إن الثقافة الصحية من أهم المواضيع التي تتداولها الهيئات الاجتماعية في العالم لما وصلت إليه البشرية من مشاكل صحية واجتماعية وبيئية مع ولوج القرن الواحد والعشرين. وكيف ينظم مسيرته الصحية وإرشاده وتوجيهه لردع كل المخاطر المحيطة به ولتغيير جميع الأوضاع التي تسبب هذه المشاكل. إن التثقيف الصحي لا يعني فقط التحدث عن المشاكل الصحية، وخلق انسان سليم بكل معنى الكلمة، وزيادة نسبة الوعي والإدراك الصحي عنده ووقايته من جميع الأمراض والأخطار، فالتثقيف الصحي يساعد على حل وتجنب المشاكل الصحية التي يعاني منها المواطن بهدف تطوير الوعي وتحديث المعرفة والاتجاهات الفكرية التقليدية والممارسات الصحية، للنهوض بالمستوى الصحي العام، وبذلك فإن التثقيف الصحي يساعد الناس على تحسين سلوكهم الصحي، فعلى قدر ما تكون المعرفة الصحية جيدة وصحيحة يكون السلوك الصحي سليماً. والتثقيف الصحي يقوم على نشر التوعية الصحية ليكون المواطن على اطلاع كامل على صحته وما يدور حوله من مشاكل وكيف يتعاطى معها. وإلقاء الضوء على بعض المشاكل الصحية والمستجدات الطارئة على الوضع الصحي العام، لكنها لم تصل إلى الغاية المطلوبة. فمثلما نلقنه علوماً عامة وعلوماً عن تكوينه البيولوجي والفيزيولوجي يجب أن يكون هناك ربط في المفاهيم العلمية التي تحدث معه، ومن هنا نقترح تعديل مادة التربية بالشكل العام بحيث تكون هذه المادة أكثر شمولية لجميع المواضيع الحياتية، والمحاور ربما تقسم إلى الشكل الآتي: التربية المدنية ـ التربية الإجتماعية ـ التربية البيئية ـ التربية الصحية ـ التربية السلوكية ـ التربية على الأداب العامة وغيرها . حيث كما نعلم فإن هناك الكثير من البرامج الصحية العامة والوقائية وبرامج التوعية في الوزارات لم تصل إلى الهدف المطلوب، ومع الوقت يكون المجتمع بأكمله على علم واضطلاع بهذه المعلومات. ولا ننسى أن في كل بيت تلميذ سينقل هذه المعلومات إلى أهله فيكون بذلك قد أسهم ببناء جيل المستقبل المثقف. بينما التربية الصحية هي إدخال العلوم الصحية في البرنامج المدرسي حيث تتضمن: مفاهيم عامة على المسلك الصحي للفرد وإذا أخذنا مثلاً أساس أمراض القلب والشرايين: عدم الاهتمام بالنظام الغذائي ـ التدخين ـ عدم ممارسة الرياضة والتمارين الرياضية وقلة الحركة ـ الضغوطات الحياتية والاجتماعية والاقتصادية والمشاكل النفسية والعصبية. فإذا زرنا مريضاً فإنّها تأتي في سياق الإطمئنان والترفيه عن المريض ومواساته لا أن نسبب له إزعاجاً من تصرفات وكلام بصوت عال وأحاديث مملة وتوتر في الأجواء وإعطاء إرشادات عشوائية وغيرها. مفاهيم عن التغذية الصحية والمشاكل الغذائية والطرق الصحية للغذاء فأن نعرف المكونات الغذائية من البروتينات والشحميات والسكريات والفيتامينات والأملاح ومكوناتها والمشاكل الصحية التي تسببها في حال نقصها، والعوارض المرضية التي تصيبنا من جراء ذلك. أن يتعلم التلميذ كفرد من أفراد المجتمع بأن الحالات الطارئة هي جميع الحالات المرضية التي تتطلب تدخلاً سريعاً بالعلاج لإنقاذ المريض وهي تمارس في كل مكان وزمان، إلقاء الضوء على طبيعة الإسعافات و كيفية التصرف وكيفية مواجهة الكوارث الطبيعية أن نتعلم بشكل مبسط ماذا يحدث في جسم الإنسان عند المرض وكيف يحدد المرض من خلال العوارض المرضية، ولكن على كل فرد أن يتعرف إلى مرحلة ما قبل الطبيب منذ حدوث العارض الصحي حتى وصوله إلى الطبيب، فإذا كان تصرفنا صحيحاً في هذه المرحلة نكون قد ساعدنا في العلاج وخفضنا من إمكانية تفاقم العوارض المرضية،

Summarized by © lakhasly.com