



تدابير احتواء فيروس كورونا

من منظور الطب النبوي

في ظل انتشار فيروس كورونا (COVID-19) وتزايد عدد الحالات، أصبح من الضروري اتخاذ تدابير احتواء فعالة من منظور الطب النبوي. فالطب النبوي ليس فقط في العلاج بل في الوقاية أيضًا، وهو يعتمد على تعاليم الله سبحانه وتعالى في الحفاظ على صحة الإنسان.

تدابير الوقاية من فيروس كورونا وفقًا للطب النبوي تشمل:

- الاعتناء بالنظافة الشخصية: غسل اليدين بالماء والصابون أو المطهرات الطبيعية مثل خل التفاح، وتجنب لمس العينين والأنف والفم.
- الحفاظ على مسافة التباعد الاجتماعي: تجنب التجمعات الكبيرة والكثيرة.
- ارتداء الملابس النظيفة: تغيير الملابس بعد الخروج من الأماكن العامة.
- شرب المياه الباردة بانتظام: للحفاظ على رطوبة الجسم.
- التغذية الصحية: تناول الأطعمة الغنية بالفيتامينات والمعادن.
- الاستلقاء في الفراش مبكرًا: للحفاظ على قوتك.
- التجنب للتلوث: تجنب الأماكن المزدحمة والمغلقة.
- استخدام الأقنعة: في الأماكن العامة.
- التدخين: تجنب التدخين.
- العلاج بالأعشاب الطبيعية: مثل العسل، والخل، والليمون، والنعنع.

إضافة إلى ذلك، فإن الطب النبوي يوصي بالاعتناء بالصحة النفسية، والتحكم في التوتر، والابتعاد عن التفكير السلبي. فالصحة النفسية جزء لا يتجزأ من الصحة الجسدية.

[مترجم من: الطب النبوي - د. محمد صالح المنجد - مكتبة ابن القيم]

الطب النبوي هو الطب الذي علمه الله سبحانه وتعالى للنبي محمد ﷺ، وهو الطب الذي لا يفتقر إلى أدوية كيميائية، ولا يحتاج إلى أجهزة طبية متطورة، بل يعتمد على تعاليم الله سبحانه وتعالى في الحفاظ على صحة الإنسان. فالطب النبوي هو الطب الذي علمه الله سبحانه وتعالى للنبي محمد ﷺ، وهو الطب الذي لا يفتقر إلى أدوية كيميائية، ولا يحتاج إلى أجهزة طبية متطورة، بل يعتمد على تعاليم الله سبحانه وتعالى في الحفاظ على صحة الإنسان. فالطب النبوي هو الطب الذي علمه الله سبحانه وتعالى للنبي محمد ﷺ، وهو الطب الذي لا يفتقر إلى أدوية كيميائية، ولا يحتاج إلى أجهزة طبية متطورة، بل يعتمد على تعاليم الله سبحانه وتعالى في الحفاظ على صحة الإنسان.

النجاة الخيرية
ALNAJAT CHARITY

