

الحساسية

نصر معوض " الغذاء والوقاية من الأمراض "

الحساسية مرض من أمراض العصر الشائعة ولا سيما لدى الأطفال، لها أسباب شتى، وتنشط في مواسم معينة، وخاصة في نهاية موسم البرد، وفي موسم الربيع الذي يكثر فيه غبار الطلع. والحساسية تفاعل غير طبيعي يحدث في أنسجة الجسم المختلفة نتيجة مادة غريبة، مثل: غبار الطلع، أو مواد التجميل، أو شعر الحيوانات، أو المواد السامة، أو بعض الأدوية مثل المضاد الحيوي البنسلين، فضلا عن الدخان الناتج عن عوادم السيارات، ودخان السجائر، وعن كائنات صغيرة تعيش في الفراش داخل الغرف المكتظة بالكتب والسناثر والسجاد والملابس، وهي تصل إلى داخل الجسم عن طريق الفم أو الأنف أو اللمس أو الحقن، فتتهيج الأماكن التي وصلت إليها، فيؤدي ذلك إلى تولد أجسام مضادة دفاعية تؤثر في النسيج المصاب والشعيرات الدموية المحيطة المسببة لأعراض الحساسية.

وللحساسية أنواع عدة، منها حساسية الجلد، وحساسية الجهاز التنفسي، التي تشمل حساسية الصدر (الربو القصبي) وحساسية الأنف، وقد ثبت علميا وجود عدد من الفطريات في وسائد غرف النوم تتجه أبواغها بشكل رئيسي إلى الجيوب الأنفية والرتتين، وقد تسبب التهابات في العيون، ويزداد الأمر خطورة في حالة نقص مناعة الجسم المريض. ويمكن الوقاية من تلك الفطريات بتغيير الوسائد على فترات متقاربة، واستعمال مواد تنظيف والمطهرات الجيدة أسبوعيا، واستعمال القطن الطبيعي بدلا من الصناعي في الوسائد، وضرورة التهوية الدائمة المستمرة للمنازل، وتعريض محتويات الغرف لأشعة الشمس من وقت إلى آخر، لتعقيمها من الجراثيم، إضافة إلى تجنب تكديس حجرة النوم بالملابس خارج أماكنها، وتجنب ترك الأحذية فيها، لأنها من أهم مصادر التلوث التي يستنشقها النائم في أثناء تنفسه.

ومن أنواع الحساسية أيضا حساسية الإنسان نحو نوع معين من الغذاء، فأى نوع من البروتينات الغذائية التي يتناولها الإنسان لا بد من أن يهضم قبل وصوله إلى الأمعاء، وإلا صعب امتصاص البروتينات غير المهضومة. أما إذا استطاعت الأمعاء أحيانا امتصاص هذه البروتينات بصعوبة، فإن الخطورة في هذه الحالة تكمن في تعامل الجسم معها على أنها أجسام غريبة، وعندها تتكون أجسام مضادة تتصدى لها، فينتج عن ذلك تفاعلات كيميائية تعرف بأمراض الحساسية، ويمكن القول إن هذا النوع من الحساسية هو معارك كيميائية تحدث بين أي بروتين غذائي ينجح في الوصول إلى خلايا الجسم أو أنسجته من غير هضم، وبين الأجسام المضادة التي تتكون من أنسجة الجسم، لحمايتها من هذا البروتين الغريب الذي يجب التصدي له.

وقد تسبب بعض الأغذية الحساسية للإنسان من مثل اللبن، فيعد جزئي البروتين في اللبن مسؤولا عن حدوث الحساسية منه، وقد تحدث من سكر اللبن (اللاكتوز) الذي يسبب انتفاخا في المعدة، ويصاحب الانتفاخ مغص وإسهال بعد فترة وجيزة من تناوله، ومن الأغذية الأخرى التي تسبب الحساسية لدى بعض الأشخاص البيض والسمك. وثمة عوامل طبيعية قد تسبب الحساسية، مثل درجات الحرارة العالية أو المنخفضة فضلا عن أشعة الشمس، وتظهر أعراض الحساسية هنا بالقيء والإسهال والمغص المتكرر في البطن أو العطس أو الرشح أو الأزمات الربوية أو الطفح الجلدي المعروف بالأكزيما التي يكثر انتشارها بين الأطفال، وقد تظهر أورام وانتفاخات في مناطق مختلفة من الجسم. أما أكثر أنسجة الجسم تعرضا للإصابة بالحساسية فهي أنسجة الجلد والأغشية المخاطية للجهازين: الجهاز الهضمي، والجهاز التنفسي.

وتصيب الحساسية الملايين من البشر في جميع أرجاء المعمورة، وقد أشارت بعض الدراسات إلى أن للمرأة دورا أساسيا في الوقاية من هذا الداء على نحو عام، وحساسية الجهاز التنفسي على نحو خاص، لأن التركيب الجيني للأنث أشد تأثيرا من التركيب الجيني للأنث من حيث الاستعداد الوراثي للمولود للإصابة بأمراض الحساسية. وتزداد نسبة الإصابة بهذا المرض كلما كان الأحوال والخالات المصابون به أكثر من الأعمام والعمات، وأكدت بعض الدراسات أن نسبة الإصابة بالأنواع الشديدة من الحساسية الصدر تصيب الفتيات أكثر من الفتيان.

التعريف بالكاتب

نصر معوض عالم مصري حاصل على الدكتوراه في تكنولوجيا تحلل الأحماض الأمينية، له مؤلفات وكتب منشورة، مثل "التكنولوجيا الحيوية لمنتجات اللبن الثانوية"، و"الغذاء والوقاية من الأمراض"، ومنه أخذ النص.

أسئلة متنوعة

ما اسم كاتب نص "الحساسية"؟ نصر معوض
عدّد من أشهر مؤلفات نصر معوض؟ "التكنولوجيا الحيوية لمنتجات اللبن الثانوية"، و"الغذاء والوقاية من الأمراض"
ما جنسية الكاتب نصر معوض ومحصله التعليمي؟ عالم مصري، حاصل على الدكتوراه في تكنولوجيا تحلل الأحماض الأمينية
ما اسم مؤلف نصر معوض الذي أخذ منه النص؟ الغذاء والوقاية من الأمراض".

جو النص

الحساسية مرض من أمراض العصر الشائعة التي يعاني منها ملايين الأشخاص سنويا لأسباب تختلف من فرد إلى آخر، ومن مكان إلى آخر، وبين الكاتب في هذا النص أهم أسباب الحساسية، مثل: غبار الطلع ومواد التنظيف وبعض الأطعمة، وتناول أهم أعراضها التي تظهر على الجلد أو الجيوب الأنفية والجهازين الهضمي والتنفسي، وذكر طرق الوقاية منها داعيا إلى تجنب الأطعمة التي تسببها، والتقليل من التعرض إلى البرد ودرجات الحرارة المرتفعة وغيرها من المسببات الأخرى.

الحساسية مرض من أمراض العصر الشائعة ولا سيما لدى الأطفال، لها أسباب شتى، وتنشط في مواسم معينة، وخاصة في نهاية موسم البرد، وفي موسم الربيع الذي يكثر فيه غبار الطلع.
والحساسية تفاعل غير طبيعي يحدث في أنسجة الجسم المختلفة نتيجة مادة غريبة، مثل: غبار الطلع، أو مواد التجميل، أو شعر الحيوانات، أو المواد السامة، أو بعض الأدوية مثل المضاد الحيوي البنسلين، فضلا عن الدخان الناتج عن عوادم السيارات، ودخان السجائر، وعن كائنات صغيرة تعيش في الفراش داخل الغرف المكتظة بالكتب والستائر والسجاد والملابس، وهي تصل إلى داخل الجسم عن طريق الفم أو الأنف أو اللمس أو الحقن، فتهيج الأماكن التي وصلت إليها، فيؤدي ذلك إلى تولد أجسام مضادة دفاعية تؤثر في النسيج المصاب والشعيرات الدموية المحيطة المسببة لأعراض الحساسية.

المفردات لا سيما : بخاصة **عوادم السيارات**: مفردتها عادم، وهوما ينتج عن احتراق الوقود في السيارة **المكتظة: المزدحمة** **تهيج: حدة التأثير**
أنسجة الجسم: مجموعة متكاملة من خلايا مماثلة من نفس المنشأ، والتي تحمل وظيفة محددة، كالنسيج الجلدي، والنسيج العصبي، وغيرها من أنسجة الجسم.
الشعيرات الدموية: قنوات دقيقة جدًا تشبه الشعر، ويتكون جدارها من طبقة خلوية واحدة، لتسمح للمواد الغذائية الصغيرة بتغذية الخلايا حولها.
الأجسام المضادة: بروتينات تتواجد في الدم والسوائل الجسميّة الأخرى يفرزها الجسم لإضعاف الأجسام الغريبة من بكتيريا وفيروسات وغيرها .

أسئلة متنوعة

أ.ما المقصود بالحساسية؟ الحساسية : مرض من أمراض العصر الشائعة ولا سيما لدى الأطفال ، ولها أسباب شتى ، وتنشط في مواسم معينة ، وخاصة نهاية موسم البرد وفي موسم الربيع الذي يكثر فيه غبار الطلع.(الفهم والتحليل)

ب.اذكر أربعة أسباب للحساسية؟ : والحساسية تفاعل غير طبيعي يحدث في أنسجة الجسم المختلفة نتيجة مادة غريبة ، مثل : غبار الطلع، أو مواد التجميل، أو شعر الحيوانات، أو المواد السامة، أو بعض الأدوية مثل المضاد الحيوي البنسلين (الفهم والتحليل)

ج. كيف تحدث الحساسية في داخل الجسم؟ تصل مسببات الحساسية إلى داخل الجسم عن طريق الفم أو الأنف أو اللمس أو الحقن ، فتهيج الأماكن التي وصلت إليها، فيؤدي ذلك إلى تولد أجسام مضادة دفاعية تؤثر في النسيج المصاب والشعيرات الدموية المحيطة المسببة لأعراض الحساسية متى تنشط الحساسية؟ تنشط في مواسم معينة ، وخاصة نهاية موسم البرد وفي موسم الربيع الذي يكثر فيه غبار الطلع

و للحساسية أنواع عدة، منها حساسية الجلد، وحساسية الجهاز التنفسي، التي تشمل حساسية الصدر (الربو القصبي) وحساسية الأنف، وقد ثبت علميا وجود عدد من الفطريات في وسائد غرف النوم تتجه أبواغها بشكل رئيسي إلى الجيوب الأنفية والرنيتين، وقد تسبب التهابات في العيون، ويزداد الأمر خطورة في حالة نقص مناعة جسم المريض. ويمكن الوقاية من تلك الفطريات بتغيير الوسائد على فترات متقاربة، واستعمال مواد تنظيف والمطهرات الجيدة أسبوعيا، واستعمال القطن الطبيعي بدلا من الصناعي في الوسائد، وضرورة التهوية الدائمة المستمرة للمنازل، وتعرض محتويات الغرف لأشعة الشمس من وقت إلى آخر، لتعقيمها من الجراثيم، إضافة إلى تجنب تكديس حجرة النوم بالملابس خارج أماكنها، وتجنب ترك الأحذية فيها، لأنها من أهم مصادر التلوث التي يستنشقها النائم في أثناء تنفسه.

المفردات

الجيوب الأنفية: فراغات مليئة بالهواء، تتصل بالتجويف الأنفي عبر فتحات خاصة، تقع ضمن عظام الجمجمة والوجه.

الربو القصبي: مرض يسبب تضيق متغير في القصبات الهوائية، تجاوبا مع مثببات مختلفة. الأبواغ: مفردتها بوع، وهي خلية تكاثر لاجنسي، تنقل النبات من حالة الركود إلى حالة النشاط أو العكس، ولها أشكال كثيرة ومختلفة في الفطريات والطحالب والجراثيم وغيرها. الوسائد: جمع وسادة، مخدات

أسئلة متنوعة

تقيم بعض مسببات حساسية الصدر والأنف والجلد معنا في البيوت كيف نقي أنفسنا من خطر الإصابة بها؟ (الفهم والتحليل) يمكن الوقاية منها بتغيير الوسائد على فترات متقاربة، واستعمال مواد التنظيف والمطهرات الجيدة أسبوعيا، واستعمال القطن الطبيعي بدلا من الصناعي في الوسائد، وضرورة التهوية الدائمة والمستمرة للمنازل، وتعرض محتويات الغرف لأشعة الشمس من وقت إلى آخر، لتعقيمها من الجراثيم، علاوة على تجنب تكديس حجرة النوم بالملابس خارج أماكنها، وتجنب ترك الأحذية فيها.

اذكر أنواع الحساسية؟ منها حساسية الجلد، وحساسية الجهاز التنفسي، التي تشمل حساسية الصدر (الربو القصبي) وحساسية الأنف

ثبت علميا وجود عدد من الفطريات في وسائد غرف النوم وضع عملها. تتجه أبواغها بشكل رئيسي إلى الجيوب الأنفية والرنيتين، وقد تسبب التهابات في العيون، ويزداد الأمر خطورة في حالة نقص مناعة جسم المريض.

متى يزداد الأمر خطورة في حالة فطريات الوسائد؟ إن كان الشخص يعاني من نقص مناعة جسم المريض

ومن أنواع الحساسية أيضا حساسية الإنسان نحو نوع معين من الغذاء؛ فأي نوع من البروتينات الغذائية التي يتناولها الإنسان لا بد من أن يهضم قبل وصوله إلى الأمعاء وإلى أصب امتصاص الأمعاء لهذه البروتينات غير المهضومة. أما إذا استطاعت الأمعاء أحيانا امتصاص هذه البروتينات بصعوبة، فإن الخطورة في هذه الحالة تكمن في تعامل الجسم معها على أنها أجسام غريبة، وعندها تتكون أجسام مضادة تتصدى لها، فينتج عن ذلك تفاعلات كيميائية تعرف بأمراض الحساسية، ويمكن القول إن هذا النوع من الحساسية هو معارك كيميائية تحدث بين أي بروتين غذائي ينجح في الوصول إلى خلايا الجسم أو أنسجة من غير هضم، وبين الأجسام المضادة التي تتكون من أنسجة الجسم لحمايتها من هذا البروتين الغريب الذي يجب التصدي له.

المفردات تتصدى لها:تواجهها

الصور الفنية (التدوق الجمالي)

"إن هذا النوع من الحساسية هو معارك كيميائية تحدث بين أي بروتين غذائي ينجح في الوصول إلى خلايا الجسم أو أنسجته من غير الهضم، وبين الأجسام المضادة له" صور الكاتب الحساسية معركة، وصور البروتين الغذائي والأجسام المضادة جيشين يخوضان هذه المعركة.

أسئلة متنوعة

وضح المقصود بالتحسس الغذائي. (الفهم والتحليل) حساسية الإنسان نحو نوع معين من الغذاء، لوصل أي بروتين غذائي إلى خلايا الجسم أو أنسجته من غير هضم.

وقد تسبب بعض الأغذية الحساسية للإنسان من مثل اللبن ، فيعدّ جزئ البروتين في اللبن مسؤولاً عن حدوث الحساسية منه، وقد تحدث من سكر اللبن (اللاكتوز) الذي يسبب انتفاخاً في المعدة ، ويصاحب الانتفاخ مغص وإسهال بعد فترة وجيزة من تناوله، ومن الأغذية الأخرى التي تسبب الحساسية لدى بعض الأشخاص البيض والسمك.

وثمة عوامل طبيعية قد تسبب الحساسية ، مثل درجات الحرارة العالية أو المنخفضة فضلاً عن أشعة الشمس وتظهر أعراض الحساسية هنا بالقيء والإسهال والمغص المتكرر في البطن أو العطس أو الرشح أو الأزمات الربوية أو الطفح الجلدي المعروف بالأكزيما التي يكثر انتشارها بين الأطفال ، وقد تظهر أورام وانتفاخات في مناطق مختلفة من الجسم . أما أكثر أنسجة الجسم تعرضاً للإصابة بالحساسية فهي أنسجة الجلد والأغشية المخاطية للجهازين: الجهاز الهضمي، والجهاز التنفسي.

المفردات وجيزة: قصيرة الأغشية المخاطية: تبطينات تتواجد في أماكن مختلفة في الجسم كالقلم والأذنين والأنف، تستخدم في الهضم والإفراز. ثمة: هناك

أسئلة متنوعة

أذكر عرضين لكل من : (الفهم والتحليل)

أ- حساسية اللبن. انتفاخ في المعدة ،مغص وإسهال .

ب- الحساسية الناتجة عن درجات الحرارة المرتفعة أو المنخفضة . القيء والإسهال والمغص المتكرر في البطن أو العطس أو الرشح أو الأزمات الربوية أو الطفح الجلدي المعروف بالأكزيما، وقد تظهر أورام وانتفاخات في مناطق مختلفة من الجسم

ما أكثر أنسجة الجسم عرضة للإصابة بالحساسية ؟ أنسجة الجلد والأغشية المخاطية للجهازين: الجهاز الهضمي، والجهاز التنفسي (الفهم والتحليل)

اضبط بالشكل حرف الراء في كلمة (الربوية). الربوية (المعجم والدلالة)

وضح اللبن من الأغذية التي تسبب الحساسية. فيعدّ جزئ البروتين في اللبن مسؤولاً عن حدوث الحساسية منه، وقد تحدث من سكر اللبن (اللاكتوز)

اذكرالعوامل الطبيعية التي قد تسبب الحساسية كما ورد بالنص . درجات الحرارة العالية أو المنخفضة فضلاً عن أشعة الشمس

وتصيب الحساسية الملايين من البشر في جميع أرجاء المعمورة ، وقد أشارت بعض الدراسات إلى أنّ للمرأة دوراً أساسياً في الوقاية من هذا الداء على نحو عام وحساسية الجهاز التنفسي على نحو خاص ؛ لأنّ التركيب الجيني للأم أشد تأثيراً من التركيب الجيني للاب من حيث الاستعداد الوراثي للمولود للإصابة بأمراض الحساسية . وتزداد نسبة الإصابة بهذا المرض كلما كان الأخوال والخالات المصابون به أكثر من الأعمام والعمّات ،وأكدت بعض الدراسات أن نسبة الإصابة بالأنواع الشديدة من حساسية الصدر تصيب الفتيات أكثر من الفتيان .

المفردات المعمورة: الأرض المبنية أو المسكونة التركيب الجيني: مجموعة المعلومات الوراثية التي يحملها كلّ كائن حي.

أسئلة متنوعة

علل ما يأتي : الحساسية مرض من أمراض العصر. لأنها تصيب الملايين من البشر في جميع أرجاء المعمورة. (الفهم والتحليل)

متى تزداد نسبة إصابة الطفل بمرض الحساسية ؟ كلما كان الأخوال والخالات المصابون به أكثر من الأعمام والعمّات (الفهم والتحليل)

أذكر محورين أساسيين قادرين على الوقاية من الحساسية.

للمرأة دوراً أساسياً في الوقاية من هذا الداء على نحو عام وحساسية الجهاز التنفسي على نحو خاص

علل. أشارت بعض الدراسات إلى أنّ للمرأة دوراً أساسياً في الوقاية من هذا الداء على نحو عام وحساسية الجهاز التنفسي على نحو خاص لأنّ التركيب الجيني للأم أشد تأثيراً من التركيب الجيني للاب من حيث الاستعداد الوراثي للمولود للإصابة بأمراض الحساسية

المعجم والدلالة

1- أضيف إلى معجمك اللغوي:

- عوادم السيارات : مفردها عادم، وهو ما ينتج عن احتراق الوقود في السيارة.
- المكتنضة : المزدحمة
- التكديس: جعل الأشياء بعضها فوق بعض
- تتصدي لها: تواجهها

2- عد إلى أحد المعاجم اللغوية واستخرج معاني المفردات الآتية:

- الوجيزة: القصيرة.
- التهيج: حدة التأثير.
- المعمورة: الأرض المبنية أو المسكونة.

3- ابحث في أحد معاجم المصطلحات الطبية عن معني كل مما يأتي:

أنسجة الجسم: مجموعة متكاملة من خلايا مماثلة من نفس المنشأ، والتي تحمل وظيفة محددة ،كالنسيج الطلاني، والنسيج العصبي، وغيرها من أنسجة الجسم.
الشعيرات الدموية: قنوات دقيقة جدًا تشبه الشعر، ويتكون جدارها من طبقة خلوية واحدة، لتسمح للمواد الغذائية الصغيرة بتغذية الخلايا حولها.
الجيوب الأنفية: فراغات مليئة بالهواء، تتصل بالتجويف الأنفي عبر فتحات خاصة، تقع ضمن عظام الجمجمة والوجه.
الأجسام المضادة: بروتينات تتواجد في الدم والسوائل الجسمية الأخرى يفرزها الجسم لإضعاف الأجسام الغريبة من بكتيريا وفيروسات وغيرها .
الأغشية المخاطية: تبطنات تتواجد في أماكن مختلفة في الجسم كالفم والأذنين والأنف، تستخدم في الهضم والإفراز.
الرئو القصي: مرض يسبب تضيق متغير في القصبات الهوائية، تجاوبًا مع مثيرات مختلفة.

الأبواغ: مفردها بوع، وهي خلية تكاثر لاجنسي، تنقل النبات من حالة الركود إلى حالة النشاط أو العكس، ولها أشكال كثيرة ومختلفة في الفطريات والطحالب والجراثيم وغيرها .
التركيب الجيني: مجموعة المعلومات الوراثية التي يحملها كل كائن حي.

4- ما الجذر اللغوي لكل كلمة من الكلمات الآتية:

التهابات: لهب . مكتظ: كظ / كظظ . الاستعداد: عدّ / عدّد

5- عد إلى أحد المعاجم واستخرج مفرد كلمة "جراثيم" جُرثوم

6- اضبط بالشكل حرفي الميم والعين في كلمة(معدة) بالرجوع إلى أحد المعاجم مبيّنًا أوجه ضبط الكلمة. معدة ومعدة

7- اضبط بالشكل حرف الفاء في كلمة (الفطريات)، والراء في كلمة (الربوية). الفطريات ، الرئوية

8- استعمل تركيب(ولا سيما) في جملة مفيدة من إنشائك. أحبّ الكتب ولا سيما كتب الأدب

1- في ضوء فهمك النص، أجب عن ما يأتي:

أ. ما المقصود بالحساسية؟: الحساسية مرض من أمراض العصر الشائعة ولا سيما لدى الأطفال ، ولما أسباب شتى ، وتنشط في مواسم معينة ، وخاصة نهاية موسم البرد وفي موسم الربيع الذي يكثر فيه غبار الطلع.
ب. اذكر أربعة أسباب للحساسية؟ : والحساسية تفاعل غير طبيعي يحدث في أنسجة الجسم المختلفة نتيجة مادة غريبة ، مثل : غبار الطلع، أو مواد التجميل، أو شعر الحيوانات ،أو المواد السامة، أو بعض الأدوية مثل المضاد الحيوي البنسلين
ج. كيف تحدث الحساسية في داخل الجسم ؟ تصل مسببات الحساسية إلى داخل الجسم عن طريق الفم أو الأنف أو اللمس أو الحقن ، فتهيج الأماكن التي وصلت إليها، فيؤدي ذلك إلى تولد أجسام مضادة دفاعية تؤثر في النسيج المصاب والشعيرات الدموية المحيطة مسببة أعراض الحساسية

2- تقيم بعض مسببات حساسية الصدر والأنف والجلد معنا في البيوت كيف نقي أنفسنا من خطر الإصابة بها ؟
يمكن الوقاية منها بتغيير الوسائد على فترات متقاربة، واستعمال مواد التنظيف والمطهرات الجيدة أسبوعياً، واستعمال القطن الطبيعي بدلاً من الصناعي في الوسائد، وضرورة التهوية الدائمة والمستمرة للمنازل، وتعرض محتويات الغرف لأشعة الشمس من وقت إلى آخر، لتعقيمها من الجراثيم، علاوة على تجنب تكدس حجرة النوم بالملابس خارج أماكنها، وتجنب ترك الأحذية فيها.
3- وضح المقصود بالتحسس الغذائي. حساسية الإنسان نحو نوع معين من الغذاء، لوصول أي بروتين غذائي إلى خلايا الجسم أو أنسجته من غير هضم.

4- أذكر عرضين لكل من :
أ- حساسية اللبن. انتفاخ في المعدة ،مغص وإسهال .
ب- الحساسية الناتجة عن درجات الحرارة المرتفعة أو المنخفضة . القيء والإسهال والمغص المتكرر في البطن أو العطس أو الرشح أو الأزمات الربوية أو الطفح الجلدي المعروف بالأكزيما، وقد تظهر أورام وانتفاخات في مناطق مختلفة من الجسم

5- علل ما يأتي :
أ- الحساسية مرض من أمراض العصر. لأنها تصيب الملايين من البشر في جميع أرجاء المعمورة.
ب- لا يجوز الإستهانة بمرض الحساسية. لأخطاره على كل من يصاب به.
ج- يجب على المرأة أن تكون أكثر حرصاً على وقاية نفسها من الحساسية. لأن التركيب الجيني للأنثى أشد تأثراً من التركيب الجيني للأنثى من حيث الاستعداد الوراثي للمولود للإصابة بأمراض الحساسية

6- وضح العلاقة بين التلوث ومرض الحساسية. التلوث يعني إمكانية وصول أي نوع من الجراثيم إلى الجهاز الهضمي والتنفسي مما يؤدي إلى تهيج الأنسجة وتحسسها.

التلوث يعني إمكانية وصول أي نوع من الجراثيم إلى الجهاز الهضمي والتنفسي مما يؤدي إلى تهيج الأنسجة وتحسسها

7- ما أكثر أنسجة الجسم عرضة للإصابة بالحساسية ؟ أنسجة الجلد والأغشية المخاطية للجهازين: الجهاز الهضمي، والجهاز التنفسي

8- متى تزداد نسبة إصابة الطفل بمرض الحساسية ؟ كلما كان الأحوال والخالات المصابون به أكثر من الأعمام والعمات

9- بعد دراستك النص، اقترح تدابير يمكن أن تجنبنا الإصابة بمرض الحساسية في حياتنا اليومية في كل حالة من الحالات الآتية :

أ- سوء استخدام المنظفات. اتباع الإرشادات والتعليمات الصحيحة في استخدام المنظفات كاستخدام الكمادات والقفازات

ب- انتشار سحب دخان المصانع بالقرب من أماكن السكن. وضع الفلاتر على مداخن المصانع للتقليل من انبعاث الغازات السامة، سنّ قوانين دولية ومحلية لمنع المصانع من إطلاق الغازات بنسبة تتجاوز الحدّ المسموح به، زراعة الأشجار لتنقية الهواء، السكن في أماكن بعيدة عن المصانع قدر المستطاع.

ج- ارتفاع درجات الحرارة أو إنخفاضها. استخدام التدفئة المناسبة والملابس الواقية في حالة انخفاض درجات الحرارة ، واستخدام أجهزة التكييف المناسبة في حالة ارتفاع الحرارة، وتجنب التعرض لأشعة الشمس المباشرة. ويترك للطلاب

10- يقال : المعدة بيت الداء، والحمية هي الدواء، ناقش هذا الرأي في ضوء فهمك النص.
تجنب الأطعمة التي تسبب الحساسية عن كل فرد. ويترك أيضاً للطالب

11- أذكر أهم الموضوعات الصحية التي ينبغي أن تمتلك ثقافة كافية عنها كي تتجنب أضرارها في رأيك.
أمراض: السكري، والسرطان، وارتفاع ضغط الدم، والسمنة، وغيرها. ويترك أيضاً للطالب.

12- أذكر سلوكيات يقوم بها الإنسان يمكن أن تؤثر في صحته سلباً أو إيجاباً

سلباً: التدخين، تناول الوجبات السريعة.
إيجاباً: شرب الماء الكافي، تناول الغذاء المتوازن، ممارسة الرياضة.
ويترك أيضاً للطالب.

13- حققت الثورة الصناعية للبشرية فوائد كثيرة جلبت معها أضراراً صحية بين كيف نفيذ من منجزاتها وتجنب أضرارها من وجهة نظرك أجهزة الاتصال الحديثة وأضرارها، أكياس البلاستيك وأضرارها، الصناعات والأجهزة السامة الناتجة عنها وأضرارها .
التعامل بحذر مع كل منها للاستفادة منها وتجنب أضرارها. ويترك أيضاً للطالب

التذوق الجمالي

1- وضح الصور الفنية في العبارة الآتية:

"إن هذا النوع من الحساسية هو معارك كيميائية تحدث بين أي بروتين غذائي ينجح في الوصول إلى خلايا الجسم أو أنسجته من غير الهضم، وبين الأجسام المضادة له" صور الكاتب الحساسية معركة، وصور البروتين الغذائي والأجسام المضادة جيشين يخوضان هذه المعركة.

2- من خصائص المقالة العلمية استخدام المصطلحات العلمية، والإستناد إلى الحقائق، ومخاطبة العقل، مثل لكل واحدة من هذه الخصائص من النص.
المصطلحات العلمية، مثل: الرئو القصبي، الفطريات، سكر اللين... إلخ الاستناد إلى الحقائق: مثل: تسبب بعض الأغذية الحساسية للإنسان.
مخاطبة العقل: استخدام لغة علمية مباشرة، وندرة الصور الفنية

3- بين إلى أي مدى وفق الكاتب في عرض الموضوع بشكل واضح ومفهوم، وفي تتقيف المتلقي صحياً والتأثير فيه.
كان الكاتب موفقاً في إيصال فكرته إلى حد كبير؛ لأنه التزم سمات المقال العلمي من حيث تسلسل الأفكار، والاعتماد على الحقائق العلمية، وعرض ذلك بلغة سهلة واضحة مع قصر العبارت والمعاني المباشرة مخاطباً العقل لا العاطفة؛ إذ ع رّف الحساسية وذكر مسبباتها وأنواعها وأع ارضها وطرق الوقاية منها.

قضايا لغوية (قواعد)

البدل

البدل تابع مقصود بالحكم يتبع اسماً سابقاً له في الإعراب يسمى المُبدل منه، ويعمل على إيضاحه.

أنواع البدل:

1- بدل المطابق أو بدل كل من كل، نحو قوله تعالى " جَعَلَ اللَّهُ الْكُفْبَةَ الْبَيْتَ الْحَرَامَ قِيَامًا لِلنَّاسِ وَالشَّهْرَ الْحَرَامَ وَالْهَدْيَ وَالْقَلَائِدَ " (سورة المائدة، الآية 97)، وقولنا: " المرء بأصغريه : قلبه ولسانه" ، وهو هنا بدل تفصيلي ويغلب أن يكون الاسم المعرف بال الواقعة بعد اسم الإشارة بدلاً مطابقاً نحو قولنا : هذا الرجل كريم.

2- بدل بعض كل أو بدل الجزء من كل، نحو قوله تعالى " يَا أَيُّهَا الْمَرْمَلُ (1) فَمِ اللَّيْلِ إِلَّا قَلِيلًا (2) نَصْفَهُ أَوْ انْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا (3) " (سورة المزمل)

3- بدل إشتمال، نحو: يظمنن القارئ إلى المكتبة جوها الهادئ

يتصل ببذل بعض من كل وبدل الإشتمال في الغالب ضمير يعود على المبدل منه ويربطه به ويطابقه في جنسه و عدده.

تدريبات

- 1- عين البديل في ما يأتي، واذكر نوعه:
 أ- قال تعالى " وَإِنَّكَ لَتَهْدِي إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ (52) صِرَاطِ اللَّهِ الَّذِي لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ ۗ أَلَا إِلَى اللَّهِ تَصِيرُ الْأُمُورُ" [بدل مطابق]
 ب- قال رسول الله صل الله عليه وسلم : " عَيْنَانِ لَا تَمْسُهُمَا النَّارُ : عَيْنٌ بَكَتَ مِنْ خَشْيَةٍ ، وَعَيْنٌ بَاتَتْ تَحْرُسُ فِي سَبِيلِ " . [بدل تفصيل]
 ج- قال الشاعر: أدأوي جحود القلب بالبر والتقى ولا يستوي القلبان: قاسٍ وراحم [بدل تفصيل]
 د- أفادتني المكتبة مراجعتها [بدل اشتغال]
 هـ- أدهشني الطالب تقمصه شخصية البطل في المسرحية. [بدل اشتغال]

2- اضبط بالشكل أواخر الكلمات التي تحتها خط:

- أ- استلذ الضيف الطعام مذاقه. [مذاقه] الحركة : فتحة قبل الهاء لأنه بدل من المفعول به الطعام
- ب- أعد الطالب البحث خطته. [خطته] الحركة : فتحة قبل الهاء لأنه بدل من المفعول به البحث

3- أعرب ما تحته خط في ما يأتي إعراباً تاماً:

- أ- قال تعالى " إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا (9)" (سورة الإسراء، الآية 9)
 القرآن : بدل مطابق منصوب وعلامة نصبه الفتحة الظاهرة على آخره .
- ب- تصفحت الديوان نصفه . : بدل بعض من الكل منصوب وعلامة نصبه الفتحة الظاهرة على آخره وهو مضاف والهاء ضمير متصل مبني على الضم في محل جر بالإضافة
- ج- أربغ خصال يسود بها المرء: العلم والأدب والعفة والأمانة.
- العلم : بدل تفصيل مرفوع وعلامة رفعه الضمة الظاهرة على آخره
- د- شممت الوردة أريجها.
- بدل اشتغال منصوب وعلامة نصبه الفتحة الظاهرة على آخره وهو مضاف والهاء ضمير متصل مبني في محل جر بالإضافة

4- عد إلى الفقرات : الثانية والسابعة والأخيرة من النص واستخرج منها أمثلة على البديل

- بعض الأدوية مثل المضاد الحيوي البنسلين : بدل مطابق
 للجهازين : الجهاز الهضمي، والجهاز التنفسي . : بدل تفصيل
 وقد أشارت بعض الدراسات إلى أن للمرأة دوراً أساسياً في الوقاية من هذا الذء : بدل مطابق

اسما المكان والزمان

اسمان مشتقان يدلان على الحدث وزمان وقوعه أو مكان وقوعه، ويصاغان من :

الفعل الثلاثي على :

- 1- وزن (مَفْعَل) إذا كان المضارع الفعل مضموم العين أو مفتوح العين أو معتلاً ناقصاً، نحو: مكتب، مسيح، مرمي.
- 2- وزن (مَفْعِل) إذا كان مضارعه مسكور العين ومعتلاً مثلاً واوياً، نحو: مجلس، موقف، مولد.
- 3- ومن غير الثلاثي على طريقة صياغة اسم المفعول، نحو : مستودع ، مرتقب، منتهي.

تدريبات

1- ضع اسم المكان أو الزمان من الأفعال الآتية مع ضبط عين الكلمة:
 أوى، استوصف، وعد ، لعب، التقى.

أوى	أوى
استوصف	مستوصف
وعد	مؤعد
لعب	ملعب
التقى	ملتقى

2- يخطئ بعض الناس في لفظ كلمة (معرض) كما في قولهم " زرت معرض الألبسة"، أذكر اللفظ الصحيح، اعتماداً على ما ورد في القواعد السابقة. الصواب كسر الراء(عين الكلمة):معرض أي على وزن (مَفْعِل) لأن مضارع عرض: يعرض

3- ميز اسم المكان من اسم الزمان في ما يأتي :

أ- قال تعالى " سَلَامٌ هِيَ حَتَّى مَطَلَعِ الْفَجْرِ" (سورة القدر؛ الآية 5) اسم زمان
ب - قال تعالى " أُولَئِكَ يُجْزَوْنَ الْعَرْشَةَ بِمَا صَبَرُوا وَيُلَقَوْنَ فِيهَا حَيَّاتٍ وَسَلَامًا (75) خَالِدِينَ فِيهَا حَسَنَتْ مُسْتَقَرًّا وَمُقَامًا))

مُسْتَقَرًّا : اسم زمان مُقَامًا : اسم زمان

ج- قال الشنفرى: وفي الأرض منأى للكريم عن الأذى وفيها لمن خاف القلى متعزل . منأى : اسم مكان

د- النادي الثقافي ملتقى الشباب . ملتقى اسم مكان

هـ - المورد العذب كثير الزحام . المورد : اسم مكان

و- مؤعد الاجتماع عند الساعة التاسعة صباح اليوم . مؤعد : اسم زمان

4- عد إلى الفقرتين الأولى والرابعة من النص، واستخرج منهما اسم زمان اسم مكان.

اسم زمان : موسم و مواسم مفردها موسم اسم مكان : منازل مفردها منزل

شرح مفصل للقواعد

البدل : - البدل : له أربعة أنواع

أ-البدل المطابق (1). المعرف بأل بعد اسم الإشارة : أحترمُ هذا الرجلَ ،

2. بنى ، بنت إذا وقعت بين علمين : عدلَ عمرُ بين الخطاب بين الرعية،

3. اسمان متتاليان لشيء واحد : أبو بكر عبدالله خليفة الرسول (ص)

ب- بدل البعض من كل : اسمان متتاليان الثاني جزء مادي ملموس من الأول : قرأتُ الكتابَ مقدمته

ج- بدل الاشتمال : اسمان متتاليان الثاني جزء محسوس غير ملموس من الأول : أعجبنى الثوبُ لونه

د- بدل التفصيل : شيء عام : أجزاءه ||، الناسُ ثلاثٌ : صديقٌ أو كاذبٌ أو منافقٌ

الكتابة

التلخيص

درست سابقاً أن التلخيص فن نثري يقوم على قراءة النص، ثم إعادة صوغه من جديد بلغة الكاتب الخاصة بإيجاز وتكثيف من غير إخلال بأفكاره ومعانيه التي أرادها صاحب النص الأصلي، ومن أهم شروطه الأمانة في نقل الأفكار وتدوينها بدقة بلا زيادة أو نقص في المعاني، وإظهار النص الجديد في حدود الحجم المحدد

ومن ثم فإن التلخيص عبارة عن نص قصير يحوي مادة نص أطول منه باتباع الخطوات الآتية:

- 1- قراءة النص الأصلي وفهم الموضوع.
- 2- استخراج الأفكار الرئيسية وترك الأفكار الثانوية
- 3- إعادة صياغة النص بلغتنا الخاصة من غير الرجوع إلى النص الأصلي.
- 4- المحافظة على الأفكار من غير تدخل أو إصدار أحكام

التقويم الذاتي:

بعد تلخيصي أتأكد من أنني:

- 1- قرأت النص الأصلي وفهمته جيداً .
- 2- استخرجت الأفكار الرئيسية، وتركت الأفكار الثانوية.
- 3- أعدت صياغة النص بلغتي الخاصة.
- 4- حافظت على الأفكار من غير تدخل أو إصدار أحكام
- 5- كتبتة في حدود مئة كلمة