

الوحدة الرابعة:

الثقافة الصحيّة



أنس الشبلي

الحساسية

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 يكثُر 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، فضلاً 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.

وللحساسية أنواع عدة؛ منها حساسية الجلد، وحساسية الجهاز التنفسي، التي تشمل حساسية الصدر (الرُّبو القصبي) وحساسية الأنف، وقد ثبت علمياً وجود عدد من الفطريات في وسائد غرف النوم تتجه أبعادها بشكل رئيس إلى الجيوب الأنفية والرئتين، 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 التنظيف والمُطهِّرات الجيدة أسبوعياً، واستعمال القطن الطبيعي بدلاً 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 يُهضم قبل وصوله إلى الأمعاء، وإلا صُعِب امتصاص البروتينات غير المهضومة. أما إذا استطاعت الأمعاء أحياناً امتصاص هذه البروتينات بصعوبة، فإنَّ الخطورة في هذه الحالة تكمن في تعامل الجسم معها على أنها أجسام غريبة، وعندها تتكوّن أجسام مضادة تتصدّى لها، فينتج عن ذلك تفاعلات كيميائية تعرف بأمراض الحساسية، ويمكن القول إنَّ هذا النوع من الحساسية هو معارك كيميائية تحدث بين أيّ بروتين غذائيّ ينجح في الوصول إلى خلايا الجسم أو أنسجته من غير هضم، وبين الأجسام المضادة التي تتكوّن من أنسجة الجسم؛ لحمايتها من هذا البروتين الغريب الذي يجب التصدّي له.

وقد تسبّب بعض الأغذية الحساسية للإنسان من مثل اللبن، فبعدّ جزيء البروتين في اللبن مسوؤلاً 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 تسبّب الحساسية لدى بعض الأشخاص البيض والسّمك.

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

وتصيب الحساسية الملايين من البشر في جميع أرجاء المعمورة، وقد أشارت بعض الدّراسات إلى أنّ للمرأة دوراً أساسياً في الوقاية من هذا الداء على نحو عام، وحساسية الجهاز التنفسي على نحو خاص؛ لأنّ التّركيب الجينيّ للأمّ أشدّ تأثيراً من التّركيب الجينيّ للأب من حيث الاستعداد الوراثيّ للمولود للإصابة بأمراض الحساسية. وتزداد نسبة الإصابة بهذا المرض كلّما كان الأحوال والخالات المصابون به أكثر من الأعمام والعمّات، وأكّدت بعض الدّراسات أنّ نسبة الإصابة بالأنواع الشّديدة من حساسية الصّدر تصيب الفتيات أكثر من الفتيان.

التعريف بالكاتب

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

جوّ النصّ

الحساسية مرض من أمراض العصر الشائعة التي يعاني منها ملايين الأشخاص سنويًا لأسباب تختلف من فرد إلى آخر، ومن مكان إلى آخر، ويبيّن الكاتب في هذا النصّ أهمّ أسباب الحساسية، مثل: غبار الطلع ومواد التّنظيف وبعض الأطعمة، وتناول أهمّ أعراضها التي تظهر على الجلد أو الجيوب الأنفيّة والجهازين الهضميّ والتنفسيّ، وذكر طرق الوقاية منها داعيًا إلى تجنّب الأطعمة التي تسبّبها، والتقليل من التّعرّض إلى البرد ودرجات الحرارة المرتفعة وغيرها من المسبّبات الأخرى.



الحساسية

• الفقرة الأولى :

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، فضلاً 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.

المعنى	الكلمة	المعنى	الكلمة
خصوصاً	ولاسيما	المنتشرة	الشائعة
زيادة عن	فضلاً عن	حدة التأثير	تُهيج (هيج)
المزدحمة	<u>المكتظة (كظظ)</u>	مفردها عادم ، وهو ناتج احتراق الوقود في السيارة	<u>عوادم السيارات</u>
مجموعة متكاملة من خلايا مماثلة من نفس المنشأ ، والتي تحمل وظيفة محدّدة ، كالنسيج الطلائي ، والنسيج العصبي ، وغيرها من أنسجة الجسم			<u>أنسجة الجسم</u>
بروتينات تتواجد في الدم والسوائل الجسمية الأخرى يفرزها الجسم لإضعاف الأجسام الغريبة من بكتيريا وفيروسات وغيرها			<u>الأجسام المضادة</u>
قنوات دقيقة جداً تشبه الشعر ، ويتكوّن جدارها من طبقة خلوية واحدة ، لتسمح للمواد الغذائية الصغيرة بتغذية الخلايا من حولها .			<u>الشعيرات الدموية</u>

✓ الفكرة: الحديث عن مفهوم الحساسية والأسباب التي تسببها

س ١ في ضوء فهمك النصّ ، أجب عمّا يأتي : ﴿ الفهم والتحليل ﴾

أ. ما المقصود بالحساسية ؟

الحساسية: مرض من أمراض العصر الشائعة ولاسيما لدى الأطفال ، ولها أسباب شتى ، وتنشط في مواسم معينة ، وخاصة في نهاية موسم البرد ، وفي موسم الربيع الذي يكثر فيه غبار الطلع ،

ب. اذكر أربعة أسباب للحساسية ؟

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 ، وما يؤدي إلى تولّد أجسام مضادة دفاعية تؤثر في النسيج المصاب والشعيرات الدموية المحيطة المسببة لأعراض الحساسية .

س ٢ علّل ما يأتي : ب: لا يجوز الاستهانة بمرض الحساسية . ﴿ الفهم والتحليل ﴾

بسبب أخطاره على كلّ من يصاب به

س ٣ استعمل تركيب (ولا سيّما) في جملة مفيدة من إنشائك ؟ ﴿ المعجم والدلالة ﴾

١. أحبّ الكتب ولا سيّما كتب الأدب

٢. أحبّ الطعام الساخن ولا سيّما الأرز

• الفقرة الثانية :

وللحساسية أنواع عدّة؛ منها حساسية الجلد، وحساسية الجهاز التنفسي، التي تشمل حساسية الصدر (الرّبو القصبي) وحساسية الأنف، وقد ثبت علمياً وجود عدد من الفطريات في وسائد غرف النوم تتجه أباؤها بشكل رئيس إلى الجيوب الأنفية والرّئتين، وقد تسبب التهابات في العيون، ويزداد الأمر خطورة في حالة نقص مناعة جسم المريض.

المعنى	الكلمة
متنوعة ، مختلفة	عدّة (عدد)
مرض يسبب تضيق متغيّر في القصبات الهوائية تجاوباً مع مثيرات مختلفة	<u>الرّبو القصبي</u>
مفردها بوع ، وهي خلية تكاثر لا جنسي ، تنقل النبات من حالة الركود إلى حالة النشاط أو العكس ، ولها أشكال كثيرة ومختلفة في الفطريات والطّحالب والجراثيم وغيرها	<u>الأبواع</u>
فراغات مليئة بالهواء ، تتصل بالتجويف الأنفي عبر فتحات خاصّة ، تقع ضمن عظام الجمجمة والوجه	<u>الجيوب الأنفية</u>

✓ **الفكرة :** التحدّث عن الأنواع المتعدّدة من الحساسية .

س ١ وضح ماذا تشمل حساسية الجهاز التنفسي ؟

تشمل حساسية الجهاز التنفسي حساسية الربو القصبي وحساسية الأنف .

س ٢ ورد في النصّ إثبات علمي في يخصّ الإصابة بحساسية الأنف ، بينه ؟

لقد ثبت علمياً وجود عدد من الفطريات في وسائد النوم تتجه أباؤها بشكل رئيس إلى الجيوب الأنفية والرّئتين ، وقد تسبب التهابات في العيون ، ويزداد الأمر خطورة في حالة نقص مناعة جسم المريض .

• الفقرة الثالثة :

ويمكن الوقاية من تلك الفطريات بتغيير الوسائد على فترات متقاربة، واستعمال مواد التّظيف والمُطهّرات الجيّدة أسبوعيًا، واستعمال القطن الطّبيعيّ بدلاً من الصّناعيّ في الوسائد، وضرورة التّهووية الدائمة المستمرة للمنازل، وتعرض محتويات الغرف لأشعة الشّمس من وقت إلى آخر؛ لتعقيمها من الجراثيم، إضافة إلى تجنّب تكديس حجرة النوم بالملابس خارج أماكنها، وتجنّب ترك الأحذية فيها؛ لأنّها من أهمّ مصادر التلوّث التي يستنشقهها النائم في أثناء تنفّسه.

المعنى	الكلمة	المعنى	الكلمة
		جعل الأشياء بعضها فوق بعض	<u>تكديس (كدس)</u>

✓ الفكرة : بيان أساليب الوقاية من الفطريات المسبّبة للحساسية

✓ الصور الفنية :

س ١ تقيم بعض مسببات حساسية الصّدر والأنف والجلد معنا في البيوت ، كيف نقي أنفسنا من خطر

الإصابة بها ؟ ﴿ الفهم والتحليل ﴾

يمكن الوقاية منها بتغيير الوسائد على فترات متقاربة ، واستعمال مواد التّظيف والمطهّرات الجيّدة أسبوعيًا ، واستعمال القطن الطّبيعيّ بدلاً من الصّناعيّ في الوسائد ، وضرورة التّهووية الدائمة والمستمرّة للمنازل ، وتعرض محتويات الغرف لأشعة الشّمس من وقت لآخر ، لتعقيمها من الجراثيم ، علاوة على تجنّب تكديس حجرة النوم بالملابس خارج أماكنها ، وتجنّب ترك الأحذية فيها .

س ٢ وضح العلاقة بين التلوّث ومرض الحساسية ؟ ﴿ الفهم والتحليل ﴾

التلوّث يعني إمكانية وصول أي نوع من الجراثيم إلى الجهاز الهضمي والتنفسيّ ممّا يؤدي إلى تهيج الأنسجة وتحسسها

س٣ بعد دراستك النصّ ، اقترح تدابير يمكن أن تجنّبنا الإصابة بمرض الحساسية في حياتنا اليومية في كلّ حالة من الحالات الآتية ؟

﴿ الفهم والتحليل ﴾

أ. سوء استخدام المنظّفات :

اتباع الإرشادات والتعليمات الصحيحة في استخدام المنظّفات كاستخدام الكمّات والقّازات .

ب. انتشار سحب دخان المصانع بالقرب من أماكن السّكن .

وضع الفلاتر على مداخن المصانع للتقليل من انبعاث الغازات السّامة ، 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 .

• الفقرة الرابعة :

ومن أنواع الحساسية أيضا حساسية الإنسان نحو نوع معيّن من الغذاء؛ فأبّ نوع من البروتينات الغذائيّة التي يتناولها الإنسان لا بد من أن يُهضمّ قبل وصوله إلى الأمعاء، وإلا صُعّب امتصاص البروتينات غير المهضومة. أما إذا استطاعت الأمعاء أحياناً امتصاص هذه البروتينات بصعوبة، فإنّ الخطورة في هذه الحالة تكمن في تعامل الجسم معها على أنّها أجسام غريبة، وعندها تتكوّن أجسام مضادّة تتصدّى لها، فينتج عن ذلك تفاعلات كيميائية تعرف بأمراض الحساسية، ويمكن القول إنّ هذا النوع من الحساسية هو معارك كيميائية تحدث بين أيّ بروتين غذائيّ ينجح في الوصول إلى خلايا الجسم أو أنسجته من غير هضم، وبين الأجسام المضادّة التي تتكوّن من أنسجة الجسم؛ لحمايتها من هذا البروتين الغريب الذي يجب التصدّي له.

المعنى	الكلمة	المعنى	الكلمة
		تواجهها	تتصدّى لها (صدي)

✓ الفكرة : بيان نوع معين من الحساسية ينتج عن الغذاء

✓ الصورة الفنية :

" إنَّ هذا النوع من الحساسية هو معارك كيميائية تحدث بين أيّ بروتين غذائي ينجح في الوصول إلى خلايا الجسم أو أنسجته من غير هضم ، وبين الأجسام المضادة له " .

صوّر الكاتب الحساسية معركة ، وصوّر البروتين الغذائي والأجسام المضادة جيشين يخوضان هذه المعركة

س ١ وضح المقصود بالتحسس الغذائي : مع الفهم والتحليل

التحسس الغذائي : هو حساسية الإنسان نحو نوع معين من الغذاء ، لوصول أي بروتين غذائي إلى خلايا الجسم أو أنسجته من غير هضم .

س ٢ يقال : المعدة بيت الداء ، والحمية هي الدواء ، ناقش هذا الرأي في ضوء فهمك للنص . مع الفهم والتحليل

تجنّب الأطعمة التي تسبّب الحساسية عند كلّ فرد .

• الفقرة الخامسة :

وقد تسبّب 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 تسبّب الحساسية لدى بعض الأشخاص البيض والسّمك.

المعنى	الكلمة	المعنى	الكلمة
		القصيرة	<u>الوجيزة (وجز)</u>

✓ الفكرة: بيان بعض الأطعمة التي تسبب الحساسية

س ١ اضبط بالشكل حرفي الميم والعين في كلمة (معدة) بالرجوع إلى أحد المعاجم ، مبيّنًا أوجه ضبط الكلمة؟

• المعجم والدلالة •

- مَعِدَة ، و مِعْدَة

س ٢ اذكر عرضين لحساسية اللبن ؟ • الفهم والتحليل •

١. انتفاخ في المعدة

٢. مغص وإسهال

• الفقرة السادسة :

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 تعرّضاً للإصابة بالحساسية فهي أنسجة الجلد والأغشية المخاطية للجهازين: الجهاز الهضمي، والجهاز التنفسي.

المعنى	الكلمة	المعنى	الكلمة
زيادة	فضلاً	هناك	ثمة
تبطينات تتواجد في أماكن مختلفة في الجسم كالقلم والأذنين والأنف تستخدم في الهضم والإفراز			الأغشية المخاطية

✓ الفكرة: الحديث عن العوامل الطبيعية المسببة للحساسية

س ١ اضبط بالشكل حرف الفاء في كلمة (الفطريات) والراء في كلمة (الربوية) .
 الفطريات (الضمة) ، الربوية (الفتحة)

س ٢ اذكر عرضين للحساسية الناتجة عن درجات الحرارة المرتفعة أو المنخفضة ؟ ؟ .

- ١ . القيء والإسهال
- ٢ . المغص المتكرر في البطن أو العطس
- ٣ . الرشح أو الأزمات الربوية
- ٤ . الطفح الجلدي المعروف بالأكزيما ، وقد تظهر أورام وانتفاخات في مناطق مختلفة من الجسم .

س ٢ ما أكثر أنسجة الجسم عرضة للإصابة بالحساسية ؟ ؟

أنسجة الجلد والأغشية المخاطية للجهازين : الجهاز الهضمي والجهاز التنفسي

س ٣ بعد دراستك النص ، اقترح تدابير يمكن أن تجنبنا الإصابة بمرض الحساسية في حياتنا اليومية في حالة ارتفاع درجات الحرارة أو انخفاضها : ؟ ؟

استخدام التدفئة المناسبة والملابس الواقية في حالة انخفاض درجات الحرارة ، واستخدام أجهزة التكييف المناسبة في حالة ارتفاع الحرارة ، وتجنب التعرض لأشعة الشمس المباشرة .

• الفقرة السابعة :

وتصيبُ الحساسية الملائين من البشر في جميع أرجاء المعمورة، وقد أشارت بعض الدراسات إلى أن للمرأة دورًا أساسيًا في الوقاية من هذا الداء على نحو عام، وحساسية الجهاز التنفسي على نحو خاص؛ لأنَّ التركيب الجيني للأم أشدَّ تأثيرًا من التركيب الجيني للأب من حيث الاستعداد الوراثي للمولود للإصابة بأمراض الحساسية. وتزداد نسبة الإصابة بهذا المرض كلما كان الأحوال والخالات المصابون به أكثر من الأعمام والعمّات، وأكّدت بعض الدراسات أن نسبة الإصابة بالأشكال الشديدة من حساسية الصدر تصيب الفتيات أكثر من الفتيان.

المعنى	الكلمة	المعنى	الكلمة
المرض	الداء	الأرض المبنية أو المسكونة بالبشر	<u>المعمورة (عمر)</u>
		مجموعة المعلومات الوراثية التي يحملها كل كائن حي	التركيب الجيني

✓ **الفكرة :** بيان دور المرأة في الوقاية من مرض الحساسية

س ١ علل ما يأتي . ﴿ الفهم والتحليل ﴾

أ. الحساسية مرض من أمراض العصر .

لأنها تصيب الملايين من البشر في جميع أرجاء المعمورة

ب. يجب على المرأة أن تكون أكثر حرصًا على وقاية نفسها من الحساسية

لأن التركيب الجيني للأم أشدَّ تأثيرًا من التركيب الجيني للأب من حيث الاستعداد الوراثي للمولود للإصابة بأمراض الحساسية

س ٢ متى تزداد نسبة إصابة الطفل بمرض الحساسية ؟ ﴿ الفهم والتحليل ﴾

كلما كان الأحوال والخالات المصابون به أكثر من الأعمام والعمّات

✓ أسئلة إضافية من المعجم والدلالة :

س ٤ ما الجذر اللغوي لكل كلمة من الكلمات الآتية :

- التهايات : لَهَب
- مكتظ : كظ ، كظظ
- الاستعداد : عد ، عدد

س ٥ عد إلى أحد المعاجم واستخرج مفرد كلمة (الجرائم) ؟

جُرثوم

✓ أسئلة إضافية من الفهم والتحليل :

س ١١ اذكر أهم الموضوعات الصحية التي ينبغي أن تمتلك ثقافة كافية عنها كي نتجنب أضرارها في رأيك .

أمراض السكري والسرطان ، وارتفاع ضغط الدم ، والسمنة وغيرها .

س ١٢ اذكر سلوكيات يقوم بها الإنسان يمكن أن تؤثر ف بصحته إيجاباً وسلباً

- سلباً : التدخين ، تناول الوجبات السريعة

- إيجاباً : شرب الماء الكافي ، تناول الغذاء المتوازن ، ممارسة الرياضة

س ١٣ حققت الثورة الصناعية للبشرية فوائد كثيرة جلبت معها أضراراً صحية ، بين كيف نفيد 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 .

✓ أسئلة أخرى من التذوق الجمالي :

س ٢ من خصائص المقالة العلمية استخدام المصطلحات العلمية ، والاستناد إلى الحقائق ، ومخاطبة العقل ،
مثل لكلّ واحدة من هذه الخصائص من النصّ

- ١ . استخدام المصطلحات العلمية : الرّبو القصبي ، الفطريات ، سكر اللبن
- ٢ . الاستناد إلى الحقائق : تسبّب بعض الأغذية الحساسة للإنسان
- ٣ . مخاطبة العقل : استخدام لغة علمية مباشرة ، وندرة الصّور الفنيّة

س ٣ بيّن إلى أي مدى وُقِّع الكاتب في عرض الموضوع بشكل واضح ومفهوم ، وفي تثقيف المتلقّي صحياً
والتأثير به ؟

كان الكاتب موفقاً في إيصال فكرته إلى حدّ كبير ؛ لأنّه التزم سمات المقال العلمي من حيث تسلسل الأفكار ،
والاعتماد على الحقائق العلميّة ، وعرض ذلك بلغة سهلة واضحة مع قصر العبارات والمعاني المباشرة مخاطباً العقل لا
العاطفة ؛ إذ عرّف الحساسة وذكر مسبباتها وأنواعها وأعراضها وطرق الوقاية منها .

قضايا لغوية

البدل

البدل تابع مقصود بالحكم يتبع اسمًا سابقًا له في الإعراب يسمّى المُبدل منه، ويعمل على إيضاحه.

✓ مثال : جاء المهندسُ خالدٌ

- المهندسُ « مبدل منه »

- خالدٌ « بدل »

ومعنى أنه تابع أي يتبع المبدل منه في الحكم الإعرابي (الحالة الإعرابية) رفعًا ونصبًا وجرًا ، فإذا كان المبدل منه مرفوعًا كان البدل مرفوعًا ، وإذا كان المبدل منه منصوبًا كان البدل منصوبًا ، وإذا كان المبدل منه مجرورًا كان البدل مجرورًا .

ونلاحظ أن البدل (خالد) قد أزال الغموض عن المبدل منه (المهندس) وعمل على إيضاحه ، فعندما نقول جاء المهندسُ ، هنا لا نعرف المهندس بالتحديد ؛ لذا نحتاج إلى كلمة (خالد) للتوضيح وإزالة الغموض .
في المثال السابق نلاحظ أنّ البدل (خالدٌ) قد جاء مرفوعًا لأنّ المبدل منه (المهندس) قد جاء مرفوعًا ، وانتبه أنّ المبدل منه يعرب حسب موقعه في الجملة ، في حين أنّ البدل يعرب بدلًا ...

✓ جاء المهندسُ خالدٌ

- المهندسُ : فاعل مرفوع وعلامة رفعه الضمة الظاهرة على آخره .

- خالدٌ : بدل مرفوع وعلامة رفعه تنوين الضمّ الظاهر على آخره .

• ملاحظة : سمّي البدلُ بدلًا ، لأنّ البدل يمكن أن يحلّ مكان المبدل منه ، فتصبح الجملة : جاء خالدٌ ، وهي صحيحة .

أنواع البدل

أ. البدل المطابق أو بدل كلّ من كل : وهو عندما يكون البدل والمبدل منه متطابقان .

نحو قوله تعالى : ﴿ جَعَلَ اللَّهُ الْكَعْبَةَ الْبَيْتَ الْحَرَامَ قِيَامًا لِلنَّاسِ وَالشَّهْرَ الْحَرَامَ وَالْهَدْيَ وَالْقَلَائِدَ ﴾

فالكعبة هي نفسها البيت الحرام

- البيت : بدل منصوب وعلامة نصبه الفتحة الظاهرة على آخره .

ويأتي البدل مطابقاً في الحالات التالية :

(١) اسم إشارة وبعده اسم معرّف بأل :

✓ مثال : هذا الرجلُ كريمٌ . « الرجلُ بدل مطابق لأنّه جاء معرّفًا بأل وقبله اسم إشارة (هذا) »

- الرجل : بدل مرفوع وعلامة رفعه الضمّة الظاهرة على آخره .

• ملاحظة : أسماء الإشارة هي : هذا ، هذه ، تلك ، هذان ، هاتان ، أولئك ، هؤلاء .

(٢) بدل التفصيل : ويكون عندما يكون البدل مفصلاً للمبدل منه (يوضع عادة قبل البدل نقطتان رأسيّتان

(:)

✓ مثال : " المرءُ بأصغريه : قلبه ولسانه " (قلبه ولسانه) هو تفصيل لكلمة (أصغريه) ، ولكن عند

الإعراب يجب علينا أن نعرب الكلمة الأولى (قلبه) بدلاً فقط .

- قلبه : بدل تفصيل مجرور وعلامة جرّه الكسرة الظاهرة على آخره وهو مضاف ، والهاء ضمير متصل مبني في

محل جرّ مضاف إليه .

٣) اسم مكرّر ، يأتي الاسم الثاني المكرّر موضّحًا للاسم الأول .

✓ مثال : قال تعالى : ﴿ اِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ (6) صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ (7) ﴾

نلاحظ أن البدل (صراط) التي تحتها خط قد جاءت مكرّرة وموضّحة للمبدل منه (الصراط) .

ب. بدل بعض من كل أو بدل الجزء من الكل .

وهو عندما يكون البدل جزء حقيقي (مادّي ، ملموس) من المبدل منه ، ويتّصل بالبدل غالبًا ضمير يعود على المبدل منه يطابقه في جنسه وعدده .

✓ مثال : أَكَلْتُ التَّفَاحَةَ نِصْفَهَا . ﴿ نِصْفَهَا : ها : ضمير متّصل يعود على المبدل منه (التفاحة) ﴾

- نِصْفَهَا : بدل منصوب وعلامة نصبه الفتحة الظاهرة على آخره وهو مضاف ، والها ضمير متّصل مبني في محل جرّ مضاف إليه .

✓ مثال :

قال تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا الْمُزَّمِّلُ (1) قُمْ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا (٢) نِصْفَهُ أَوْ انْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا ﴾

ج. بدل الاشتمال : ويأتي عندما يكون البدل من متعلّقات المبدل منه ولوازمه ، ولا يكون جزءًا معنويًا أي

غير ملموس (مادّي) . ويتّصل بالبدل ضمير يعود على المبدل منه يطابقه في جنسه وعدده .

✓ مثال : يطمئنُّ القارئُ إلى المكتبةِ جوّها الهادئِ . ﴿ جوّها : ها : ضمير متّصل يعود على المبدل منه

(المكتبة) ﴾

تدريبات

١- عَيِّن البدل في ما يأتي، واذكر نوعه:

- أ - قال تعالى: ﴿وَإِنَّكَ لَتَهْدِي إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ ﴿٥١﴾ صِرَاطِ اللَّهِ الَّذِي لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ إِلَّا إِلَى اللَّهِ تَصِيرُ الْأُمُورُ ﴿٥٢﴾
- ب- قال رسول الله ﷺ: "عينان لا تمسهما النار: عين بكت من خشية الله، وعين باتت تحرس في سبيل الله". (رواه الترمذي).

ج- قال الشاعر:

- أداوي جُحودَ القلبِ بالبرِّ والتقى
ولا يستوي القلبانِ: قاسٍ وراحمٍ
- د - أفادتني المكتبةُ مراجعُها.
- هـ- أدهشني الطالبُ تقمُّصُهُ شخصيَّةَ البطل في المسرحيَّة.

• الإجابة:

الرقم	البدل	نوعه
أ	صراط (الثانية)	بدل مطابق
ب	عين (الأولى)	بدل مطابق (تفصيل)
ج	قاسٍ	بدل مطابق (تفصيل)
د	مراجعُها	بدل بعض من كلِّ
هـ	تقمُّصُهُ	بدل اشتمال

٢- اضبط بالشكل أواخر الكلمات التي تحتها خط:

أ - استلذَّ الضَّيْفُ الطَّعَامَ مذاقه.

ب- أعدَّ الطَّالِبُ البَحْثَ خَطَّته.

● الإجابة :

أ. مذاقَهُ ب. خطَّته

٣- أعرب ما تحته خط في ما يأتي إعرابًا تامًا:

أ - قال تعالى: ﴿إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ

سورة الإسراء، الآية (٩).

لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا﴾

ب- تصفَّحتُ الدِّيوانَ نصفَهُ.

ج- أربُعُ خصالٍ يسودُ بها المرءُ: العلمُ والأدبُ والعفةُ والأمانة.

د - شَمَّمتُ الوردَةَ أريجَها.

● الإجابة :

أ. القرآن : بدل منصوب وعلامة نصبه الفتحة الظاهرة على آخره

ب. نصفَهُ : بدل منصوب وعلامة نصبه الفتحة الظاهرة على آخره وهو مضاف ، والهاء ضمير متصل مبني في

محل جر مضاف إليه

ج- العلمُ : بدل تفصيل مرفوع وعلامة رفعه الضمة الظاهرة على آخره .

د- أريجَها : بدل منصوب وعلامة نصبه الفتحة الظاهرة على آخره ، والهاء ضمير متصل مبني في محل جر

مضاف إليه .

٤- عد إلى الفقرات: الثانية، والسابعة، والأخيرة من النص، واستخرج منها أمثلة على البدل.

- الفقرة الثانية : بعض الأدوية مثل المضاد الحيوي البنسلين
- البنسلين : بدل مطابق .
- الفقرة السابعة : للجهازين : الجهاز الهضمي ، والجهاز التنفسي
- الجهاز : بدل تفصيل
- الفقرة الأخيرة : أشارت بعض الدراسات إلى أنّ للمرأة دوراً أساسياً في الوقاية من هذا الداء
- الداء : بدل مطابق

اسما المكان والزمان

- اسم المكان : اسم مشتق يدلّ على الحدث ومكان وقوعه .
 - اسم الزمان : اسم مشتق يدلّ على الحدث وزمان وقوعه .
- يصاغ اسما الزمان والمكان من :
- أ. الفعل الثلاثي على :
- (١) وزن ﴿ مَفْعَل ﴾ بفتح الميم والعين ويأتي إذا كان مضارع الفعل مضموم العين مثل (مَكْتَب ، مَأْكَل) أو مفتوح العين مثل (مَسْبَح ، مشرَب) أو معتلاً ناقصاً مثل (مَرْمَى ، مَغزَى ، مَسْعَى) .
- مضارع الفعل الثلاثي مضموم العين :

توضيح : المضارع من الفعل (كتب) هو (يَكْتُب) على وزن (يَفْعُل) وهو كما نلاحظ قد جاء مضارعه مضموم العين ، فعند صياغة اسمي المكان والزمان من (كتب) تصبح (مَكْتَب) على وزن (مَفْعَل) .

ف(كتب : يَكْتُب : مَكْتَب) و (أكل : يَأْكُل : مَأْكَل) و (خرج : يَخْرُج : مَخْرَج)

- مضارع الفعل الثلاثي مفتوح العين :

توضيح : المضارع من الفعل (سبَح) هو (يَسْبِح) على وزن (يَفْعَل) وهو كما نلاحظ قد جاء مضارعه مفتوح العين ، فعند صياغة اسمي المكان والزمان من (سبَح) تصبح (مَسْبَح) على وزن (مَفْعَل) .
 ف(سبَح : يَسْبِح : مَسْبَح) و (شرب : يشرب : مشرب) و (قرأ : يقرأ : مَقْرَأ)

- الفعل الثلاثي معتلاً ناقصاً :

توضيح : الفعل المعتل الناقص هو الفعل الذي آخره حرف علة ، نحو : رمى ، غزى ، سعى ، ويصاغ اسما الزمان والمكان على وزن (مَفْعَل) ، ف(رمى : مَرَمَى) و(غزى : مَغَزَى) و(سعى : مَسَعَى)

(٢) وزن ﴿ مَفْعِل ﴾ بفتح الميم وكسر العين ، إذا كان مضارعه مكسور العين مثل (مَجْلِس ، مَعْرِض) أو معتلاً

مثلاً واوياً مثل (مَوْقِف ، مَوْلِد ، مَوْعِد)

- مضارع الفعل الثلاثي مكسور العين :

توضيح : المضارع من الفعل (جلس) هو (يَجْلِس) على وزن (يَفْعَل) وهو كما نلاحظ قد جاء مضارعه مكسور العين ، فعند صياغة اسمي المكان والزمان من (جلس) تصبح (مَجْلِس) على وزن (مَفْعِل) .

- الفعل الثلاثي معتلاً مثال واوي :

توضيح : الفعل المعتل المثال الواوي هو الفعل الذي يكون أوله حرف علة وهو (الواو) ، نحو : وَقَف ، وُلِد ، وُعد . ويصاغ اسما المكان والزمان على وزن (مَفْعِل) .
 ف(وقف : مَوْقِف) و (ولد : مَوْلِد) و (وعد : مَوْعِد) .

جدول لتسهيل الفهم :

• صياغة اسمي الزمان والمكان من الفعل الثلاثي

الوزن	حالاته	مثال
على وزن (مَفْعَل)	١. إذا جاء مضارعه مضموم العين	(كتب : يَكْتُب : مَكْتَب)
	٢. إذا جاء مضارعه مفتوح العين	(سبَح : يَسْبَح : مَسْبَح)
	٣. إذا جاء معتلاً ناقصاً	(رمى : مَرَمَى) (سعى : مَسَعَى)
على وزن (مَفْعِل)	١. إذا جاء مضارعه مكسور العين	(جلس : يَجْلِس : مَجْلِس)
	٢. معتلّ مثال واوي	(وقف : مَوَقَف) (ولد : مَوْلِد)

ب. من الفعل غير الثلاثي : يصاغ اسما الزمان والمكان من الفعل غير الثلاثي على طريقة صياغة اسم المفعول . نحو
مُسْتَوْدَع ، مُرْتَقَب ، مُنْتَهَى

- تذكير : يصاغ اسم المفعول بإبدال ياء المضارعة ميماً مضمومة وفتح ما قبل الآخر ، نحو :

(استودَع : مُستودَع) أولاً نأخذ الفعل المضارع من الكلمة وهو (يستودَع) ، ثمّ نقلب ياء المضارعة ميماً مضمومة فتصبح (مُستودَع) ، ثمّ نفتح الحرف ما قبل الآخر فتصبح الكلمة (مُستودَع) .

فاسمي المكان والزمان من (استودَع) هو (مُستودَع) و (ارتقب : مُرتَقَب) و (انتهى : مُنتَهَى) .

ملاحظة هامة : للتفريق بين اسمي الزمان والمكان ننظر إلى القرائن (مكان ، زمان) وإلى المعنى للجملة ،

لاحظ معي :

✓ مُنْطَلَقُ العدائين أمام دار البلدية : اسم مكان لأنها دلّت على مكان ، قرينة (أمام دار) ، ويمكن تعويض

كلمة مكان بدل كلمة (مُنْطَلَقُ) نحو : مكان العدائين أمام دار البلدية

✓ مُنْطَلَقُ العدائين على الساعة التاسعة صباحا : : اسم زمان ؛ لأنها دلّت على زمان ، قرينة (الساعة التاسعة)

، ويمكن تعويض كلمة زمان بدل كلمة (مُنْطَلَقُ) . نحو : زمان العدائين أمام دار البلدية

تدريبات

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

الكلمة	اسم الزمان والمكان
أوى	مَأْوَى (ثلاثي ، مَفْعَل)
استوصف	مُسْتَوْصَف (غير ثلاثي)
وعد	مَوْعِد (مَفْعَل)
لعب	مَلْعَب (ثلاثي ، مَفْعَل)
التقى	مُلْتَقَى (غير ثلاثي)

٢- يخطئ بعض الناس في لفظ كلمة (معرض) كما في قولهم: "زُرْتُ مَعْرَضَ الألبسة"، اذكر اللفظ الصحيح، اعتماداً على ما ورد في القواعد السابقة.

• الإجابة : الصواب كسر الراء (عين الكلمة) : مَعْرَضُ أي على وزن (مفعِل) ، لأنّ مضارع عرض : يعرض

٣- ميّز اسم المكان من اسم الزّمان في ما يأتي:

سورة القدر، الآية (٥).

أ - قال تعالى: ﴿سَلَّمَ هِيَ حَتَّى مَطَلَعِ الْفَجْرِ﴾

ب- قال تعالى: ﴿أُولَئِكَ يُجْزَوْنَ الْغُرْفَةَ بِمَا صَبَرُوا وَيُلَقَّوْنَ فِيهَا تَحِيَّةً وَسَلَامًا ﴿٧٥﴾

سورة الفرقان، الآيتان (٧٥-٧٦).

خَلِيدِينَ فِيهَا حَسُنَتْ مُسْتَقْرَأًا وَمُقَامًا ﴿٧٦﴾

ج- قال الشَّنْفَرَى:

وفي الأَرْضِ مَنْأَى لِلْكَرِيمِ عَنِ الْأَذَى

وَفِيهَا لِمَنْ خَافَ الْقَلِي مُتَعَزِّلُ

د - النادي الثقافيّ مُلتقى الشَّبَابِ.

هـ- المَورِد العَذْب كثير الزَّحَامِ.

و - مَوْعِد الاجتماع عند السَّاعة التاسعة صباح اليوم.

● الإجابة :

أ. مَطَلَع : اسم زمان

د. مُلتقى : اسم مكان

ب. مُسْتَقْرَأًا : اسم مكان

هـ. المَورِد : اسم مكان

- مُقَامًا : اسم مكان

و. مَوْعِد : اسم زمان

ج. مَنْأَى : اسم مكان

٤- عُدْ إِلَى الْفَقْرَتَيْنِ الْأُولَى وَالرَّابِعَةَ مِنَ النَّصِّ، وَاسْتَخْرِجْ مِنْهُمَا اسْمَ زَمَانٍ وَاسْمَ مَكَانٍ.

● الإجابة :

اسم زمان : موسم ، ومواسم : مفردھا موسم

اسم مكان : منازل : ومفردھا منزل

الكتابة

التلخيص

درست سابقًا أنّ التلخيص فنّ نثريّ، يقوم على قراءة النصّ، ثم إعادة صوغه من جديد بلغة الكاتب الخاصة بإيجاز وتكثيف من غير إخلال بأفكاره ومعانيه التي أرادها صاحب النصّ الأصلي، ومن أهم شروطه الأمانة في نقل الأفكار، وتدوينها بدقّة بلا زيادة أو نقص في المعاني، وإظهار النصّ الجديد في حدود الحجم المحدّد.

ومن ثم فإنّ التلخيص عبارة عن نصّ قصير يحوي مادة نصّ أطول منه باتّباع الخطوات الآتية:

- ١- قراءة النصّ الأصليّ، وفهم الموضوع.
 - ٢- استخراج الأفكار الرئيسة، وترك الأفكار الثانوية.
 - ٣- إعادة صياغة النصّ بلغتنا الخاصة من غير الرجوع إلى النصّ الأصليّ.
 - ٤- المحافظة على الأفكار من غير تدخّل أو إصدار أحكام.
- عُدّ إلى نصّ (الحساسية)، ولخصه في حدود مئة كلمة محافظًا على أفكاره، ومراعياً ما تعلّمته في التلخيص.

التقويم الذاتي

بعد تلخيصي نصّ "الحساسية" أتأكد من أنّي:

- ١- قرأت النصّ الأصليّ وفهمته جيّدًا.
- ٢- استخرجت الأفكار الرئيسة، وتركت الأفكار الثانوية.
- ٣- أعدت صياغة النصّ بلغتي الخاصة.
- ٤- حافظت على الأفكار من غير تدخّل أو إصدار أحكام.
- ٥- كتبتّه في حدود مئة كلمة.