حملة غسل اليدين "مشاركة مجتمعية"

بسام بن حسين مشاط[1]، عمر بشير احمد[1]، عاطف حسين أصغر[1]، ابراهيم حسين عبد الرحيم[1]،
انمار محمد ناصر[2]، اسامة عطاالله حسن[1]
[1]معهد خادم الحرمين الشريفين لابحاث الحج والعمرة – جامعة أم القرى
[2]كلية الطب – جأمعة أم القرى

ملخص البحث:

يعتبر الخامس عشر من اكتوبر من كل سنة هو اليوم العالمي لغسل اليدين(Global Handwashing Day) (GHD) والذي يهدف لحث ملايين الأفراد في العالم على غسل أيديهم بالصابون وكذلك إلى رفع الوعي بأهمية غسل اليدين بالماء والصابون. اجتماع ملايين المسلمين من جميع أنحاء المعمورة، وفي مكان واحد وزمان واحد يعتبر ظرفاً مؤاتيا لانتقال مسببات الأمراض المعدية. لذا فتعزيزاً لدور الجامعة في تطوير ورقي وازدهار المجتمع المعرفي لتحقيق رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ ,وتوسيعاً لنطاق عمل القطاع غير الربحي , واستشعاراً للدور المجتمعي لمعهد خادم الحرمين لأبحاث الحج والعمرة واسهاماً في خدمة ضيوف الرحمن بادر قسم البحوث البيئية والصحية بتبني لمبادرة مجتمعية تطوعية بعنوان "حملة غسل اليدين " لوقاية الحاج والمعتمر من انتقال العدوى والتي هدفت إلى رفع وعي الحجاج والمعتمرين بأهمية صحة اليدين (غسل وتطهير اليدين)، ومنع انتقال العدوى والأمراض في الحشود. انطلقت الحملة من مكة المكرمة والمشاعر المقدسة أثناء موسم حج ١٤٣٧هـ مستهدفة الوصول إلى ٣ مليون مستفيد من الحجاج و المعتمرين والزائرين حيث ركزت على مواقع مهمة تمثل بؤرا ومصادر للتلوث كدورات المياه في المسجد الحرام وساحاته , مساجد مكة المكرمة و المواقيت , إسكان ومخيمات بمكة والمشاعر. فانطلقت الحملة بمشاركة العديد من القطاعات الحكومية وبعض القطاعات الخاصة و الخيرية . ونفذها عدد من الطلاب قارب ال٣٠٠ من طلاب الطب والعلوم الطبية وغيرهم كليات الجامعة الأخرى. وقد وتم تنفيذ الخطة كما يلي:

- حملة إعلامية توعوية شملت الرسائل والعديد من الوسائل التوعوية والاعلامية الندوات, المحاضرات, الرسائل التلفزيونية , المطبوعات الملصقات, مواد صحفية في الصحف والمجلات والحملات الإعلانية, بالإضافة إلى الرسائل التوعوية عبر رسائل الجوال والتي ركزت على توعية الفئات المستهدفة على أهمية و كيفية غسل اليدين.
- تأمين عدد من موزعات الصابون Dispenser (فاقت العشرة ألف) في دورات المياه ومساكن وأماكن الزحام في مكة المكرمة والمشاعر المقدسة .
- عمل تقييم للحملة وذلك بإعداد دراسة كاملة حول معدل ثلوث اليدين في عينة من مجتمع الفئة المستهدفة والتي خلصت إلى أن عدد الجراثيم قد تقلص كثيرا بأيادي الفئة المدروسة خلال الحملة.

مقدمة:

يعتبر الخامس عشر من اكتوبر من كل سنة هو اليوم العالمي لغسل اليدين(Global Handwashing Day) (GHD) والذي يهدف لحث ملايين الأفراد في العالم على غسل أيديهم بالصابون وكذلك إلى رفع الوعي بأهمية غسل اليدين بالماء والصابون، إذ إنه يقي من الامراض المعدية؛ ويمكن أن تقل أخطار الإصابة بالإسهال بنسبة تصل إلى ٤٧% , إذا فالهدف من حملات غسل اليدين هو تخفيض عدد الوفيات جراء أمراض الإسهال بإحداث تغييرات بسيطة في السلوك مثل غسل اليدين بالصابون، حيث تشير الأبحاث إلى أنه يقلل نسبة الوفيات الناتجة عن الإسهال بمعدل النصف تقريبا (١). لذا يجب الحفاظ على نظافة اليدين وغسلهما كلما أمكن ذلك عدة مرات يومية .إن

غسل اليدين بالماء والصابون عدة مرات يومياً يعتبر من طرق الوقاية الجيدة، والتي تضع الإنسان في أمان أكثر من الأمراض المعدية، إلا أن هذا لا يعني الاستغناء أو إلغاء الطرق الأخرى (استخدام الجل , والمعقمات الكحولية وغيرها) عند الحاجة. غسل اليدين بالماء والصابون واستخدام المعقمات بانتظام، وهو من أهم الاجراءات الوقائية من أي مرضٍ، ويتم غسل اليدين بالماء والصابون في أوقات محددة مثل قبل الأكل وبعده، أو بعد الخروج من دورة المياه، أو عندما تكون اليدين متسخة بشكل واضح ويجب أن لا تقل مدّة غسل اليدين عن ٤٠ -٦٠ ثانية مع التخليل بين الأصابع (تمرير الماء بين الأصابع مع الفرك) والتركيز على خطوط الكف التي قد تنسى مع العجلة.. أما إذا لم تكن متسخة بشكل واضح فمن الأفضل غسلهما بالمعقم، فهو أسرع وأكثر فعالية.إذ أن الماء وحده أو الماء والصابون لهما فاعلية تناظر فاعلية المطهرات غالية الثمن. فمثلا الوضوء المتكرر عدة مرات يومياً هو أفضل وسيلة رخيصة الثمن تقلل من انتشار الجراثيم من خلال اليدين، وهي نعمة من نعم الإسلام التي لا تحصى. وفي مواسم الحج تهوي أفئدة الملايين من البشر إلى مكة المكرمة لأداء فريضة الحج والعمرة والمدينة المنورة لزيارة مسجد المصطفى صلى الله عليه وسلم. لذا فإن اجتماع هذه الملايين من المسلمين من جميع أنحاء المعمورة، وفي مكان واحد وزمان واحد يعتبر ظرفاً مؤاتيا لانتقال مسببات الأمراض المعدية التي تنتقل عن طريق الرذاذ والتنفس أو من خلال تلوث الطعام أو الماء ببعض الميكروبات أو وجود نواقل لبعض الأمراض كالبعوض وغيرها، خاصة أن الحجاج يصلون بثقافات ومستويات صحية مختلفة، ومن أهم هذه الأمراض المعدية الكوليرا، الحمى المخية الشوكية (التهاب السحايا)، حمى الضنك، الكوليرا، شلل الأطفال، الحمى الصفراء، حمى التيفوئيد، التسمم الغذائي. ويتم انتشار الجراثيم هي من خلال اليدين من إنسان لإنسان، أو من الإنسان لنفسه، عندما يلمس عينيه أو أنفه أو أذنيه أو الجروح الجلدية أو من أي فتحة في الجسم إلى فتحة أخر حيث تقوم اليدان بنقل البكتيريا، والفيروسات، والفطريات، والطفيليات من إنسان لآخر أو للإنسان نفسه مباشرة أو من خلال وسيط. إذ تنتشر هذه الجراثيم في كل مكان. وقد أوضحت منظمة الصحة العالمية أن ٨٠٪ من العدوى التي تنتقل بين البشر أو ينقلها الإنسان لنفسه مصدرها اليدان أهمها أمراض الجهاز الهضمي والتنفسي مثل الالتهاب الرئوي والإنفلونزا والعدوى بالديدان المنقولة والفاشيات مثل كرونا (٥-٢). لذا فإن مسؤولية سلامة الحجاج من تفشي الأمراض المعدية والسارية مسئولية مشتركة بين الجهات الصحية المشرفة على الحج وعلى الحجاج أنفسهم.

وفي ظل هذه الحشود الكبيرة وفي كنف جامعة أم القرى أعلن معهد خام الحرمين الشريفين بتبني لمبادرة مجتمعية تطوعية لوقاية الحاج والمعتمر من انتقال العدوى (شكل ١) حملة اعتبرتها الجامعة من خير مبادراتها واسهاماتها في تطوير ورقي وازدهار مجتمع الحج والعمرة واستشعاراً للدور المجتمعي واسهاماً في خدمة ضيوف الرحمن الذي هو الأساس الذي قام عليه معهد خادم الحرمين لأبحاث الحج والعمرة فقد نفذها قسم البحوث البيئية والصحية ودشنها معالي مدير جامعة أم القرى الدكتور بكري يوم الأحد ٢٧ شوال ١٤٣٧هـ (شكل ٢) وذلك بالتعاون مع كلية الطب والقطاع الخاص والقطاع الخيري.

أهداف المبادرة:

- وقاية الحاج والمعتمر من انتقال العدوى.
- رفع الوعي بأهمية غسل اليدين بالصابون بين الحجاج والمعتمرين.
- إحداث تغييرات في السلوك الصحي أثناء المنسك.
- رفع وعي الحجاج والمعتمرين بأهمية غسل وتطهير اليدين.
- مكافحة العدوى والأمراض في الحشود.

تنفيذ المبادرة:

مكان وزمان الحملة:

انطلقت الحملة ونفذت في مكة المكرمة والمدينة المنورة والمشاعر المقدسة ابتداء من ١٤٣٧/١٠/٢٧ إلى نهاية ذي الحجة١٤٣٧هـ. والمواقع التي انطلقت منها الحملة:

- صالات قدوم الحجاج والمعتمرين.
- دورات المياه بالمسجد الحرام والمسجد النبوي.
- ساحات المسجد الحرام والمسجد النبوي.
- مخيمات الحجاج بالمشاعر.
- سكن الحجاج بمكة والمدينة.
- مساجد المواقيت المختلفة.

المستفيدون من الحملة:

قرابة ٣ مليون حاجا ومعتمرا وزائرا وغيرهم.

الجهات المشاركة

نفذها معهد خادم الحرمين الشريفين لأبحاث الحج والعمرة الذي تمثل دوره في قيادة زمام المبادرة الذي انطلقت منها المبادرة وأكثر من ٣٠٠ طالبا بكلية الطب والكليات الصحية تدربوا جيدا على إنجاح المبادرة (شكل ٣) التي لم تقتصر على غسل اليدين فقط بل وشملت كل ما يؤدي إلى وقاية الحجاج من العدوى. كما ساهمت إحدى الشركات (شركة افالون فارما شركة الشرق الاوسط للتوزيع) بتوفير المنتج وعدد من الجهات العاملة في الحج والعمرة.

الخطة التنفيذية :

حملة إعلامية توعوية وشملت:

الرسائل التوعوية: التركيز على توعية الفئات المستهدفة على كيفية غسل اليدين تضمنت التوعية ب:

- الحفاظ الدائم على النظافة الشخصية.
- والمداومة على غسل اليدين جيدًا سواء بالماء والصابون أو المواد المطهرة (التي تم توفيرها من قبل المتطوعين)، خصوصًا بعد السعال أو العطس.
- استخدام المنديل عند السعال أو العطاس في تغطية الفم والأنف به، ثم التخلص منه في سلة النفايات، وإذا لم تتوافر المناديل فاستخدم أعلى الذراع وليس اليدين
- استخدام الكمامة وخاصة في الأماكن المزدحمة واستبدالها من فترة لأخرى .
- إذا لم يتوافر المنديل فيفضل السعال أو العطس على أعلى الذراع وليس على اليدين.
- غسل اليدين جيدًا بالماء والصابون أو استخدام الجل المعقم لليدين، خصوصًا بعد استخدام الحمام، وبعد العطس والسعال، وقبل وبعد الأكل، وعند القدوم إلى مقر إقامتك.
- احرص على نظافة الفم والأسنان بانتظام.
- التخلص من النفايات في الحاويات المخصصة لها.
- تغيير الملابس بأخرى نظيفة باستمرار.
- احرص على نظافة مقر إقامتك يوميًا.
- جنب البصق على الأرض فهي وسيلة خطيرة لنقل الأمراض وانتشار العدوى.
- الاكثار من شرب السوائل كالماء والعصائر واللبن.
- الامتناع عن تناول الأطعمة المكشوفة والمعرضة للذباب والأتربة واستعمال المعلبات مع التأكد من تاريخ الصلاحية.
- استخدام كمام الأنف والفم والحرص على تغييره بشكل مستمر بعد كل استعمال.

- المحافظة على نظافة المسكن وأن يكون جيد التهوية.
- تجنب البصق على الأرض فهي وسيلة خطيرة لنقل الأمراض وانتشار العدوى.

الوسائل التوعويـة و الإعلامية : التركيز على العديد من الوسائل التوعويـة والإعلامية مثل

- الندوات.
- المحاضرات.
- رسائل تلفزيونية .
- مطبوعات وملصقات.
- مواد صحفية في الصحف والمجلات.
- حملة إعلانية.
- رسائل عبر الجوال.

أدوات الحملة:

تأمين عدد من موزعات الصابون Dispenser في دورات المياه للمواقع المستهدفة (شكل ٤) حيث تم توفير صابون بمواصفات خاصة للمحرمين (يتناسب مع شعيرة الإحرام تم تصنيعه من شركة وطنية (افالون فارما) وتم توزيع أكثر من عشرة آلاف في الحملة (عشرة ألف عينة) اللازم لذلك ومن ثم توزيعه في أماكن صالات قدوم الحجاج والمعتمرين , دورات المياه بالمسجد الحرام والمسجد النبوي, ساحات المسجد الحرام والمسجد النبوي, مخيمات الحجاج بالمشاعر , سكن الحجاج بمكة ومساجد المواقيت المختلفة.

خصائص الصابون:

يتميز الصابون Ez Soap ٨٠٠ml بقدرته على التطهير السريع وفي زمن وجيز ويعمل بدون ماء في حالة عدم توفر الماء كما أنه ذو مواصفات خاصة للمحرمين بحيث تتكون كل عبوة محمولة يدويا سعة كل واحدة ٨٠٠ مل من:

١. معقم من الجيل الرابع (كوات) المعقم ويتصف بأنه واسع التغطية حيث يشمل البكتيريا و الفطريات و الفيروسات.
٢. جلسرين مادة مرطبة للجلد تمنع جفاف الجلد و تعطي خاصية امتصاص الجلد لها امكانية استخدام هذا النوع من الصابون حتى في غياب الماء
٣. لوريل أمونيم أكسيد (قوام الصابون) تعطي قوام للصابون المادة المسؤولة عن الرغوة في الصابون
٤. لاكتك اسيد مطهر وحافظ للصابون
٥. كوكاميد دايايثانول أميد معقم
٦. مواد حافظة
٧. ماء

تقويم وتقييم الحملة:

١. المراجعة والمراقبة الدائمة للخطة أثناء الحملة :

لتجنب فشل أو حدوث خلل في الخطة تكون مكتب متابعة وإشراف للمعوقات ليتم علاجها وعمل التعديلات في الحال وكانت اهم المعوقات:

- اللغة.
- تساؤلات بعض الحجاج حول مدى تأثير المنتج على إحرامهم.
- وكذلك عدم اهتمام بعض الحجاج في التفاعل مع الحملة.
- عدم الوصول لبعض الحجاج.

٢. إعداد ونشر دراسة متكاملة:

أعدت دراسة بعنوان:

Effectiveness of portable hand rubbing sanitizers during Hajj-A pilot study

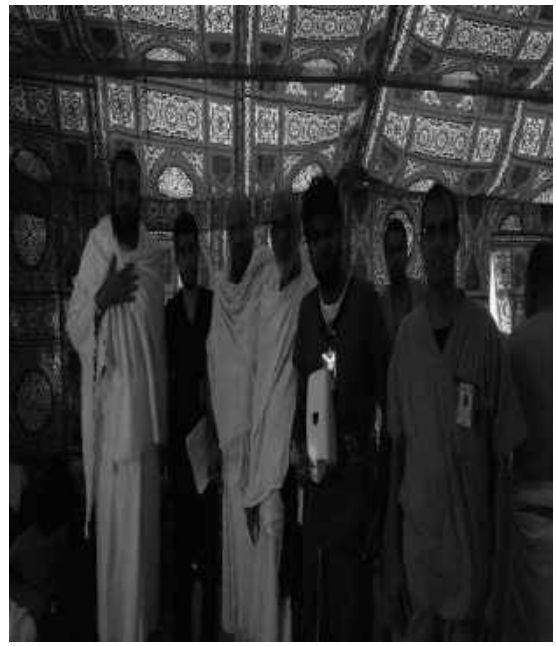
حول معدل ثلوث اليدين بين أفراد المجتمع المستهدفين بكافة شرائحهم بالتعاون مع الجهات المشاركة (شكل ٥) للتعرف على مدى نجاح الحملة .شملت الدراسة حديثة ١٥ متطوعاً لتقييم أثر المستحضر في تطهير اليدين منها وهو (Ez Soap): وقارنت العد البكتيري الحيوي (ATP) قبل وبعد غسل اليدين لمدة ثلاثة أيام باستخدام جهاز هيلينا ، وقد رصدت النتائج بعد غسل اليدين في اليوم الأول والثاني والثالث لمعرفة فاعليته في قتل أو إزالة البكتيريا والفيروسات من اليدين. أظهرت النتائج أن قراءات العد البكتيري الحيوي قد أعطت نتائج جيدة في جميع الحالات وتبين اختفاء التلوث وقلة العدوى والاصابات بين المتطوعين فخلصت إلى أن تطهير اليدين باستخدام موزعات الصابون المحمولة أثناء الحج تقلل من التلوث بنسبة كبيرة وتكافح العدوى وسريعة الأثر وتحتاج لزمن أقل (٦).

مخرجات الحملة:

- وصل عدد الحجاج والمعتمرين المستفيدين من التوعية إلى أكثر من ٢,٥ مليون شخص.
- سعى المعهد من خلال هذه المبادرة إلى تحقيق رسالة المعهد الاستراتيجية المتضمنة تقديم البرامج والمبادرات التوعوية في الحج والعمرة والزيارة.
- خلق تغيير وتأثير سلوك صحي كبير بين الحجاج والمعتمرين.
- تحقيق رسالة المعهد الاستراتيجية المتضمنة تقديم مبادرات كان لها أثر واضح في مجتمع الحجاج والمعتمرين.
- زيادة وتنمية مهارات طلاب الطب والعلوم الصحية بجامعة ام القرى لتعلم فن الريادة وتنفيذ المبادرة الاجتماعية .
- تطوير منتج صابوني يتناسب مع احتياجات الحاج والمعتمر وفق مواصفات معينة.

شكل (١): اعلان مبادرة غسل اليدين

شكل (٢): تدشين مبادرة غسل اليدين



شكل (٣): مشاركة طلاب الطب والعلوم الصحية في الحملة

شكل (٤) تفاعل الحجاج مع الحملة

شكل (٥): مشاركة القطاعات في الحملة

المراجع:

١- S. Cairncross . Effect of washing hands with soap on diarrhea risk in the community: a systematic review. The Lancet Infectious Diseases ،Volume ٣ ،Issue ٥ ،Pages ٢٧٥ - ٢٨١ V. Curtis ،[١][٢][٣][٤]

٢- Bloomfield SF, Aiello AE, Cookson B, O'Boyle C, Larson E L. The effectiveness of hand hygiene procedures in reducing the risks of infections in home and community settings including handwashing and alcohol-based hand sanitizers. AJIC, 2007, 35, (10) (S1), S27–S64.

٣- White C, Kolble R, Carlson R, Lipson N, Dolan M, Ali Y, et al. The effect of hand hygiene on illness rate among students in university residence halls. Am J Infect Control 2003;31:364-70

٤- Ahmed OB and Sirag B. Microbial contamination of doorknobs in public toilets during hajj, Asian Journal of Science and Technology, 2016 ,07(10),3676-3679.

٥- Centers for Disease Control and Prevention (CDC): OPRP: General information on Hand Hygiene., 2009; accessed 7, October, 2016.

٦- Mashat B H. Effectiveness of portable hand rubbing sanitizers during Hajj-A pilot study. International Journal of Bioassays 5.12 (2016): 5134-5137.