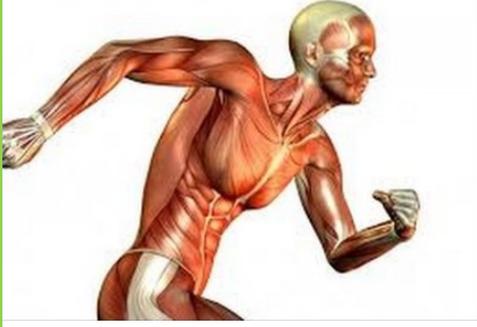


## أهمية الجلد في منع تسرب الجراثيم إلى الجسم - دور الجلد - وظائف الجلد وقاية الجلد - المحافظة على الجلد



● الجلد هو العضو الذي يغطي الجسم فهو ساتر لجميع الأعضاء الداخلية.

● يقوم الجلد بحماية جميع الأعضاء الأخرى فهو:

- مقاوم للبلل تمامًا فلا ينفذ الماء عبره إلى القلب أو الكلى أو المخ مثلاً لأنها محاطة بهذا الغلاف الواقي.

- الجلد يمنع البكتيريا والمواد الكيميائية من دخول معظم أجزاء الجسم.

- الجلد يحفظ الأنسجة والأعضاء التي تقع تحته من أشعة الشمس الضارة.

● من وظائف الجلد الأخرى أنه يساعد في المحافظة على

درجة الحرارة الداخلية للجسم عند المستويات العادية، وذلك بأن تقوم الغدد الموجودة في الجلد بإفراز العرق عندما يتعرض الإنسان لحرارة شديدة، حيث يتبخر العرق، فيبرد الجسم؛ أمّا عندما يشدّد البرد فإن الجسم يحتفظ بالحرارة عن طريق تضيق الأوعية الدموية التي في الجلد، فيقل نتيجة لذلك، مرور الدم إلى سطح الجسم، وبذلك يفقد الجسم حرارة أقل.

● الجلد منبه حسّاس للمخاطر الخارجية فهو يحتوي على كثير من نهايات الأعصاب الحساسة للبرودة والحرارة، وكذا النهايات العصبية الخاصة بالألم والضغط واللمس.

● مساحة الجلد بالنسبة لإنسان يبلغ وزنه 68 كجم : حوالي نحو مترين مربعين.

**وقاية الجلد:** للجلد أهمية كبرى و من الضروري وقايته حتى يقوم

بوظائفه على أكمل وجه :

- تجنّب الحوادث التي قد تعرض الجلد للجروح ( كاللعب بالآلات لحادة أو بالزجاج المكسور .

- تجنب اللعب بالنار أو بالمفرقات والألعاب النارية أو لمس الأسطح الساخنة كالفرن أو آلة كي الثياب أو أواني الطهو الساخنة فهي عادة تحدث حروقا طفيفة أو كبيرة تصيب الجلد بالضرر فتتسرب منها الجراثيم إلى الجسم.

- تجنّب اللعب الفوضوي الذي يحدث الخدوش أو الجروح في الجلد فتتسبّب في مناطق مفتوحة تنفذ من خلالها البكتيريا والجراثيم.

- الاستحمام مرة في الأسبوع على الأقل بالماء الساخن والصابون لأن الغبار والأوساخ تمتزج على سطح الجلد بالمواد الدهنية المفترزة مكونة أوساطا ملائمة لنمو الجراثيم .

- غسل اليدين قبل الأكل وبعده

- تنظيم الإبطين لتجنب الروائح الكريهة الناتجة عن تخمر العرق بمفعول الجراثيم.