

## إجابات أسئلة الدرس

### السؤال الأول:

عرّف ما يأتي:

الرشح: مرضٌ فيروسيٌّ مُعدٍ يُصيب الأغشية المُخاطية للجهاز التنفسيّ العلوي في الإنسان، وينتقل عن طريق استنشاق الهواء الملوث بالفيروس المسبب للمرض، أو استخدام أدوات الشخص المُصاب بالرشح.

التهاب اللوزتين: مرضٌ ناتجٌ من إصابة إحدى اللوزتين أو كليهما بالبكتيريا أو الفيروسات.

### السؤال الثاني:

ضع إشارة (□) إزاء العبارة الصحيحة، وإشارة (×) إزاء العبارة غير الصحيحة في ما يأتي:

أ- (✓) أراجع الطبيب الاختصاصي إذا ساءت حالي نتيجة التهاب اللوزتين.

ب- (×) أتناول المشروبات الساخنة بكثرة في حالة التهاب اللوزتين.

ج- (✓) المعرفة والوقاية هي الخطوة الأولى لمواجهة أيّ مُشكلةٍ صحيّةٍ.

### السؤال الثالث:

املأ الفراغ بالإجابة الصحيحة في ما يأتي:

أ- من أعراض الرشح:

1. سيلان الأنف.

2. ألم في الجهاز التنفسي.

3. سُعال.

ب- من الممارسات المُفيدة في تدبير الرشح:

1. قياس درجة الحرارة باستمرار.

2. الراحة في البيت.

3. استخدام الورق الصحي.

ج- من طرائق تدبير الإنفلونزا:

1. غسل اليدين جيداً بالماء والصابون.

2. تغطية الفم والأنف عند العطاس والسعال.

3. التخلص من المناديل الورقية المستعملة بطريقةٍ صحيحةٍ.

### السؤال الرابع:

علل كُلاً ممّا يأتي:

أ- تناول كوبٍ من منقوع الزعتر يُساعد على تدبير مُشكلة الرشح:

للتقليل من أعراض الرشح، وتحسين المجرى التنفسي.

ب- تجنب تناول المشروبات الباردة والمثلجة، خاصة عند الإصابة بالتهاب اللوزتين:

لأنها تؤخر في العلاج، وقد تسبب الالتهابات.

ج- التخلص من المناديل الورقية المستعملة، بطريقةٍ صحيحةٍ:

للمحافظة على النظافة والصحة والسلامة العامة.