

## مقدمة بحث عن النظافة

بدايةً لا بد من تعريف مفهوم النظافة، إذ إنّ النّظافة مشتقةٌ من الفعل نظّف؛ أي أزال الأوساخ والقاذورات والنفايات من أيّ مكان حوله، والنّظافة عبارةٌ عن ممارساتٍ يوميةٍ أو أسبوعيةٍ أو شهريةٍ للتخلّص من الأوساخ والقاذورات على حسب المكان المقصود بالتنظيف؛ بحيث تُؤدّي بشكلٍ دوريٍّ منتظمٍ، وقد عُرفت قديماً من قِبَل الإغريق بفنّ الصحة؛ لأنّ أهم مُخرجات النظافة هي الحفاظ على الصحة من الاعتلال، ومنع انتشار الأمراض والأوبئة، إضافةً إلى الراحة النفسيّة والشعور بالسعادة. النّظافة اسمٌ جامعٌ يشمل العديد من المناحي في الحياة فهناك النّظافة الشخصية، والنّظافة المنزليّة، والنّظافة العامّة للحدائق والشوارع والمرافق العامّة في الدّولة، والنّظافة في بيئة العمل للمُعَدات والأدوات والمكاتب والغرف، وكلّ ما يتعلّق ببيئة العمل، وكذلك نظافة المياه والشطآن والسواحل، وكل ما يتعلّق بمصادر الماء. [المحتمل:](#)

## بحث عن النظافة

فيما يأتي محاور هذا البحث الذي يحتوي على معلومات وتفاصيل عن موضوع النظافة:

### مجالات النظافة

النظافة في من الأمر الأساسية في حياتنا، وللنظافة عدة مجالات، تشمل ما يأتي:

### النظافة الشخصية

تبدأ النظافة من الشخص نفسه، وتتم بالاستحمام والحفاظ على الجسم نظيفاً، وتشمل نظافة الشعر وترتيبه ونظافة الأظافر وقصّهما باستمرار، كما يجب الحفاظ على نظافة الملابس وارتداء الجميل والمناسب منها، إضافةً إلى الحفاظ على نظافة الأسنان وغسلها يومياً في الصباح وقبل النوم، والحفاظ على نظافة العين، والأذن، وإزالة ما يعلق بهما من أوساخ وشوائب، وفي هذا كله فائدة عظيمة للجسم وحماية له من الأمراض وإبقاء جسمه صحيحاً منتعشاً غير معرضٍ للفيروسات وانتقال الأمراض.

### نظافة المنزل

وهي من الأمور الأساسية بالمنزل هو المكان الذي نعيش فيه وننتمي إليه، ونظافة المنزل تكون بترتيبه وتنظيفه وعدم رمي النفايات والأوساخ في أي مكان فيه، إنّما يجب تخصيص مكانٍ لها والتخلّص منها وتفريغها أولاً بأول، كذلك يجب ترك ساحات البيت نظيفة أيضاً، والحفاظ على نظافة الطعام والشراب، وأهمّ ما يحتاج إلى النظافة في البيت هما المطبخ والحمام فهذان يحتاجان لرعايةٍ واهتمام خاص، لأنهما أكثر الأماكن عرضةً لتراكم القاذورات وتراكم النفايات.

### نظافة المدرسة

وهي من أهم مجالات النظافة التي يجب تعليمها للأطفال منذ دخولهم المدارس، والمقصود بها الحفاظ على نظافة ساحاتها وزرعها بالورود، وتعليم الطالب كيفية المحافظة عليها وعدم الكتابة على جدرانها، كما تشمل أيضاً المحافظة على نظافة كتب الطالب ومقعده وطاولته وعدم العبث بها أو إتلافها، ووضع سلة للنفايات في كلّ غرفة مدرسية للتخلّص منها بطريقةٍ صحيحة.

### نظافة البيئة المحيطة

والتي تشمل نظافة الشارع الذي نسير فيه، ونظافة الأماكن العامّة مثل: الساحات العامّة، والمستشفيات، والبنوك، والمطاعم، وكلّ هذه الأماكن يجب تركها نظيفة خالية من كلّ الأوساخ.

## النظافة في الإسلام

النظافة هي من الأمور المهمة التي تحدث عنها ديننا الحنيف، وجعل الطهارة والنظافة من أهم الأساسيات في حياة المسلم، فلا تصح الصلاة إلا بالطهارة ونظافة الجسد، كما لا يصح الصيام إلا بالطهارة، وعدا عن ذلك فالنظافة هي عنوان للشعوب وطريقها نحو الحضارة، وهي مقياس لتقدم الأمم ورفيها، وقد ضربت الشريعة الإسلامية أروع الأمثلة في الاهتمام بالنظافة، وقد كان استخدام السواك سنّة من السنن التي كان يتّبعها الرسول محمد -صلى الله عليه وسلم-، إذ قال: "تنظفوا بكلّ ما استطعتم، فإنّ الله تعالى بنى الإسلام على النّظافة، ولن يدخل الجنّة إلا كلّ نظيفاً". [مرجع:2]

وعليه تُعدّ النظافة من الواجبات الشخصية والوطنية؛ فعلى الصعيد الشخصي يتوجب على الإنسان أن يُحافظ على نظافة بيته ومكان عمله ومدرسته. كما يتوجب عليه أن يُحافظ على الحي الذي يقطن فيه بالتعاون مع جيرانه، فلا ينبغي الاعتماد على عمال النظافة فقط وانتظارهم إلى أن يُنظفوا المكان، وإنّما يجب المساهمة في إبقاء المكان نظيفاً قدر الإمكان عن طريق إمطة الأذى عن الطريق واتباع أساليب النظافة كافّة.

## النظافة على الصعيد الوطني

يتوجب على الإنسان إبقاء الأماكن نظيفة قدر الإمكان، خاصة الأماكن العامّة، لو افترضنا أن شخصاً ما ذهب في رحلة إلى إحدى المناطق، فإنّه ينبغي عليه تنظيف المكان جيّداً ووضع سلة لجمع القمامة فيها، أو جمعه في أكياس بعد الانتهاء من تناول الطعام والشراب والمأكولات اللذيذة كي يبقى المكان نظيفاً عندما يزوره الآخرون، فإنّ الوطن أعلى ما نملك وينبغي أن تظلّ صورته جميلةً في عيون الآخرين. إنّ عدم النظافة يُعرّضهم للبكتيريا والميكروبات والجراثيم التي قد تتسبب لهم بالعديد من الأمراض، كما تُؤدّي إلى إصابتهم بحالات خطيرة، مثل: التسمم الغذائي أو الوفاة أحياناً، ويمكن الاهتمام بالنظافة الشخصية عن طريق تقليم الأظافر والاستحمام المتكرر كلما دعت الحاجة إلى ذلك، وتنظيف المكان وغسل الفواكه والخضروات قبل تناولها، وغير ذلك.

## أهمية النظافة

تعتبر النظافة من الأمور الأكثر أهميةً على الإطلاق، في تعود على الإنسان بفوائد عديدة ومختلفة، وذلك لأتّها تعمل على كلّ ممّا يأتي:

- حماية الإنسان من انتشار الأمراض عبر الطفيليات الخارجية، أو عند الاحتكاك بالملوثات، وجراثيم البراز، أو سوائل الجسم الأخرى.
- وقاية البشرة من الطفح الجلدي، وحماية التقرحات من الاحتكاك بالملوثات.
- الحفاظ على نظافة الفم يعمل على تقليل خطورة الإصابة بسوء التغذية، أو صعوبة البلع، أو الالتهابات التي تُسببها البكتيريا الموجودة في الفم، والتي تدخل إلى مجرى الدم، وأنسجة الجسم الأخرى.
- تجنب التعرض للإجراج الاجتماعي، بسبب سوء النظافة، والحفاظ على النظافة يعمل على تحسن المعنويات، والتقليل من خطر الإصابة بالاكتئاب.
- حماية الإنسان من التعرض للميكروبات، ويجب تنظيف الملابس وأغطية السرير غير المغسولة يمكن أن تؤوي الفيروسات والبكتيريا وكذلك قمل الجسم، مما يزيد من خطر إصابة كبار السن بالأمراض.

## أساسيات النظافة الجيدة

هناك بعض الأساسيات التي يجب القيام بها للحفاظ على النظافة، والتي يجب على الأهل تعليمها لأطفالهم منذ الصغر، ومنها ما يأتي:

- غسل الجسم بشكل منتظم، حيث يتفق الأطباء على ضرورة غسل الجسم مرةً في اليوم، أو عدّة مراتٍ في الأسبوع على الأقل، ويعتمد ذلك على طبيعة النشاطات التي يقوم بها الفرد خلال يومه.
- غسل الشعر بالشامبو مرةً في الأسبوع على الأقل، أو أكثر من مرة، وذلك يعتمد على الأنشطة التي يقوم بها الفرد، مثل: ممارسة الألعاب الرياضية، أو العمل، أو الطقس، وغيرها من الأنشطة.
- تنظيف الأسنان مرةً يومياً على الأقل، ويفضل غسلها مرتين في اليوم، أو بعد كلّ وجبة.
- غسل اليدين دائماً بعد الذهاب إلى الحمام، وقبل وبعد إعداد الطعام، وعند العودة إلى المنزل.
- ارتداء الملابس النظيفة، وتنظيف الملابس المتسخة بشكل جيد، وتنظيف غسالة الملابس بين الحين والآخر.
- تغطية الفم عند السعال أو العطس.
- قص الأظافر، أو تنظيفها وتعقيمها إذا كانت طويلةً.
- ينبغي على الأهل زرع هذه القيمة في أبنائهم وتوعيدهم على ذلك بدءاً من المنزل، إذ يجب توصيتهم بال العناية في مدارسهم وصفوفهم، كما ينبغي حثهم على تنظيف صفوفهم وعدم إلقاء القاذورات بالساحات، وذلك عن طريق إلقاء النفايات من خلال الإذاعة المدرسية، وتحديد جوائز قيمة لكل من يهتم بصفة ووضع جائزة للصف الأكثر نظافة على مستوى المدرسة.

## خاتمة بحث عن النظافة

في ختام هذا البحث، تُعدّ النظافة من الأمور التي تُعرف بها المجتمعات المتقدمة والراقية، فكل مجتمع يهتم بأمر النظافة يُعطي صورةً جميلةً عن وطنه، ويترك انطباعاً جميلاً لدى زائريه، علماً أنّ المجتمعات ذات البيئات النظيفة تُعتبر من المجتمعات الجاذبة التي يرغب الكثيرون بزيارتها والاستجمام فيها واستنشاق هوائها العليل، والاستمتاع بأجوائها الرائعة ومياهها النظيفة، أمّا المجتمعات التي لا تُعنى بشؤون النظافة لا يرغب أحد في الدخول إليها أو الاندماج فيها؛ لأنها غالباً ستكون مليئةً بالأمراض والأوبئة والجراثيم إلى جانب العديد من الآفات، وترتبط النظافة بالإسلام ارتباطاً وثيقاً، ويتجلى ذلك من خلال حرص الإسلام على توجيه المسلمين إلى التطهر بعد دخول المرحاض وقبل الخروج منه، وذلك عن طريق تنظيف أماكن خروج البول والغائط وغسل اليدين جيداً والحرص على الوضوء قبل الصلوات الخمس، إذ لا ينبغي الوقوف على سجادة الصلاة بدون وضوء وطهارة، كما أنّ للاستحمام فوائد عديدة يجنيها الفرد، والإسلام حثّ المسلمين على عدم الجلوس في الأماكن القذرة أو لبس الملابس المتسخة، ومن أساليب النظافة أيضاً تنظيف وتعقيم الأدوات المستخدمة كافة في الحياة اليومية.