



الأحد 6 ذو القعدة 1446 هـ - 4 مايو 2025

أخبار النافذة

[مع بدء الاختبارات.. نصائح لتنظيم وقتك والاستعداد لامتحانات إسرائيل تختبر تركيا: كيف تُدار معارك "الإحماء" في صراع الدول؟ فائض تجاري أمريكي خدمي مستمر منذ عقود دعوى عاجلة جديدة من 57 محامًا على اتفاقية «تيران وصنافير» أمام القضاء الإداري. ميدل إيست آي: ما هي سفينة "أسطول الحرية" إلى غزة؟ جويش نيوز سينديكت: مصر توجه رسالة للولايات المتحدة عبر أول مناورات جوية مع الصين فصل تعسفيٍّ وأحور زهيدة.. قانون جديد للعمال يُكرّس الظلم والاستغلال بالفيديو | مشاركة تاريخية تُعيد "البليشي" نقياً للصحفسيين..! "صفعة" لحكومة السيسي](#)

□

Submit

Submit

- الرئيسية
- الأخبار
 - اخبار مصر
 - اخبار عالمية
 - اخبار عربية
 - اخبار فلسطين
 - اخبار المحافظات
 - منوعات
 - اقتصاد
- المقالات
- تقارير
- الرياضة
- تراث
- حقوق وحريات
- التكنولوجيا
- المزيد
 - دعوة
 - التنمية البشرية
 - الأسرة
 - مديا

الرئيسية « أرشيف » عربيه وإسلاميه

"الصحة" تحذر المواطنين من التعرض لأشعة الشمس





الثلاثاء 26 مايو 2015 12:05 م

دعت وزارة الصحة المواطنين وخاصة المسنين والأطفال إلى اتخاذ الإجراءات الوقائية اللازمة في ضوء الارتفاع المسجل في درجات الحرارة وتجنب التعرض إلى أشعة الشمس لفترات طويلة وتفادي الخروج في أوقات الذروة.

يأتي ذلك نظرًا لبدء فصل الصيف وتعرض البلاد لموجات الحرارة التي قد تؤدي إلى زيادة التعرض للإصابة بضربات الشمس أو الإجهاد الحراري.

وأشارت الوزارة عبر بيان رسمي صادر عنها، اليوم الثلاثاء، إلى أنه في حالة ضرورة الخروج يجب الحرص على المشي في الظل وارتداء قبعة على الرأس وشرب الماء والعصائر الطبيعية وتفادي المشروبات المثلجة أو المشروبات التي تحتوي على السكريات وضرورة تناول الوجبات بصفة عادية حفاظًا على الأملاح المعدنية بالجسم أما بالنسبة للمسنين يجب الحرص على البقاء بالمنزل في الغرف الأكثر برودة مع إغلاق الستائر نهارًا وفتح النوافذ ليلاً.

وأوصت الوزارة بختام بيانها بضرورة التوجه للطبيب عند الشعور بأي أعراض غير طبيعية كالتقيؤ وأوجاع الرأس وارتفاع حرارة الجسم والجفاف خاصة لدى الأطفال والمسنين.

[تقارير](#)

[ديون على المكشوف... لماذا يشتري الأجانب 41.3 مليار دولار من ديون مصر؟](#)

الأربعاء 16 أبريل 2025 04:30 م

[اخبار فلسطين](#)

[خطة إسرائيلية لوضع #رفع ضمن "المنطقة العازلة".. وجنود صهيانية يقتلون كل من يقابلهم حتى الأطفال](#)

الخميس 10 أبريل 2025 10:00 م

[مقالات متعلقة](#)

تملسمه أرمانياء هلاكتها دعبي عماجلا مرحلا لوخذنم انوزيراة عماجيث حابعنم

[منع باحث بجامعة أريزونا من دخول الحرم الجامعي بعد اعتدائها على امرأة مسلمة](#)

. لوينطاسإي فيخيرائلا ايراكدجسمى لإدوعين اذلاً .. اماء 80 ماد عاطقنا دعب

بعد انقطاع دام 80 عاما .. الأذان يعود إلى مسجد كاربا التاريخي في إسطنبول .
قزغنء راصحلا رسكلا ةيلودلا ةنجلالا رارق دعب راحبلا دعئسي ةبرحلا لوطسأ

أسطول الحرية يستعد للإبحار بعد قرار اللجنة الدولية لكسر الحصار عن غزة
ندنلء س راحملا يدحإي فنيملسملا ةلاص رطاحى اءن عطلا ض فر ةيناطير ةمكحم

محكمة بريطانية ترفض الطعن على حظر صلاة المسلمين في إحدى المدارس بلندن

- [التكنولوجيا](#)
- [دعوة](#)
- [التنمية البشرية](#)
- [الأسرة](#)
- [ميديا](#)
- [الأخبار](#)
- [المقالات](#)
- [تقارير](#)
- [الرياضة](#)
- [تراث](#)
- [حقوق وحريات](#)

□

- 
- 
- 
- 
- 
- 

أدخل بريدك الإلكتروني

اشترك