

تعليمات السلامة العامة في الحج

لقد فرض الله تعالى الحج على المسلمين مرة واحدة في العمر لمن استطاع لقوله سبحانه (والله على الناس حج البيت من استطاع اليه سبيلا) .

فالحج مؤتمر عالمي، لأنه يتيح للمسلم أن يشهد أعظم مؤتمر سنوي إسلامي، فهناك يجد المسلم إخوانا له من قارات الدنيا كلها، اختلفت ألوانهم، ولغاتهم، وجمعتهم رابطة الإيمان والإسلام، ويرددون جميعا بلبك اللهم لببك... وحتى يؤدي كل حاج مناسك الحج بكل يسر وسهولة فعليه اتباع النصائح والارشادات التالية :

قبل التوجه للحج

1. الفحص الطبي من قبل الطبيب المعالج في المركز الصحي.
2. يجب أخذ التطعيمات قبل أسبوعين من السفر
3. تسلم أسورة المعصم لكل حاج بالمركز الصحي مكتوب عليها اسمه واسم البلد وعلى الحاج لبسها عند مغادرة البلاد تحسبا لأي ظرف طارئ.
4. إذا كنت ممن يتناولون الدواء: للسكر أو لارتفاع ضغط الدم وغيره، فداوم على استعمال الدواء، واصطحب معك كمية كافية من الأدوية، واعرض نفسك على طبيب الحملة لتستشير في أي عرض تحس به.

خلال الحج

1. المحافظة على النظافة، عنصر مهم للوقاية من الأمراض .
2. احرص على غسل اليدين جيدا وبشكل متكرر وتجنب ملامسة العينين .
3. احرص على ارتداء الملابس الخفيفة لتفادي ارتفاع درجة الحرارة .
4. يجب المحافظة على منطقة ما بين الفخذين نظيفة وغسلها وتنشيفها لتفادي التسلخات واستعمال البودرة والكريمات.
5. أخذ قسط وافر من الراحة قبل كل منسك وبعده من مناسك الحج .
6. الإقلاع عن التدخين أو التقليل منه .
7. اشرب الماء بكميات كافية لتفادي الجفاف .
8. لا تتناول الأغذية المكشوفة والمعرضة للذباب والأتربة و تأكد من تاريخ صلاحية الأطعمة المعلبة .
9. تفادي التعرض المباشر لأشعة الشمس و يفضل استخدام المظلات لتفادي حرارة الشمس .
10. تجنب التدافع والتزاحم أثناء أداء المناسك .
11. احرص على تناول الأدوية الخاصة بك في الأوقات المحددة لها.
12. إذا أصبت بالزكام فسارع إلى علاجها، وإذا ارتفعت درجة حرارتك فابق في مسكنك يوما أو يومين لكي لا تتعرض للمضاعفات ، كالتهاب الشعب الهوائية، والالتهاب الرئوي، وما يصحبها من سعال، وإذا لا قدر الله أصبت بذلك، فاستشر طبيب الحملة للعلاج.
13. لا تتهاون إذا أصبت بأي عارض صحي، واعرض نفسك على طبيب الحملة، وإن استدعى الأمر الذهاب الى مقر البعثة الطبية .

ونتمنى لكم حجا مبرورا ، وذنباً مغفورا ، وسفرا مريحا ، وإقامة سعيدة ، وعودة بسلامة الله إلى وطنكم وأهلكم