الحافظ: (وجاء التّهي عن التّفخ في الإِنَاءِ عِدَّةُ أَحَادِيثَ، لِأَنَّهُ رُبَّمَا حَصَلَ لَهُ تَغْيِيرٌ مِنَ النَّفْسِ، إِمَّا لِكَوْنِ الْمُنْتَفِسِ كَانَ مُتَغَيِّرَ الْفَمِ بِمَا كُؤِلَ مِثْلًا، أَوْ لِيَعُدَّ عَهْدَهُ بِالسِّوَاكِ وَالْمُضْمَضَةِ، أَوْ لِأَنَّ النَّفْسَ يَصْعَدُ بِبَخَارِ الْمَعْدَةِ، وَالتّفخ في هذه الأحوال كلها أشدُّ من التنفس)<sup>50</sup> ويقول العلامة المناوي رحمة الله: «والتّفخ في الطّعام الحارّ يبدّل على العجلة الدّالة على الشّره وعدم الصّبر وقلة المروءة» وهذا التّهي عن الأمرين للكرهية، فمن فعلهما أو أحدهما لا يَأْتُم إِلَّا أَنَّهُ قَدْ فَاتَهُ أَجْرُ امْتِثَالِ هَذِهِ التَّوْجِيهَاتِ النَّبَوِيَّةِ مِنَ الْجَانِبِ الْعِلْمِيِّ، وَبِمَا أَنَّ الْعَالَمَ يَعِيشُ حَالَاتِ الْإِصَابَةِ بِالْوَبَاءِ فَجَعَلُوا مِنْ مَسَبِّئَاتِهَا التّفخ في الأطعمة والأشربة مصدر العدوى والإصابة، وقد أصدرت المنظمة العالمية للصّحة ضرورة ارتداء الكمامات .

وبناء على ما ذكر ينبغي اتّخاذ إجراءات وقائية لتجنب عدوى الرّذاذ التنفّسي وهي كالآتي:

- ✓ استخدام أقنعة مانعة لاستنشاق الجسيمات، وفي حال وضع قناع يستعمل مرّة واحدة ينيي دوما التّحقّق من مدى إحكامه، واستخدام واق للعينين (نظارة أو واق للوجه)، أن تكون الغرفة جيدة للتهوية، الحدّ من عدد الأشخاص الموجودين في الغرفة إلى أدنى حدٍّ ممكن، تنظيف اليدين باستمرار وعند العطاس والسّعال، ولا يضع يده على فيه أو أنفه.<sup>51</sup>
- ✓ نظافة الأواني وتغطية الأغذية وغسلها جيّدًا قبل تناولها، تفرك الخضار والثمار ذات القشور السميكة بفرشاة خُضار نظيفة. مع اغسل اليدين جيّدًا بالماء والصابون فور عودتك من البقالة إلى المنزل.

✓ النهي عن الشرب من ثلثة القدح ومن في السقاء عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه قال: «نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن الشرب من ثلثة القدح وان ينفخ في الشراب»<sup>52</sup>.

### المطلب الثاني: التدابير التَّبَوِيَّة المتعلِّقة بالحجر الصحي والحياة الصحية وموقف الطب الحديث منها

في ظلّ تفشي الجائحة الكورونية أُول ما فرضته الأنظمة على شعوبها الحجر الصحي، وقد يدهش البعض باستغراب كبيرين ضرورة إخضاعهم للحجر الصحي، والذي أوقع بالكثير حالة من الانكسار والهلع... يعود أساسًا لأسباب أهمها ضعف الثقافة الدّينية والصحيّة باعتبار أنّ هذا الأمر دعا إليه النبي صلى الله عليه وسلم في أكثر من حديثٍ ويبيّن آثاره الإيجابية على الأفراد والمجتمعات.

وبالتالي يمكننا التّعرف على التدابير التَّبَوِيَّة المتعلِّقة بالحجر الصحي كالاتي:

### الفرع الأول: التدابير التَّبَوِيَّة المتعلِّقة بالحجر الصحي وموقف الطب الحديث منها

يعرف الحجر الصحي بـ: (أنّه تقييد لأنشطة الأشخاص غير المرضى، ولكن الذين يرحّج أنّهم تعرّضوا لعاملٍ ممرضٍ أو لمرضٍ، يتمّ عزلهم عن الآخرين بهدف رصد الأعراض واكتشاف الحالات مبكرًا، ويختلف الحجر الصحي عن العزل الذي يتمثّل في فصل المصابين بالمرض أو العدوى عن الآخرين للوقاية من تفشي العدوى أو عدوى المرضى أو التلوّث)<sup>53</sup>.

وقد تمّ العمل بالحجر الصحي في مراحل مختلفة من التاريخ الإسلامي فقد أقام الوليد بن عبد الملك الملاحئ في أنحاء دولته وجمع إليها المجذومين وأجري عليهم الأرزاق وقيل: هو أوّل من أقام الملاحئ، وذكر الإمام ابن كثير أنه: «أعطى المجذومين، وقال لهم: لا تسألوا الناس، وأعطى كل مقعد خادما، وكل ضريب قائدا»<sup>54</sup> وقبله ما فعله عمر رضي الله عنه، لما جمع المهاجرين والأنصار فاستشارهم في أمر الطاعون، فاختلّفوا عليه حتى قدم عبد الرحمن بن عوف وأخبره أنّه سمع من النبي صلى الله عليه وسلم حديثا في ذلك وهو يقول « إذا سمعتم به بأرض فلا تقدموا عليه ، وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا فرارا منه ، قال : فحمد الله عمر ثمّ انصرف»<sup>55</sup> فكان ذلك الحديث موافقا لما رآه عمر رضي الله عنه فانصرف الناس بالناس إلى المدين، يرى الإمام بن القيم رحمه الله في المنع من الدخول إلى الأرض التي قد وقع بها الطاعون عدّة حكّم: تجنّب

الأسباب المؤذية، و البعد منها، الأخذ بالعافية التي هي مادة المعاش والمعاد ، أن لا يستنشقوا الهواء الذي قد عفن وفسد فيصيبهم المرض، أن لا يجاوروا المرضى الذين قد مرضوا بذلك، فيحصل لهم بمجاورتهم من جنس أمراضهم. - وهذا الذي ذكره ابن القيم هو ما يسمّى العدوى في زماننا ، حماية النفوس عن الطيرة والعدوى، فإنها تتأثر بهما، فإنّ الطيرة على من تطير بها، وبالجملة ففي النهي عن الدخول في أرضه الأمر بالحذر والحماية، والنهي عن التعرض لأسباب التلف، وفي النهي عن الفرار منه الأمر بالتوكل والتسليم والتفويض، فالأول: تأديب وتعليم، والثاني تفويض وتسليم<sup>56</sup> يقول الإمام النووي رحمه الله: ( والصحيح ما قدّمناه من النهي عن القدوم عليه والفرار منه لظاهر الأحاديث الصحيحة، قال العلماء: وهو قريب المعنى من قوله ﷺ: « لا تتمّوا لقاء العدو، واسألوا الله العافية، فإذا لقيتموهم فاصبروا »<sup>57</sup> فكانت مثل هذه الأمراض الوبائية لم تنجو منها البشرية منذ القدم سواء قبل زمن النبي ﷺ أو بعده، فبات البعض آنذاك يرون أنّ الأمراض والأوبئة تسببها مظاهر طبيعية ولا علاقة لها بالنظافة، أو لا علاقة لها بانتقال هذه الكائنات البكتيرية او الفيروسية من شخص لآخر فكانوا يطلبون العلاج بالشعوذة والخرافات إلى أن ظهر النبي ﷺ فوضع قاعدة أساسية تعتبر من أساسيات الطبِّ الوقائي الحديث بعد اكتشاف مسببات الأمراض والأوبئة وهي قاعدة الحجر الصحي لمنع انتشار الأوبئة في المجتمعات والقبائل والمدن، فضرب سورا منيعا حول مكان الوباء وتوعد الصابر والمحتسب في مكان المرض بأجر الشهيد وحذر الفار منه بالويل والعقاب فقال ﷺ: « الفار من الطاعون كالفار من الرّحف ومن صبر فيه كان له أجر شهيد»<sup>58</sup>.

وهذا تأكيداً على الالتزام : بقواعد الحجر الصحي من مكوثٍ بالبيت، وعدم مغادرته إلاّ للضرورة القصوى، و أنّه على الموبوء أن لا يدخل أرضاً موبوءة، ولا يخرج من الأرض الموبوءة إلى غيرها من البلاد السليمة، وهو ما عزّفه المعاصرين اليوم بالحجر الصحي الذي يعتبر من أهمّ أسس التعامل في منع انتشار الأوبئة والحفاظ على سلامة البلد وأمنه، يقول الدكتور محمّد علي البار في كتابه " العدوى بين الطبِّ وحديث النبي ﷺ : « إنّ الحجر الصحيّ يعتبر من أهمّ وسائل مقاومة انتشار الأمراض الوبائية .. »<sup>59</sup> وليت النَّاس يدركون قيمة الصّبر وأجر الثّواب الذي بُشّر به النبي ﷺ للمحجرين وهي الشّهادة في سبيل الله، فلا يخرج أحد إلاّ من اضطر، فجعل الخروج من البلدة الموبوءة كالفرار من الرّحف والذي هو من كبار الذّنوب، وجعل للصّابر في الوباء أجر الشهيد.. فكانت الحكمة من الحديثين الأمر بالحجر الصحي والذي نصّ عليه العلامة أبو حامد الغزالي بالقول: « لو رخص للأصحاء في الخروج لما بقي في البلد إلاّ المرضى الذين أقعدهم الطّاعون فانكسرت قلوبهم وفقدوا المتعهدين ولم يبق في البلد من يسقيهم الماء ويطعمهم الطعام



وهم يعجزون عن مباشرتهما بأنفسهم؛ فيكون ذلك سعيًا في إهلاكهم تحقيقًا، وخلصهم منتظر كما أن خلاص الأوصياء منتظر، فلو أقاموا لم تكن الإقامة قاطعة بالموت ولو خرجوا لم يكن الخروج قاطعًا بالخلاص وهو قاطع في إهلاك الباقيين « والمسلمون كالبنيان يشد بعضه بعضًا والمؤمنون كالجسد الواحد إذا اشتكى منه عضو تداعى إليه سائر أعضائه...، نعم لو لم يبق بالبلد إلا مطعونون وافتقروا إلى المتعهدين وقدم عليهم قوم فربما كان ينقذح استحباب الدخول ههنا، لأجل الإعانة ولا ينهى عن الدخول؛ لأنه تعرّض لضرر موهوم على رجاء دفع ضرر عن بقية المسلمين، وبهذا شبه الفرار من الطاعون في بعض الأخبار بالفرار من الزحف».<sup>60</sup>

لقد كانت تعليمات الطبِّ النبويِّ الوقائيِّ حقيقة علمية والعلاج الأنجع والأسلم لمجانبة الإصابة بالجاثمة، ممّا يوضّح أهمية الحجر الصحيِّ أو التّباعد الجسدي، وعدم الاختلاط والتقليل من الحركة إلّا للضرورة القصوى، ويتطوّر جائحة كورونا كان أوّل ما فرضته الأنظمة على شعوبها نظام الحجر الصحيِّ باعتبارها السبيل الأوحد والأمثل للحدِّ من انتشار هذا الوباء، وقد يدّش البعض باستغراب كبيرين مدى تحمل البشرية لإخضاعها للحجر الصحيِّ، والذي بدوره أوقع الكثيرين حالة من الانكسار والقلق والهلع، هذا التّظام يعود أساسه في زمن النَّبِيِّ ﷺ بالمدينة لخلاص أهلها من وباء الطّاعون، وهو ما نتج عنه دهشة العديد من الأطبّاء والعلماء الغربيين سبق الإسلام في تطبيق نظام الحجر في حين انتشار الأوبئة والجوائح ممّا أكّدوا نجاح الحجر الصحيِّ في وقاية وحماية العديد من الأرواح، ومن أشهر ما ذكر الدكتور كونسيدين، والذي صدر له مؤلفان تناول فيهما الإسلام، كان له سؤالاً حاول الإجابة عنه، قائلاً: (هل تعلمون من الذي أوصى بالتزام التّظافة والحجر الصحيِّ الجديد في أثناء تفتّيش الأوبئة؟)، فأجاب قائلاً: "نبي الإسلام مُحَمَّد، قبل 1400 عام)<sup>61</sup> وفي تقرير له نُشر في 21 مارس 2020م، بمجلة "نيوزويك"، نقل فيه عن الدكتور أنتوني فوسي عالم المناعة، والدكتور سانجاي جوبتا المرّاسل الطّبي، قولهما: (إنّ التزام التّظافة الصحيّة، والحجر الصحيِّ، أو ممارسة العزل الاجتماعي عن الآخرين، أملاً في الحيلولة دون انتشار الأمراض المعدية، تُعد أكثر التّدابير فاعلية لاحتواء تفتّيش وباء فيروس كورونا المستجد)<sup>62</sup>.

فأضحى من أهمّ الطرق التي تعامل بها الطبُّ النبوي مع الجائحة الفيروسيّة أو الوبائيّة الالتزام بمبدأ الحجر الصحيِّ، وهو عزل المريض الذي لا يُرجى شفاؤه كالمجنوم، وفي هذا يقول ﷺ: «اجعل بينك وبين المجنوم قدر رمح أو رمحين...» وروي أن فروة بن مسيك قال: قلت: يا رسول الله! أرض عندنا، يقال لها: أرض آيين، هي أرض ريفنا وميرتنا، وإنها وبئة، أو قال: وبأوها شديد، فقال النَّبِيُّ ﷺ: دعها عنك، فإن من القرف: التلف» فالتبّي ﷺ منعه من دخولها، لأن في الاقتراب من الوباء ما يؤدّي إلى العدوى بذلك المرض

الخبث الذي ربما كان سببا في التلف والموت، وقد ضرب النَّبي ﷺ المثل الأعلى في الوقاية من البلاء بالتوجيه العملي إلى الوقاية، فعن عمرو بن الشريد، عن أبيه، قال: «كان في وفد تقيف رجل مجذوم، فأرسل إليه النَّبي ﷺ: «إنا قد بايعناك فارجع»<sup>63</sup> وأمره النَّبي ﷺ بذلك احتياطاً وحرصاً وحفظاً للأفسس من العدوى، وروى الإمام أحمد عن عائشة رضي الله عنها قالت: قال رسول الله ﷺ: «لا تنفى أمتي إلا بالطعن والطاعون، قلت: يا رسول الله هذا الطعن قد عرفناه، فما الطاعون؟ قال: غدة كغدة البعير، المقيم بها كالشهيد، والفار منها كالفار من الزحف»<sup>64</sup> ليأتي الإعجاز التَّبوي معلنا منع الشخص المقيم في أرض الوباء أن يخرج منها حتى وإن كان غير مصاب، فإن منع الناس من الدخول إلى أرض الوباء قد يكون أمراً واضحاً ومفهوماً، ولكن منع من كان في البلدة المصابة بالوباء من الخروج منها، حتى وإن كان صحيحاً معافى، أمر غير واضح العلة، بل إن المنطق والعقل يفرض على الشخص السليم الذي يعيش في بلدة الوباء، أن يفر منها إلى بلدة أخرى سليمة، حتى لا يصاب بالعدوى، ولم تعرف العلة في ذلك إلا في العصور المتأخرة التي تقدم فيها العلم والطب.

وقد أثبت الطبُّ الحديث - كما يقول الدكتور محمد على البار - أنَّ الشَّخص السَّليم في منطقة الوباء قد يكون حاملاً للميكروب، وكثير من الأوبئة تصيب العديد من النَّاس، ولكن ليس كل من دخل جسمه الميكروب يصبح مريضاً، فكم من شخص يحمل جراثيم المرض دون أن يبدو عليه أثر من آثاره، فالحمى الشوكية، وحمى التيفود، والزحار، والباسيلي، والسل، بل وحتى الكوليرا والطاعون قد تصيب أشخاصاً عديدين دون أن يبدو على أيٍّ منهم علامات المرض، بل ويبدو الشَّخص وافر الصحة سليم الجسم، ومع ذلك فهو ينقل المرض إلى غيره من الأصحاء ورغم التَّقدم المذهل في مجالات الطبِّ العلاجي بالأدوية الحديثة والأجهزة المبتكرة فما زال المبدأ الرئيسي في الطبِّ هو: الوقاية خير من العلاج، ولهذا أصبحت تعاليم الصحة والتَّطافة مرتبطة بعقيدة الأُمَّة وجعلها جزءاً لا يتجزأ من حياتها اليومية، وهذا ما فعله الإسلام قبل أكثر من 14 قرناً من الزمان ونجح في تحقيقه أعظم نجاح، هذه التدابير الوقائية التي سنَّها النَّبي ﷺ والتي اتَّسع المجال لذكرها في بابِ صحَّة البيئة ومكافحة الأوبئة، نجد أثرها بارزاً عندما أصبحت شعوب العالم يطبِّقون هذه التدابير بمعنى يطبقون الدِّين عقيدة وسلوكاً.

**الفرع الثَّاني: التَّوجيهات التَّبوية المتعلِّقة بالحياة الصحية وموقف الطبِّ الحديث منها**

لقد شغل اهتمام الطبِّ النَّبويِّ بالوقاية بدل العلاج، إلّا ما تعدّر ذلك فإنّه يأمر بالتداوي والعلاج، فعندما ذهب رسول الله ﷺ ليعود أحد أصحابه المرضى، وبعد أن رأى المريض ودعا له بالشفاء قال لأهله: «ادعوا له الطَّبيب، فقالوا متعجِّبين: وأنت تقول ذلك يا رسول الله، فقال: نعم. تداواوا عباد الله فإنَّ الله لم يُنزل داءً إلا أنزل له دواء... إلّا داءً واحداً، قالوا ما هو: قال: الهم»<sup>65</sup> وهو ما أثار الطبِّ الوقائي الحديث والذي استفاد من جملة الأحكام والتَّوجيهات التي جاء بها الطبُّ النَّبوي من بينها:

**أولاً:** ضرورة الصِّحة البيئية الإسلامية ونظافتها، فالنَّظافة تحقِّق الرِّاحة النَّفسية والجسدية والصِّحية، كنظافة البدن، والأيدي، والأسنان، والأظافر، والشَّعر، ونظافة الملابس، ونظافة الطَّعام والشراب، ونظافة الشُّوارع والبيوت والمدن، ونظافة المياه كالأنهار والآبار، وهي من أفضل طرق الوقاية من الأمراض تقلِّل فرص الإصابة بالأمراض الفيروسية والوبائية.

**ثانياً:** تخصيص الوضوء عدَّة مرَّات في اليوم لحكمة أرادها الله وهي تطهير الأعضاء بما فيها الأيدي فأرجعت الأبحاث خاصية الوضوء معجزة علمية في عالم الصِّحة، ولم يكنف بوجود الوضوء فقط بل حبَّب ﷺ الاعتسال، وهو من أفضل طرق الوقاية من الأمراض يقلِّل فرص الإصابة بالأمراض الفيروسية والوبائية فقال: «لو أنَّ نهرًا بباب أحدكم يغتسل منه كل يوم خمس مرات هل يبقى من درنه شيء؟ قالوا: لا يبقى من درنه شيء...»<sup>66</sup> فالغسل سيَّاحٍ يمنع للوقاية من الميكروبات والتُّفيلَّيات التي تعيش وتتواجد نتيجة العرق والغبار وغير ذلك، بالإضافة إلى ذلك يحقِّق الشعور بالرِّاحة وتنشيط الدَّورة الدموية، فيقول الطَّبيب الأستاذ الدكتور زكي سويدان: «تراكم القاذورات على الجلد من تماسك الأتربة والعرق وقشور الجلد وجزئيات الجراثيم الدقيقة والملابس بإفرازات الجلد الدهنية يؤدي إلى انسداد مسام العرق، لهذا يجب إزالتها بالماء والصابون بعمل حمام على الأقلِّ مرَّةً يوميًّا في الجوّ الحار، كما يجب غسل أجزاء الجسم المعرضة للأتربة وهي الوجه واليدين والقدمان عدَّة مرَّات يوميًّا وهو ما يشمل الوضوء»<sup>67</sup>.

**ثالثاً:** لمنع الإصابة بالأمراض المعدية عموماً ومن عدوى كورونا على وجه التحديد ضرورة الأخذ بالحجر الصِّحي، عزل المريض، عدم الدُّخول على الوباء، عدم الفرار منه، تعقيم الأيدي قبل الدُّخول على المريض وبعد الخروج منه، الاستعانة بالطبِّ والدَّواء، والتَّطعيم في الوقاية والعلاج.

**رابعاً:** الالتزام بالتَّغذية الصِّحية، فقد منع الطبُّ النَّبويُّ الأغذية الضَّارة بالصِّحة كالميتة والدم ولحم الخنزير والمخدرات، ومن الأشربة منع الخمر، وشجَّع أكل اللحوم سواء لحم البر والبحر وكل مشتقات

اللُّحوم، وشجّع على أكل ما له قيمة غذائية، إلى جانب الاهتمام بنوعية الغذاء، واهتمَّ الإسلام أيضاً بنظام الغذاء كمنع الإسراف في الأكل، والأكل دون جوع، والأكل حتّى التخمّة.<sup>68</sup>

**خامسا: الصِّحة النَّفسية والعقلية،** وهي تعاليم لمنع أسباب التَّوتر العصبي، وذلك بالأمر بالإيمان بالله وقدره، الصبر على الشدة والمحنة والمصيبة والمرض، تحريم اليأس والانتحار، الأمر بتعاون الناس وتراحمهم لتخفيف أعباء الحياة، ثم منع كل بؤر التوتر في المجتمع كالمقامرة والربا، والمضاربة واللهو غير البريء، والضجة.

**سادسا :** تشجيع اللياقة البدنية بالعمل اليدوي والحركة، تشجيع الألعاب الرياضية، المصارعة، ركوب الخيل، السباحة الرّمي، المبارزة، السباق بأنواعه، كراهية السمّة والكرش والخمول..

**سابعا :** في حالات التَّضُرُّر بوباء كورونا ضرورة الالتزام بالتدابير الوقائية كالحجر الصّحيّ و التّباعد الاجتماعيّ وتجنب عدوى الرذاذ التَّنَفسي كالعطاس والسُّعال... ، وعدم مشاركة الصُّحون والمناشف والمراتب

**ثامنا :** الدعوى إلى الاهتمام الجيّد بالنّظافة بشتّى صورها ،فالنّظافة تحقّق الرّاحة النَّفسية والجسدية والصّحية .

**تاسعا :** في حالات التَّضُرُّر بوباء كورونا ضرورة الالتزام بالتدابير الوقائية كالحجر الصّحيّ و التّباعد الاجتماعيّ تجنب عدوى الرذاذ التَّنَفسي كالعطاس والسُّعال... ، وعدم مشاركة الصُّحون والمناشف والمراتب... والتّواجد في أماكن التّجمُّعات مثل : المدارس ، الجامعات ، المقاهي ، والملاعب ، والحدائق ... لذلك تجنّب الاقتراب أو مخالطة من تظهر عليه هذه الأعراض، فإنّ أكبر تغيير في أسلوب الحياة بالنّسبة للمحتجز هو انعدام حركة التَّنَقُّل خارج المنزل، إلّا لزيارة الطبيب، وعليه يستوجب الصبر وقوة التّحمل لينال أجر الشّهيد كما وعد به النبي صلى الله عليه وسلم : « أَنَّهُ كَانَ عَدَابًا يَبْعَثُهُ اللَّهُ عَلَى مَنْ يَشَاءُ، فَجَعَلَهُ اللَّهُ رَحْمَةً لِلْمُؤْمِنِينَ، فَلَيْسَ مِنْ عَبْدٍ يَتَّقِ الطَّاعُونَ، فَيَمُكُّ فِي بَلَدِهِ صَائِرًا، يُعَلِّمُ أَنَّهُ لَنْ يُصِيبَهُ إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَهُ، إِلَّا كَانَ لَهُ مِثْلُ أَجْرِ الشَّهِيدِ»<sup>69</sup> فالترزاه بالحجر هو إقناذ عشرات الأرواح .

**عاشرا :** الحرص على نظافة جميع الأسطح التي تلمس بشكل متكرّر مثل الطّاولات والكراسي وجوانب السّرير ومقابض الأبواب والتّوافذ وحتّى مفاتيح الإضاءة ومفاتيح الهاتف، والتّأكد من تطهيرها بانتظام بعد تنظيفها.

**حادي عشر:** ضرورة استخدام الوسائل الوقائية كلبس الكمامات والقفازات .... والالتزام بشروط البروتوكول الصحي .

**ثاني عشر:** تقديم الإعانات والمساعدات بين أفراد المجتمع الواحد نظرا للكساد وانهيار الاقتصاد المحلي والعالمي من خلال تعجيل الصّدقات والزّكاة وصرف الأموال في صناعة أجهزة لصناعة الكمامات وأدوات التّنظيف والتعقيم الصحي.

ومن هذا التّقييم نرى أنّ الإسلام قد عطّى جميع أوجه الطّب الوقائي ومحاولاته، فقدّم لنا ما يشبه الدّستور الصحي الذي يتناول التّعاليم الرّئيسيّة ذات الصّفة الدّائمة لخلق مجتمع صحيّ مثالي.<sup>70</sup>

### خاتمة المقال:

- مرض كورونا كوفيد-19 هو جائحة حديثة سريعة العدوى والانتشار عالميا .
- الحفاظ على الصّحة والوقاية من وباء كورونا كوفيد-19 واجب شرعي وحقيقة حيّة يقتره الطّب النّبوي ويؤكّده الطّب الحديث
- من الملفت للتّظنر أنّ الطّب النّبوي سبق الطّب الحديث في تقديم تعليمات توضح التعامل مع الجائحة سيما جائحة كورونا كوفيد-19 وهو ما استفاد منها الطّب الحديث من خلال تصريحات علمائه وإقرارهم كفاءة الطّب النّبوي في مواجهة الجوائح .
- التعامل مع جائحة كورونا كوفيد-19 وقاية، مما يساعد على عدم اللّجوء إلى العلاج .
- الأخذ بالأسباب من شروط الوقاية تخفّف من انتشار جائحة كورونا كوفيد-19 ، كمنع المصافحة والمخالطة، والالتزام الحجر الصحي ، وتجنب العدوى عن طريق الرّذاذ التنفّسي ، الالتزام بأنواع النظافة كالوضوء والغسل ، ونحو ذلك من الأسباب التي تساعد بعد عون الله تعالى على التّقليل من انتشار الجائحة.
- تعامل الطّب النّبوي مع الجائحة تعامل وقائي وليس علاجي .
- الطّب النّبوي يزخر بالعديد من التعليمات والتدابير للوقاية من الجوائح والأوبئة، والطّب الحديث بدوره يوافق الطّب النّبوي ويدعو إلى صحّة معلوماته.

**التوصيات :**

- الالتزام بمبادئ الوقاية في الطبّ النبوي فما ينطق عن الهوى إن هو إلاّ وحي يوحى، من شأنها تقي المجتمع والأفراد من عدوى وإصابة وباء كورونا كوفيد-19 .
- ضرورة الاطلاع والبحث في علم الطبّ التّبوي ،لما فيه من فوائدٍ جَمَّة في جميع مجالات الحياة .
- القيام بحملات توعوية مكثّفة عن طريق المطويات و الملتقيات و التّدوات والمؤتمرات ...
- استغلال وسائل الإعلام في نشر التّوعية دون تراخي .
- استغلال منابر الخطب والمؤسّسات الدّينية .
- التّنسيق مع المؤسّسات الصحيّة والإطارات الطّبيّة في وضع استراتيجيات بعيدة المدى للوقاية من جميع الأوبئة .
- العمل على تغطية هذا الموضوع الجانحي من خلال البحوث والدراسات الأكاديمية .

**الحواشي والإحالات:**

- <sup>1</sup> Ministère de laSante 2020 P 05 سفيان خلوفي ،كمال شريط ، مقال إدارة مخاطر الوبائية : جائحة فيروس كورونا 19-، تجربة الصين أم جمهورية كوريا! 2020. 02؟ revueALgerienne d Economie et gestionVol.14n° ص 571.
- <sup>2</sup> حنان عيسى ملكاوي، جائحة كورونا كوفيد-19- وتداعياتها على أهداف التنمية المستدامة 2030 ، نشرية الألكسو العلمية، العدد 2، 2020م ، طباعة رقمية للمنظمة العربي للتربية والثقافة والعلوم ،ص7، محمد خلق العقلة ،جائحة كورونا وتداعياتها على أهداف التنمية المستدامة 2030، نشرية الألكسو العلمية، العدد 2، 2020، ص 7.
- <sup>3</sup> محمد خلق العقلة ،جائحة كورونا وتداعياتها على أهداف التنمية المستدامة ،2030، نشرية الألكسو العلمية، العدد 2 ، 2020، ص 8.
- <sup>4</sup> <https://www.mayoclinic.org/ar/diseases-conditions/coronavirus/symptoms-causes/syc-20479963> مرض الفيروس كورونا المستجد (كوفيد 19).
- <sup>5</sup> حنان عيسى ملكاوي، جائحة كورونا كوفيد-19- وتداعياتها على أهداف التنمية المستدامة 2030، المرجع السابق ، ص 7.
- <sup>6</sup> رسائل وأنشطة رئيسية للوقاية من مرض كوفيد-19 والسيطرة عليه في المدارس ، منظمة الصحة العالمية ، PDF ، 2020م ، ص 1.
- <sup>7</sup> المرجع نفسه، ص 8.

- 8 مجموعة أساتذة، دليل الإجراءات الصحية للتوقي من فيروس كوفيد-19- للاستئناف الموجه للعمل الدليل العام ، ، وزارة الشؤون الاجتماعية ، تونس ، 2020م ، ص5.
- 9 فيروس كورونا المستجد كوفيد-19، دليل توعوي صحي شامل ، تم جمعه من الموقع الإلكتروني لمنظمة الصحة العالمية ، الأونروا ، 2020م ، ص4.
- 10 المرجع نفسه، ص5.
- 11 دليل استرشادي حماية الاطفال أثناء وباء كورونا كوفيد، ص 8.
- 12 أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب الطب، باب الجذام، رقم الحديث 5271، ص 476
- 13 محمود ناظم النسيمي ، الطب النبوي والعلم الحديث ،مؤسسة الرسالة ناشرون ، ج20، 1996م، ص 347.
- 14 أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب السلام، باب اجتناب المجذوم ونحوه، رقم الحديث 4256، ص 32.
- 15 أخرجه أحمد في مسنده، رقم الحديث 23965، دار الحديث، ط1، 1995م، ص 122.
- 16 ابن خلدون (1988 م)، تاريخ ابن خلدون، دار الفكر، بيروت، ط2، ص 508.
- 17 سليم بن عيد الهلالي، الطب النبوي وحي أم تجربة ، دار الأمام أحمد، مصر ، ط1، 2010، ص ص 8-9.
- 18 آيات عرفات، الطب النبوي، <https://www.ma3reefa.com> بتاريخ 2020/03/25 وتمت مشاهدته 2021/12/22.
- 19 المرجع نفسه ، ص 1.
- 20 بلود عثمان ،مقال حول إشكالية التكامل بين الطب الشعبي والطب الحديث ، مجلة الحوار الثقافي ، جامعة بن باديس ، مستغانم ، العدد 1، ص5 ، ص 1 .
- 21 عدنان إسحاق وآخرون، دليل التثقيف الصحي ، وزارة الصحة ، 2019م، ص 9.
- 22 عبد الله قاسم الوشلي ، التوجيه التشريعي الاسلامي في نظافة البيئة وصحتها ،جامعة صنعاء ، كلية الآداب والتربية ،مجلة جامعة أم القرى لعلوم الشريعة والدراسات الإسلامية ،العدد44، 1429هـ ، ص371.
- 23 أخرجه مسلم في صحيحه ، كتاب الطهارة ، باب فضل الوضوء ،بيروت ، دار الكتب العلمية ، ج1، 1991م ، ص203.
- 24 اخرجه مالك في الموطأ ، كتاب الطهارة ، باب ما جاء في السواك رقم الحديث 132، ص 1199، واخرجه البخاري في صحيحه ، كتاب التمني باب ما يجوز من اللهو ، رقم الحديث 6699، ص 199.
- 25 العيد بلالي ، الوقاية الصحية في السنة النبوية ، مذكرة ماجستير ، جامعة الجزائر ، 01، كلية العلوم الاسلامية ، قسم العقائد والاديان ، 2010/2011م ، ص 31
- 26 عز الدين مراح ، الإسلام- والوقاية-من- أمراض- الأسنان -<http://midad.com/article/211101> ، بتاريخ 27شوال 1428 الموافق 08-11-2007، وتمت زيارته 2020/7/30م
- 27 محمد علي البار ، السواك ، دار المنارة ، جدة ، 1414 هـ / 1994م ، ص ، ص 153 ، 154.
- 28 اخرجه البخاري في صحيحه ، كتاب الصوم ، باب سواك الرطب واليابس للصابن ، رقم الحديث 1933، ص 465.
- 29 أبو حامد الغزالي، أحياء علوم الدين ، دار القلم ، بيروت ، ط3 ، ج 1 ، ص 126.

- <sup>30</sup> هند عادل، اعرف-كيف-تنظف-أسنانك-وفرشتك-بشكل-سليم-للمحافظة-من-عدوى  
<https://www.youm7.com/story/2020/3/25/4686591> 2020/3/25م تاريخ المشاهدة:2021/9/25م،
- <sup>31</sup> الضياء المقدسي/أبي عبد الله محمد ، صحاح الأحاديث فيما اتفق عليه أهل الحديث ،تحقيق حمزة أحمد الزين ، رقم الحديث 30178، حرف الميم ، دار الكتب العلمية ، بيروت ، ط1، ج8، ص 77.
- <sup>32</sup> أخرجه البخاري في صحيحه ، كتاب الطبّ، باب ما يذكر في الطاعون ، رقم الحديث 5396، ص 1400.
- <sup>33</sup> أخرجه أبو داود في سننه ، تحقيق سعيد محمد اللحام ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، كتاب الطب ، باب في الطيرة، رقم الحديث 3926، ج2، ص 233.
- <sup>34</sup> المرجع نفسه ، ص ، ص 10 ، 11
- <sup>35</sup> محمد شمس الحق العظيم آبادي أبو الطيب ، عون المعبود شرح سنن أبي داود ، كتاب الأطعمة ، باب غسل اليدين قبل الطعام ، رقم الحديث 3761.( بيروت :دار الكتب العلمية ، ط2، ج10، 1415هـ ) ، 10/167.
- <sup>36</sup> الضياء المقدسي ،أبي عبد الله محمد ، صحاح الأحاديث فيما اتفق عليه أهل الحديث ، المرجع السابق ، ص 77.
- <sup>37</sup> الحملة العالمية للمنظمة الصحة العالمية : نظافة اليدين تنفذ الأرواح ، إلى كل كادر التمريض والقبالة الرعاية النظيفة بين أيديكم ، 2020م ، ص1.
- <sup>38</sup> حامد الغوايبي ، بين الطب والإسلام ، وكالة الصحافة العربية ، 2018م، ص 99
- <sup>39</sup> أخرجه البخاري في صحيحه ، كتاب الوضوء، باب الوضوء ثلاثا ثلاثا 1/48.
- <sup>40</sup> غريب جمعة ، الطب في وضوء الإسلام، مكتبة الآداب ، ط1، ج1، 2007م، ص 50.
- <sup>41</sup> حسني كمال، كوروناخطر قادم بسبب أكل المحظورات .. والوضوء إبداع طبي، وكريمة له رأي آخر| صور، فيروس كورونا – أرشيفية
- <http://gate.ahram.org.eg/News/2367305.aspx> | 2020/2/4م 13:08، تمت مشاهدته 2021/10/1م يوم السبت على الساعة 22:10 ليلا .
- <sup>42</sup> المرجع نفسه ، نفس الموقع .
- <sup>43</sup> فيروس كورونا المستجد كوفيد 19- دليل توعوي صحي شامل ، المرجع السابق ، ص 4.
- <sup>44</sup> المرجع نفسه ، ص 4.
- <sup>45</sup> المرجع نفسه ، ص 5.
- <sup>46</sup> أخرجه الترمذي في سننه ، تحقيق أحمد بن شاكر ، أبواب الأدب ، باب ما جاء في خفض الصوت وتخميم الوجه عند العطاس ، رقم الحديث 2745 ، دار الكتب العلمية ، بيروت ، ص 425 وقال : حديث حسن صحيح.
- <sup>47</sup> كوفيد 19- تدابير الوقاية في مكان العمل ،وزارة الصحة ، المغرب ، مديرية علم الاوبئة ومحاربة الامراض ، 2020م ، ص1.
- <sup>48</sup> أخرجه ابن ماجه في سننه ، كتاب الأشربة ، باب التنفس في الإناء ، رقم الحديث 3506، 1133/2 وقال : صحيح الإسناد ووافقه الذهبي وسكت عنه الحافظ في الفتح وحسنه الألباني في السلسلة الصحيحة .



- 49 أخرجه أبو داود في كتاب الأشربة ، باب النفخ في الشراب ، رقم الحديث 3728 ، وأخرجه الترمذي في سننه ، كتاب الأشربة ، باب ما جاء في كراهية النفخ في الشراب ، رقم الحديث 1950 ، وقال : حديث حسن صحيح .
- 50 ابن حجر العسقلاني ، فتح الباري شرح صحيح البخاري ، درا المعرفة للطباعة والنشر ، بيروت ، 80/10 .
- 51 بتصرف الوقاية من العدوى ومكافحتها أثناء الرعاية الصحية لحالات الإصابة المحتملة او المؤكدة بعدوى فيروس كورونا المسبب لمتلازمة الشرق الاوسط التنفسية ، إرشادات مبدئية ، منظمة الصحة العالمية ، 2015 ، ص 3 .
- 52 أخرجه ابو داود في سننه ، كتاب الاشربة ، باب في الشرب من ثلثة القدح ، رقم الحديث 3234 ، ص 155 .
- 53 الاعتبارات المتعلقة بالحجر الصحي للأفراد في سياق احتواء مرض فيروس كورونا (كوفيد -19) ، إرشادات مبدئية ، منظمة الصحة العالمية ، 2020م ، ص 1 .
- 54 ابن كثير ، البداية والنهاية ، تحقيق علي شديري ، دار إحياء التراث العربي ، بيروت ، ج 9 ، ص 186 .
- 55 أخرجه البخاري في صحيحه ، كتاب الطب ، باب ما يذكر في الطاعون ، رقم الحديث 5729 ، ص 1451 .
- 56 ابن القيم ، زاد المعاد ، تحقيق شعيب الأرنؤوط ، مؤسسة الرسالة ، ط 1 ، ج 4 ، 1430 هـ / 2009م ، ص ص 44 - 45 .
- 57 ابن القيم ، زاد المعاد في هدي خير العباد ، تحقيق مصطفى عبد القادر عطا ، دار الكتب العلمية ، بيروت ، ج 3 ، 2006م ص ص 99 ، 100 .
- 58 أخرجه البخاري في صحيحه ، كتاب أحاديث الأنبياء ، باب 54 ، رقم الحديث 3474 ، ص 861 ،
- 59 صالح بن أحمد رضا ، الإعجاز العلمي في السنة النبوية ، رسالة دكتوراه ، جامعة أم درمان الإسلامية ، 1406 هـ ، 1995م ، ص 547 .
- 60 أبو حامد الغزالي ، الإحياء علوم الدين ، كتاب التوحيد والتوكل ، دار الكتب العلمية ، بيروت ، 2016م ، 354/4
- 61 مجتمع الغرب يعترف كيف أسهمت تعاليم الإسلام في الحد من انتشار كورونا <https://alkhaleejonline.net/?> السبت، 21-03-2020 الساعة 20:26
- لندن - الخليج أونلاين خاص وتمت مشاهدته يوم الأحد 2021/9/9م على الساعة 10:04.
- 62 الموقع نفسه
- 63 أخرجه مسلم في صحيحه ، كتاب السلام ، باب اجتناب المعذوم ونحوه ، رقم الحديث 4256 ، ص 32 .
- 64 أخرجه أحمد في مسنده ، رقم الحديث 23965 ، ص 122 .
- 65 أخرجه أبو داود في سننه ، كتاب الطب ، باب في الرجل يتداوى ، رقم الحديث 4172 ، صححه الألباني في صحيح أبي داود ، ص 214 .
- 66 أخرجه البخاري في صحيحه ، كتاب مواقيت الصلاة ، باب الصلوات الخمس كفارة ، رقم الحديث 528 ، ص 139 .
- 67 أخرجه مسلم في صحيحه ، كتاب الجمعة ، باب وجوب غسل الجمعة 580/2 .
- 68 سعيد بن صالح بن حسين الحمدان - الدمام ، الطب الوقائي في الإسلام .. من صحة الأرواح إلى صحة الأجساد والبيئة :الإسلام عظمى جميع أوجه الطب الوقائي وصحة الأديان من صحة الأبدان <http://www.saaid.net/tabeeb/72.htm>
- 69 أخرجه البخاري في صحيحه ، كتاب أحاديث الأنبياء ، باب 54 ، رقم الحديث 3474 ، ص 861
- 70 المرجع نفسه ، الموقع نفسه .