

جهاز التليفزيون سبب مباشر للإضطرابات عند الأطفال

التلوث بالضجيج.. مشكلة ولدتها التكنولوجيا الحديثة



● حيثما يتم المرء وجهه في الوقت الراهن يجد الازدحام والضجيج هما سيد الموقف، والسبب يعود في الأساس إلى ما أنتجت التكنولوجيا الحديثة والتقانة من آليات أفرزت العديد من الإشكاليات التي نعاني منها اليوم، في ظل التزايد الملحوظ في استخدام الوسائل الحديثة، والتي باتت من المؤكد عدم قدرة غالبية بني البشر الاستغناء عنها. ولعل وسائل النقل على اختلافها - تأتي في مقدمة الأسباب التي تصنع مشكلة التلوث بالضجيج، ذلك أنها أكثر وسائل التقنية الحديثة استخداماً، وفي الوقت نفسه إقاراً للضجيج. فضلاً عن الملوثات الأخرى التي سنتناولها لاحقاً في مواضيع أخرى إذا سمح ملقاس النشر.

استطلاع / فايز البخار

والاضطرابات الذهنية عند الأطفال أو إصابتهم بالذهول والارتباك، وإنشاء مكان هادئ لجلوس الأطفال وانفرادهم بأنفسهم والسماح لهم بالتعبير عن شعورهم واحتياجاتهم.

كما ينصحون الآباء بالقراءة لأطفالهم الصغار في أماكن هادئة حتى لا يتشتت ذهن الطفل، وتعليمهم كيفية ترتيب الملابس والألعاب ورفع الزائد منها وعدم وضعها جميعاً في مكان واحد بحيث يتم استبدالها كلما سئموا من اللعب بها.

أما بخصوص الكبار فقد أظهرت تقارير صحية أن هناك أسباباً أخرى تُضاف إلى ما سبق طرحه، منها ما أكدته تقارير صادرة عن الأكاديمية البريطانية أن عدد ضحايا الموسيقى الصاخبة وصل إلى ٧٥ ألف حالة وفاة للشباب الذين تتراوح أعمارهم بين ٢٤-١٤ عاماً. وأضاف التقرير أن الإحصاءات التي قامت بها الأكاديمية توصلت إلى أن حالات الانهيار العصبي الناتجة عن الموسيقى والعنف وصلت إلى ٨٧٥ ألف حالة، وأن هذا العدد في تزايد مستمر، وكانت الأكاديمية قد توصلت لهذه النتائج بعد دراسة عينة شملت مستويات مختلفة وقد أجمع ٨٥ ألمائة من أفراد هذه العينة أن الضجيج يعد من أول الأخطار التي تهدد حياة الناس.

بـ «التلوث الضجيجي» يعانون من القلق ويصابون بمشكلات في التنظيم والتكيف مع متغيرات الحياة وضغوطاتها.

وأنهم لاحظوا بعد دراسة ردود أفعال الأطفال في سن ما قبل المدرسة، وجود مشكلة في قدرة الأطفال الذين نشأوا في بيئات منزلية فوضوية وغير منظمة، على التأقلم والعمل بجد، حيث يختلف سلوك الطفل حسب جنسه ومزاجه وطبيعته الحساسة. ووجد هؤلاء أثناء دراستهم للأثار البيئية على النمو والتطور المبكر في فترة الطفولة، أن أكثر الأطفال تعرضاً للمشكلات المصاحبة للحياة المشوشة هم الأولاد السلبيون والانفعاليون وسريعو الغضب والتهيج.

اضطرابات ذهنية

□ ولأن التلوث بالضجيج لا يقتصر على الشارع وحده بل يتجاوزها إلى البيت أيضاً فقد عرض بعض الخبراء عدداً من الاقتراحات لتقليل التشوش والضجيج في المنزل، وتشمل إطفاء جهاز التلفزيون إذا كان هو السبب الأساسي للضجة والصخب، لأنه قد يكون سبباً مباشراً للخلل

تأثيرات سلبية من الناحية العضوية والنفسية، تنعكس على تصرفات الإنسان وسلوكه، وتضعف أدائه وكفاءته، وتصيبه بالتوتر والكآبة. وأوضح أن الضجيج هو المسؤول عن تزايد ظاهرة العنف والعدوانية والتقلبات المزاجية بين الناس، محذراً من أن الأصوات العالية تسبب مشكلات صحية في الجهاز السمعي، وقدرته على الإنتاج والإبداع، وتصيب الإنسان بالأرق واضطرابات النوم وضعف التركيز والتوتر والقلق وارتفاع ضغط الدم وتغيرات فيسولوجية وهرمونية.

ويشير إلى أن خطر الإصابة بارتفاع الضغط يزيد لدى الأشخاص الذين يعيشون في المناطق التي يكون فيها حركة سيارات كثيفة وضجة عالية مقارنة بالأشخاص الذين يعيشون في المناطق الهادئة. وبينت النتائج أن الأشخاص الذين يتعرضون للضجة الصوتية خلال الليل وأثناء النوم يتضاعف لديهم أيضاً خطر الإصابة بارتفاع الضغط.

منوهاً إلى أن الباحثين قد توصلوا إلى أن الصخب والضجيج والغوضي يضعف النمو الإدراكي والمهارات اللغوية عند الأطفال، حيث أن الأطفال الذين يعيشون في بيئة إزعاج وفوضى أو ما يعرف

نسبتان عاليتان قياساً بنتائج قياس هذين العاملين في المناطق الريفية.

وذكرت أن علاقة المواد الضارة المنطلقة من السيارات بأمراض الجهاز التنفسي معروفة، إلا أن علاقة الضجيج بأمراض التنفس جرت لأول مرة في مركز الصحة العامة في لاوتربيرغ بألمانيا. وأن العلماء يرون أن دور الضجيج يتمثل في تحوله إلى عامل «توتر» يؤثر في الطفل أثناء نموه. مؤكدة أنه أجريت دراسة ملحقة على الأطفال أثبتت وجود نسبة عالية من هرمون الكورتيزول في عينات إدرار الأطفال أثناء النوم في المساء. وعلى العكس من ذلك تكشف عينات الإدرار التي أخذت في الصباح عن انخفاض غير اعتيادي في نسبة الكورتيزول. والكورتيزول كما هو معروف الهرمون الذي يعبر عن التوتر من خلال ارتفاعه في الدم والإدرار. ويعتبر المستوى المنخفض للكورتيزول في المساء ضرورياً لتعزيز جهاز المناعة وضمان النوم العميق للإنسان.

ضجة عالية

□ من جهته يؤكد الدكتور عبد الله نعمان الصباري أن المختصين في العلوم البيئية وجدوا أن للضوضاء

سبب رئيس

□ أول مايلفت الانتباه بموضوعنا هذا هو الضيق والتبرؤ والانفعال الزائد الذي يسود كل من يتعرض للتلوث الضجيج، ناهيك عن الميل إلى العدوانية في بعض الأحيان، وهذا ما قاله لنا الأخ حميد ثابت الصهباني الذي يؤكد أن هذه الأعراض لم تصب إلا بعد استقراره في أمانة العاصمة، لأن الجميع كانوا يعرفونه هادئاً وبالنادر ما يتعصب أو يضيق من أمر ما، وحين وصل به الحال إلى درجة قيل له عندها أن أخلاقه قد ساءت بادر لعرض نفسه على الطبيب ليكتشف أن الضجيج كان هو السبب الرئيس فيما وصل إليه من حالة وصفها بالمزرية. مشيراً إلى أن الطبيب أشار عليه بالرفق بنفسه أثناء تأدية العمل، وعدم تحميلها فوق طاقتها، لأن ذلك من باب جمع العسرين، وهو غير جائز صحياً أو دينياً.

وقال إن المشكلات النفسية توالى عليها بعد استقراره في العمل بصنعاء، وذلك لأنه أضحى أكثر عرضة للتلوث بنسبتي أنواعها عن ذي قبل، حين كان يعيش في قريته بعيداً عن الضوضاء والضجيج والزحام.

شدة الضجيج

□ الدكتورة نجاة عبد المولى إسماعيل تقول إن علماء البيئة يؤكدون أن اجتماع عاملي الضجيج والمواد الضارة في الجو، يعزز من مخاطر إصابة الأطفال بالربو والتهاب القصبات الهوائية. وأنه أجريت دراسة حول علاقة الضجيج بالربو في بعض مراكز الصحة العامة في عدد من الدول الأوروبية وتوصل الباحثون إلى أن الأطفال الذين يعيشون في أماكن الضجيج الصناعية أكثر عرضة من غيرهم للربو والتهاب القصبات الهوائية.

وتضيف: قارن عدد من الباحثين الألمان طوال سنوات العطلات الطبية عن صحة ٤٠٠ طفل ألماني بالعلاقة مع الظروف البيئية التي يعيشونها وتبين أن الأطفال الذين يعيشون قرب الشوارع السريعة، وهم أكثر عرضة لذرات السخام الصادرة عن عوادم السيارات والضجيج الصادر عنها، يصابون أكثر من غيرهم بالربو والتهاب القصبات الهوائية المزمن. وقارن الأطباء النتائج خلال ٥ سنوات أيضاً مع أطفال يعيشون في أجواء بيئية أكثر نقاءاً وأبعد عن مناطق الضجيج والتلوث البيئي، وتوصلوا إلى أن هؤلاء الأطفال أقل عرضة من غيرهم لأمراض الجهاز التنفسي.

وعن العلاقة بين الضجيج والربو تشير الدكتورة نجاة إلى أن شدة الضجيج قرب نوافذ الأطفال المقيمين قرب مناطق الضجيج والتلوث ترتفع إلى ٦٠ديسيل (وحدة قياس الضجيج)، وأن نسبة تلوث الجو قرب هذه النوافذ ترتفع إلى ٤٠ ميكروغراماً من ثاني أكسيد النيتروجين في المتر المكعب. وهما

الضجيج مؤذي للقلب والدماغ والسمع لذا ينصح بتجنب مصادره



تجارب خاصة

وقد جاء في التقرير عدد من الأمثلة الدالة على حجم التأثير الناتج عن الضجيج فذكر أن قياس درجة ضجيج أرين محركات الطائرات يصل إلى ١٣٦ درجة أما الانفجارات الناجمة عن استخدام المدافع الثقيلة والقنابل والصواريخ فإنها تؤدي سنوياً إلى وفاة مئات الآلاف من المدنيين والعسكريين لأن ما تسببه من أصوات مؤذية يتعدى بوقته ١٧٥ ديسبل ومن دون استخدام تجهيزات خاصة لحماية الرأس والأذن فإن ذلك يؤدي إلى نزيف دماغي قاتل وهذا ما يحدث في الأماكن المشتعلة بالنزاعات والحروب. وختاماً يمكن القول إن تأثير الضجيج على الإنسان أصبح مؤذياً لعدة أجهزة في الجسم فالضجيج يؤدي إلى تسارع ضربات القلب ويعطل بعض مناطق الدماغ أو يتلف الأعصاب السمعية، وأن هذه النتائج تظهر بوضوح لدى المدمنين على الاستماع للموسيقى الصاخبة، حيث أن الأصوات العالية جداً هي أصوات غير طبيعية وتعرف بالضجيج المزعج وكثيراً ما تؤدي إلى حوادث خطيرة على سبيل المثال في المصانع ومراكز العمل، كما يتسبب بحوادث سير قاتلة لأنها تفقد القدرة على التركيز وسرعة المبادرة فالأذنان مفتوحتان دائماً ولا شيء يحميها من تسرب الأصوات المؤذية إلى الدماغ عبرهما، وفي مثل هذه الحالة لا بد من حمايتها بمواد عازلة تمتص الضجيج خاصة في أماكن العمل.