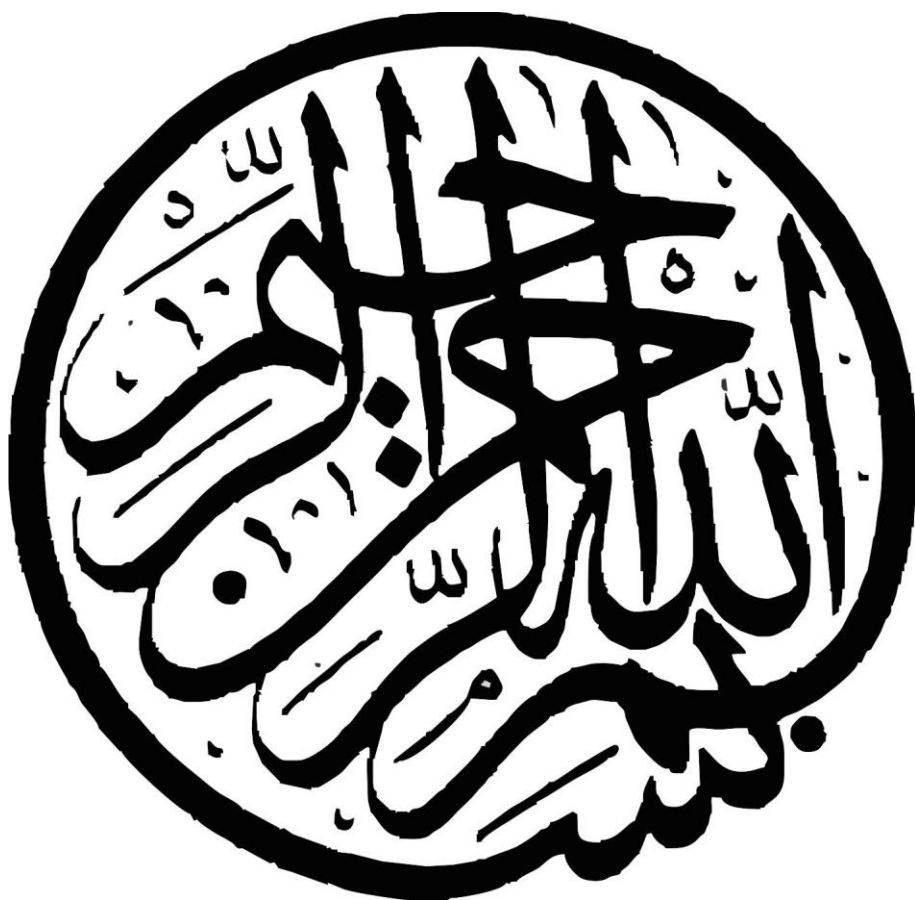




نام :

نام خانوادگی :

موضوع:

نام درس :

نام مدرس :

اهمیت آب

خدای مهربان در قرآن کریم می‌فرماید: « وَ جَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ؛ هر چیزی را از آب زنده کردیم. » [سوره انبیاء/30]

زندگی همه‌ی انسان‌ها، گیاهان و حیوانات به آب بستگی دارد. بیشتر از نصف کره‌ی زمین را آب فرا گرفته است. بیش از نصف بدن انسان را هم آب تشکیل می‌دهد.

از امام صادق (ع) پرسیدند: در آب چه طعمی دارد؟ امام فرمود: «طعم آب، طعم زندگی است.»

بعد از هوا آب مهم‌ترین چیزی است که برای ادامه زندگی لازم است. اگر ما غذا نخوریم شاید تا دو هفته زنده بمانیم اما بدون آب تا چند روز بیشتر زنده نخواهیم ماند. انسان در هر روز به مقدار زیادی آب برای آشامیدن و کارهای دیگر احتیاج دارد.

دستگاه‌های بدن ما به آب نیاز دارند آب کار کلیه‌ها و گردش خون را در بدن آسان می‌سازد و به هضم غذا کمک می‌کند.

انسان‌ها برای شستن بدن، دندان و موهای خود به آب احتیاج دارند. انسان از آب برای طهارت نیز استفاده می‌کند. با آب وضو می‌گیرد و غسل می‌کند تا همیشه با بدنی پاکیزه خداوند را به سبب نعمت‌هایش ستایش کند. از آب برای خنک کردن و گرم کردن خانه‌ها و محل کار استفاده می‌شود. بسیاری از موجودات زنده در آب زندگی می‌کنند و زندگی آنها به آب بستگی دارد.

آب از باران، رودخانه، دریاچه، دریا، چاه، قنات و چشمه به دست می‌آید.

آب زمین‌های کشاورزی را سیراب می‌کند. از آب در درمان بعضی از بیماری‌ها از جمله اسهال، تب، بیماری‌های پوستی، درد پا و درد استخوان، تقویت معده، سنگ کلیه و... استفاده می‌شود. در صنعت هم از آب استفاده می‌کنند؛ مثلاً با سدسازی از فشار آب برق تولید می‌شود.

با این‌که مقدار آب در جهان زیاد است؛ اما آب سالم کم است این امر یکی از مشکلات بزرگی است که مردم بسیاری از کشورها را رنج می‌دهد.

خوشبختانه در بیش تر جاهای کشور ما آب آشامیدنی از طریق لوله به صورت بهداشتی در اختیار مردم قرار می گیرد.

گردش آب در طبیعت

بر اثر تابیدن نور خورشید مقداری از آب دریاها بخار می شود. بخار آب به ابر تبدیل می شود. باد ابرها را به حرکت در می آورد. با سرد شدن هوا ابر به شکل باران یا برف و یا تگرگ به زمین می بارد. از برف و باران، نهرها و رودها جاری می شوند. سپس رودها دوباره به دریا می ریزند. حرکت آب را که از دریا شروع می شود و به دریا باز می گردد «گردش آب در طبیعت» می گویند. اگر آب در گردش نداشت زندگی بسیار سخت می شد.

انواع آب در طبیعت

آب در طبیعت به سه شکل وجود دارد:

1. مایع (آب روان)

مانند: آب باران، آب رودخانه ها، دریاها و اقیانوس ها

2. جامد (یخ)

وقتی آب در سرمای زیاد قرار گیرد به یخ تبدیل می شود.

3. گاز (بخار)

وقتی آب زیاد گرم شود بخار می شود.

آب را آلوده نکنیم

آب مایعی است که خیلی زود آلوده می شود. مصرف آب آلوده به هر طریقی که باشد باعث انتقال بیماری می شود. بعضی از چیزهایی که آب را آلوده می کنند عبارت اند از:

1. سم یا کود شیمیایی که از راه آبیاری یا آب باران در رودخانه ها ریخته می شود.

می دانیم اگر سم یا کود شیمیایی را در آب بریزند با مصرف آن آب زندگی انسان ها، گیاهان و دام ها به خطر می افتد.

2. ادرار و مدفوع انسان

3. آشغال خانه‌ها و مغازه‌ها که داخل جوی‌ها و رودخانه‌ها ریخته می‌شود.

4. نزدیک بودن چاه آب و چاه مستراح. فاصله‌ی چاه آب و چاه مستراح باید بیش از 15 متر باشد تا آب چاه مستراح به آب چاه نفوذ نکند.

5. فاضلاب مستراح، حمام و آشپزخانه که آن را «فاضلاب خانگی» می‌گویند.

علاوه بر فاضلاب خانگی فاضلاب مغازه‌ها، فروشگاه‌ها، تعمیرگاه‌ها و کارخانه‌ها نیز موجب آلودگی آب و محیط زندگی می‌شوند.

فاضلاب‌ها میکروب زیادی دارند. این میکروب‌ها موجب بیماری‌هایی مثل: وبا، حصبه، اسهال خونی و... می‌شوند. ما نباید با این آب‌های آلوده در تماس باشیم. از شستن لباس و ظرف در آب‌های آلوده نیز خودداری کنیم. همچنین به کودکان سفارش کنیم تا در این گونه آب‌ها بازی نکنند و آب آلوده ننوشند.

آب آشامیدنی باید سالم و بهداشتی باشد. آب سالم نباید هیچ گونه آلودگی داشته باشد. آبی برای آشامیدن مناسب است که رنگش کدر نباشد. چون آب کدر آلوده است. آب سالم و بهداشتی باید بدون بو، مزه و رنگ باشد. ما باید مطمئن شویم که میکروب و چیزهای زیان‌آور در آب آشامیدنی نباشد.

تصفیه آب

راه‌های سالم‌سازی آب عبارت‌اند از:

1. جوشاندن: یکی از راه‌های سالم‌سازی آب جوشاندن آب است. با جوشاندن آب مقدار زیادی از میکروب‌های آب از بین می‌روند.

2. استفاده از کلر: اگر آب آشامیدنی خانه‌ها از آب لوله‌کشی نباشد بهتر است آن را به روش زیر ضدعفونی کرد:

ابتدا 3 قاشق مرباخوری (15 گرم) «گرد کلر» را در یک لیتر آب حل کنید. سپس هفت قطره از آن آب را به یک لیتر اضافه کنید و خوب هم بزنید. پس از نیم ساعت با اطمینان کامل آن آب را مصرف کنید.

برای ضدعفونی کردن آب چاه ابتدا باید مقدار آب چاه را حساب کنید. آن گاه برای هر هزار لیتر آب (یک متر عرض، یک متر طول و یک متر ارتفاع) یک قاشق مرباخوری (5 گرم) از پودر کلر را در داخل یک سطل آب خوب حل کنید. سپس آب سطل را در چاه بریزید و خوب هم بزنید. توجه کنید هر وقت بوی کلر را در آب احساس نکردید باید کار ضدعفونی را دوباره انجام دهید.

3. تصفیه کن آب: ما می‌توانیم با خریداری تصفیه‌کن‌های کوچک آب در منزل خود آبی سالم و مطمئن بنوشیم. البته این آب‌هایی که پس از تصفیه شدن ما استفاده می‌کنیم آب مقطر است و هیچ مواد معدنی در آنها نیست که برای حل این مشکل می‌توان در هر بار مصرف مقداری آب چاه و معمولی را در آن بریزیم زیرا بدن ما به مواد معدنی و طبیعی آب نیازمند است.

شرایط آشامیدن آب

1. با نام خداوند بزرگ آب بنوشید.
2. هر موقع تشنه شدید و میل به آب داشتید، آب بنوشید.
3. بعد از نوشیدن آب به امام حسین (ع) سالار شهیدان سلام بفرستید.
4. بعد از غذاهای چرب آب سرد ننوشید.
5. از ظرف شکسته آب ننوشید به علت میکروب‌هایی که در آن قسمت شکسته وجود دارد.
6. یک مرتبه و با یک نفس آب ننوشید. آب را در سه نفس بنوشید.

آب درمانی

اگر کسی تب داشته باشد پاهای او را در آبی که مقداری نمک به آن اضافه شده است می‌شویند. به این کار (پاشویه) می‌گویند. پاشویه میزان تب بیمار را پایین می‌آورد.

آب معدنی برای درمان بیماری‌های پوستی مفید است. همچنین از بعضی آب‌های معدنی برای معالجه‌ی درد پا و درد استخوان استفاده می‌شود. بعضی از آب‌های معدنی نیز برای تقویت معده و از بین بردن سنگ کلیه مفید است.

کلوا و اشربوا وَلَا تُسْرِفُوا

قرآن کریم می‌فرماید: بخورید و بیاشامید ولی اسراف نکنید.

آب سالم و تصفیه شده خیلی گران تهیه می‌شود. پس باید مصرف آن صرفه‌جویی کنیم. ما باید به کودکان یاد دهیم که در مصرف آب اسراف نکنند. با توجه به کم بودن آب در کشورمان لازم است از راه‌های زیر در مصرف آب صرفه‌جویی شود:

1. در موقع شستن دست و صورت، مسواک زدن، شستن میوه، سبزی و... شیر آب را به صورت مداوم باز نگذارید.

2. برای تمیز کردن حیاط خانه ابتدا جارو کنید و سپس با آب، حیاط را تمیز کنید. در این صورت آب کمتری مصرف می‌شود.

3. برای شستن اتومبیل به جای استفاده از شیلنگ آب از چند سطل آب استفاده کنید.

4. وقتی سرگرم آب دادن به باغچه و گل‌های منزل یا اداره هستید با شنیدن صدای زنگ در یا تلفن اول شیر آب را ببندید سپس به صدای زنگ جواب دهید.

5. لوله‌ها و شیرهای آب را مرتب بازدید کنید. چون ممکن است لوله‌ها و شیرهای خانه شما پوسیده باشند و باعث به هدر رفتن آب شود. پس لازم است هر چند ماه یک بار لوله‌کشی ساختمان خود را امتحان کنید. برای این کار اول همه‌ی شیرهای آب را ببندید سپس کنتور آب را نگاه کنید اگر کنتور کار کند حتماً آب از لوله‌ها به هدر می‌رود. خرابی لوله‌ها برای ساختمان شما خطرناک است.

چکیده

زندگی همه‌ی انسان‌ها، گیاهان و حیوانات به آب بستگی دارد.

بعد از هوا آب مهم‌ترین چیزی است که برای ادامه زندگی لازم است.

از آب برای سیراب کردن زمین‌های کشاورزی، درمان بعضی بیماری‌ها، صنعت و با سدسازی از فشار آب برای تولید برق استفاده می‌شود.

آب به سه شکل مایع (آب روان)، جامد (یخ) و گاز (بخار آب) در طبیعت وجود دارد.

میکروب فاضلاب‌ها موجب بیماری‌های وبا، حصبه، اسهال خونی و... می‌شود.

آب سالم نباید هیچ گونه آلودگی داشته باشد آب برای آشامیدن مناسب است که رنگش کدر نباشد. چون آب کدر آلوده است. آب سالم و بهداشتی باید بدون بو، مزه و رنگ باشد.

آب مایعی است که خیلی زود آلوده می‌شود. مصرف آب آلوده به هر طریقی که باشد باعث انتقال بیماری می‌شود.

راه‌های سالم‌سازی آب عبارت‌اند از: 1. جوشاندن 2. استفاده از کلر 3. تصفیه‌کن آب

از آب برای درمان سنتی بعضی بیماری استفاده می‌شود مانند: تب، بیماری‌های پوستی معالجه‌ی دردپا و استخوان، تقویت معده و از بین بردن سنگ کلیه.

قرآن کریم می‌فرماید: «کلوا و شربوا و لا تسرفوا؛ بخورید و بیاشامید ولی اسراف نکنید.»

آب سالم و تصفیه شده خیلی گران تهیه می‌شود، پس:

در مصرف آب صرفه‌جویی کنید.