



الفصل الثاني

**الأضرار الصحية
لبعض أنواع الملابس**

هناك الكثير من الحقائق التي أكدت على بعض الأضرار الصحية التي قد تسببها بعض أنواع من الملابس، وأكدت هذه الحقائق العديد من الأبحاث نذكر منها ما يلي:

- ١ - أضرار الملابس الضيقة.
 - ٢ - أضرار الملابس العارية.
 - ٣ - أضرار المواد الكيماوية الموجودة في الملابس.
 - ٤ - أضرار بعض طرق الغسيل.
 - ٥ - أضرار مرتبطة بنوع خامه الملابس.
 - ٦ - أضرار الألياف الصناعية.
 - ٧ - أضرار الملابس الشفافة.
 - ٨ - أضرار ناتجة عن ارتداء بعض الملابس الداخلية.
- وفيما يلي تفصيلٌ للأضرار السابقة:-

أولاً: أضرار الملابس الضيقة:

أثبتت دراسات طبية حديثة أن ارتداء الملابس الضيقة في فترات المراهقة قد يسبب ما يُعرف بالتهابات بطانة الرحم، وهي حالة مؤلمة قد تسبب العقم، ونقصان الخصوبة عند النساء.

وأوضح البروفيسور "جون ديكونسن" - الخبير في ضغط الدم في معهد وولفسون للطب الوقائي بـ "بريطانيا" - أنَّ الضغط المتسبب عن ارتداء الملابس الضيقة قد يؤدي إلى تجمع وتراكم الخلايا من بطانة الرحم في منطقة أخرى في الجسم مسببًا الالتهاب.

وقال الدكتور "ديكونسن": "إنه على الرغم من أنَّ التعريف بهذا المرض تم قبل أكثر من ٧٠ عامًا إلا أنَّ العلماء لم يتعرفوا بعدُ أسبابه"، مشيرًا إلى أنَّ السريكن في كيفية عثور النسيج على طريقه من الرحم إلى أجزاء أخرى من الجسم مثل المبايض؛ حيث يتجمع ويتراكم مسببًا آلامًا حادة في فترة ما قبل الطمث، وأحيانًا العقم. وأوضح أنَّ تغيرات الضغط المتسببة عن الملابس الضيقة تُكسب هذه الخلايا قوة دفع تسمح لها بالخروج من الرحم، وتجمعها في مكان آخر، منبهاً إلى أنَّ مثل هذه الملابس تسبب ضغطًا كبيرًا حول الرحم، وقنوات فالوب القريبة من المبيض، وحتى عند خلع هذه الملابس فإنَّ الضغط يبقى لبعض الوقت في جدران الرحم السميكة بالرغم من انخفاضه حول قنوات فالوب، وهذا يتسبب بدوره في توجه الخلايا إلى الخارج لتصل إلى المبايض مضيِّفًا أنَّ أثر هذا الضغط الرجعي الناتج عن تكرار هذه العملية لسنوات عدة بعد البلوغ يؤدي إلى تجمع الخلايا، وإحداث التهابات. وقال: "إن ارتداء الملابس الضيقة والمشدات كان شائعًا في القرن الماضي بين النساء من الطبقات الراقية مما أدى إلى إصابتهن بآلام بطنية حادة، مما يدل على أنَّ ما ترتديه المرأة من ملابس أثناء فترات الطمث الشهرية يؤدي دورًا مهمًا في زيادة خطر الإصابات.

وأشار الخبراء إلى أنه إذا كان تفسير ضغط الملابس صحيحًا فإنَّ التهاب بطانة الرحم يجب أن يكون - بناء على ذلك - نادرًا نسبيًا في الدول التي ترتدي فيها النساء ملابس واسعة وفضفاضة.

وأجاب "ديكونسن" عن ذلك بمقالة نشرتها "المجلة البريطانية للنساء والتوليد،

وقال فيها: إنَّ الدراسات الطبية التي أجريت حول هذا الموضوع تدعم هذا التوجه، فجميع النساء في الهند - على سبيل المثال - يرتدين الساري، لذلك لم يظهر في الثلاثين سنة الماضية سوى أربع حالات إصابة بالتهاب بطانة الرحم التلقائي، سجلت بعد مراجعة أكثر من ١٢ ألف مقالة نشرت في المجلات الطبية الهندية، مؤكِّداً أنَّ العكس صحيح في الغرب؛ إذ تعتبر هذه الحالة من أكثر الحالات النسائية شيوعاً في الدول الغربية، حيث يرتدي النساء موديلات مختلفة من الملابس الضيقة. من جانبها قالت آنجيلا برنارد - رئيسة جمعية التهاب بطانة الرحم الوطنية الأمريكية - : إن ارتداء الملابس الضيقة لفترات زمنية طويلة هي السبب في ارتفاع معدلات الإصابة بهذه الحالة ، مؤكدة على أنَّ على السيدات والفتيات ضرورة تجنب ارتداء هذه الملابس، وخاصة في أثناء الدورة الشهرية.

وقد أمرنا الله جل في علاه بلبس الفضفاض من الثياب و إدنائها حيث قال تعالى ﴿يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لِّأَزْوَاجِكَ وَبَنَاتِكَ وَنِسَاءِ الْمُؤْمِنِينَ يُدْنِينَ عَلَيْهِنَّ مِنْ جَلْبِيسِهِنَّ ذَٰلِكَ أَدْنَىٰ أَنْ يَعْرِفَنَّ وَلَا يُؤْذِينَ ۗ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَّحِيمًا ٤٤﴾

فلبس هذه الثياب بعد إثبات ما فيه من ضرر حسيّ، فإنَّ المرأة المسلمة العفيفة لا يفوتها أنَّ لها به ضرراً في دينها، ومجلبة لغضب ربها، اللهم إلا ما أجازه لها الشارع الحكيم من مشروعية التزين لزوجها فسبحان الجواد الكريم.

وأكد أساتذة الصحة العامة أنَّ اللباس الضيق تعذيبٌ لحرية الجسد، وضرر صحيٌّ لأنسجة وخلايا وأجهزة الجسم وخاصة الجهاز التناسلي، وجهاز الدوران والحركة. وقد أدى عند كثير من النساء إلى العقم أو الولادة غير الطبيعية التي تستلزم إجراء عملية قيصرية أو تمزق عنق الرحم، وقد يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم.

وهناك الكثير من الأمور المتعلقة بآثار الملابس الضيقة الضاغطة على الجسم، فهي تعيق الدورة الدموية، وتعد من العوامل التي تزيد مشاكل حرقة المعدة.

كما أنَّ الملابس الضيقة تلعب دوراً كبيراً في زيادة ظهور حب الشباب، وزيادة

الإفرازات الدهنية؛ حيث تقوم بتجميع العرق والرطوبة وإغلاق مسام الجلد؛ مما يؤدي إلى حدوث مضاعفات كثيرة، منها أن الملابس الضيقة خاصة غير القطنية، تعمل على حبس الرطوبة، فيصبح المكان رطباً وبيئة لحياة الفطريات ونموها.

كما أن الملابس الضيقة خاصة الجينز تقوم بالضغط على العصب الحسي الموجود تحت الفخذ؛ مما يتسبب في شعور بالتنميل والوخز في منطقة الفخذين وتشويش حسي، وكل هذه الأعراض تزول في غضون ستة أسابيع في حال المواظبة على ارتداء ملابس واسعة فضفاضة.

ثانياً: أضرار الملابس العارية:

أما الملابس العارية ففيها من الأضرار الكثير، منها أن تعريض المرأة جسدها للشمس بشكل دائم يفقدها نضارتها ويصيبها بالشيخوخة المبكرة.

حذر خبراء صحيون بريطانيون من أن ألبسة السباحة المصنوعة من أقمشة تتيح لما لا يقل عن ٨٠ ٪ من أشعة الشمس النفاذ منها، قد تسبب سرطان الجلد. وأشار الباحثون إلى أن وجود آلاف الثقوب الصغيرة جداً في هذه الألبسة التي لا ترى بالعين المجردة، لكن خطرها كبير جداً على الجلد.

ونصح صاحب شركة "كينيكى" المصنعة لألبسة السباحة "تان ثرو" المستهلكين بوضع مادة واقية للجلد تحت هذه الألبسة خشية الإصابة بالسرطان أو الالتهابات الجلدية.

وأكدت "كارين كليفورد" المتحدثة باسم جمعية السرطان في "بريطانيا"، أنه يجب ارتداء ملابس سباحة تقي من الأشعة فوق البنفسجية بسبب خطر هذه الأشعة على الجسم.

ونحن بدورنا نؤكد على ضرورة عدم لبسها نهائياً لما في ذلك من مخالفة للشرع.

ثالثاً: أضرار المواد الكيماوية:

أثبتت دراسات حديثة أن الملابس قد تكون سبباً للعديد من الأمراض التي

تتراوح بين آلام الظهر والعدوى البكتيرية والإصابة بالإمساك والصداع، وتؤكد بعض الدراسات أن الملابس تسبب الأمراض بسبب نوعياتها أو نوعيات أنسجتها، أو بسبب سوء العناية بها والأدوات المستخدمة في هذه العناية، والتي لا تخلو من بعض المخاطر، فالسوائل المستخدمة في التنظيف الجاف مثلاً تحوي موادًا كيميائية تسبب أشكالا من الحساسية، وأن مغاسل الملابس من أهم وسائل نقل الأمراض كما أن أمراضًا جلدية ناتجة عن ميكروبات وطفيليات تظهر على الجلد في صورة بقع، إما بنية أو بيضاء اللون، وقد تظهر على صورة قروح وحكة شديدة. ومن أشهر الأمراض الناتجة عن الفطريات التينيا الملونة. وأخطر الطفيليات التي تنتقل عن طريق الملابس من شخص لآخر القمل، عدا الأمراض الجرثومية التي تنتقل مع الرذاذ الذي قد يختلط بالملابس مثل السل والفطريات.

وأما عن الأمراض الجلدية الناتجة عن المواد الكيميائية المستخدمة مع الغسيل، ويقصد بها أمراض الحساسية فتتفاوت درجاتها من حكة بسيطة إلى ظهور طفح جلدي أحمر على شكل بقعة بيضاء مع حكة شديدة بالجلد، وقد تستمر حوالي ٢٤ ساعة ثم تختفي بعد ذلك، وقد تظهر هذه الحساسية في صورة ظهور بعض القشور مع حكة شديدة، وهي تسمى الأكزيما.

رابعاً: أضرار المغاسل:

قديمًا كانت عملية غسل الثياب عملية شاقة يُستخدَم فيها الماء مع مادة منظفة مستمدة من البيئة المحلية منها :

- الشنان : وهو عبارة عن شجيرات برية تنبت في الأرض الرملية تجف أوراقها وتندق وتستخدم في الغسيل .

- العراد : شجر أبيض يجفف ويطحن ويستخدم لغسل الملابس - .

- الطين : عبارة عن مسحوق يكون لونه أبيض، ويؤخذ عادة من الصحراء .

- الحرض: وهو عبارة عن حبوب تؤخذ من نوع من الأشجار البرية .

وكانت المرأة الخليجية قديمًا تقوم بغسل الثياب وعصرها بعد فركها جيدًا بأحد المنظفات، وتحرص على نفضها جيدًا ثم تنشرها لتجف، وعادة ما كانت النساء يذهبن إلى الشاطئ لغسل الملابس والأدوات المنزلية، وكانت عملية نفض الملابس تساعد على فردها وتخليصها من التجعدات. أما الملابس المصنوعة من أنسجة رقيقة كانت تترك دون عصر، ويُكْتَفَى بنشرها، وتترك لتجف، ثم تشد وتفرّد باليدين حتى تأخذ شكلها الطبيعي، ثم تطوى وترش بالعطور أو بالبخور وتحفظ في المكان المعد لها Jelsoft Enterprises Ltd.

ولكن الآن يجب علينا الاعتراف بأنّ المغاسل أمرٌ لا بُدَّ منه، لذا يجب الحرص وأخذ الحيطة عند الاستفادة من خدمات هذه المغاسل، والاكتفاء بإرسال الملابس للكَيِّ فقط بعد غسلها بالمنزل جيدًا؛ لأن هذا يقلل الكثير من الأضرار. أما في حالات الضرورة والتي يضطر فيها الشخص إلى غسل الملابس وكيّها بالمغاسل فعليه البحث عن المغاسل ذات السمعة الطيبة، ولا ينخدع بتدني السعر، ولا بزخرفة المحل، ولا بالعروض المغرية، كما يجب الاطلاع على كيفية غسل ملابسه، ومعرفة الطريقة التي يتم بها الغسيل، لذا عليه ألا يخرج أبدًا، ولا يتردد بتوجيه أي سؤال بخصوص طريقة التعامل مع ملابسه، وعليه أن يتذكر دائمًا أنّ الأمراض الجلدية في الغالب لا تظهر إلا بعد فترة قد تصل إلى شهر، وفي بعض الأحيان قد تصل إلى سنة. ومن المعروف أنّ عدم تطبيق المغاسل للطرق المتبعة للسلامة عالميًا يؤدي إلى انتشار الأمراض، فبعض المغاسل تقوم بعملية الغسيل بطرق خاطئة وخطرة تؤدي إلى انتشار الأمراض الجلدية من خلال العدوى وانتقالها من شخص لآخر؛ لإهمالها الطرق والقواعد المتبعة عالميًا للحفاظ على الملابس، وعدم استخدامها مواد خاصة لتعقيم الملابس، فأكثر المغاسل تضع الماء في الغسالة صباحًا، ولا تقوم بتغييره إلا في المساء، والبعض لا يبالي بتكديس ملابس الزبائن مع بعضها بدون اتخاذ بعض الاحتياطات، وكذلك فإنّ بعض الملابس توضع في حوض الاستحمام "البانيو" ويتم دهسها بالأرجل، والبعض ينظف الملابس بفرشاة أقرب ما تكون لفرشاة كنس الزباله.

وأشارت الدراسات إلى أن مرض الجرب يحتاج إلى تلامس مباشر بين شخصين لتتم العدوى، إلا أن بعض حالات الجرب انتشرت في بعض الأسر، ولم يكن هناك سبب للعدوى، سوى أن أحد أفراد الأسرة اعتاد على غسل ملابسه في المغاسل العامة.

- ومن المعروف أن داخل المغاسل توضع جميع الملابس مع بعضها حتى قبل إعدادها للغسيل، وفي ذلك خطورة بالغة على انتقال بعض الفيروسات من ملابس إلى أخرى خاصة وأن هناك تحذيرات طبية من احتمال انتقال فيروس الإيدز من بقع الدم في الملابس الملوثة (١١) .

حذر علماء إستراليون أن آثار فيروس «إتش آي في» المسبب لمرض الإيدز أو التهاب الكبد الوبائي الموجود في بقع الدم الملوثة المتخلفة على القمصان تظل باقية عدة أيام، حتى بعد غسلها، وقد وجه هذا التحذير .

ونقل موقع «أنانوا» الإخباري البريطاني عن باحثين في مركز علم المناعة في سيدني أنهم عثروا على آثار لفيروس «إتش آي في» على ملابس ملوثة ببقع دم، وذلك بعد غسل الملابس بالمنظفات العادية. ويعرف العلماء أن فيروس «إتش آي في» يمكن أن يظل فعالاً خارج جسم الإنسان لفترة ٢٨ يوماً، إلا أنهم لم يعثروا على أي دلائل، إلا بعد هذه الدراسة، على أن الفيروس يمكن أن ينتقل عبر بقع الدم التي تلتصق بالملابس (١١). إنه من الطبيعي عدم إمكانية غسل ملابس كل زبون على حدة، ولكن لا بد من تغيير الماء خلال الغسلة الواحدة حوالي ٦ مرات، وتتم إضافة مادة معقمة خاصة في كل مرة يتم فيها تغيير الماء، إضافة إلى مواد قاتلة للبكتيريا، علماً بأنه لا بد من استخدام مياه محلاة لغسل الملابس.

مخاطر التنظيف الجاف للملابس:

ليس فقط المغاسل التقليدية والتي تستخدم التنظيف الرطب قد تؤدي إلى حدوث بعض المشاكل الصحية، ولكن هناك أيضاً مخاطر كثيرة من الغسيل الجاف

(٥١)

هي المخاطر الصحية التي لا يعرف الكثيرون عنها. ولعل من هذه المخاطر ما تسببه المواد المستخدمة في عملية التنظيف الجاف (Dry Clean) من أضرار جسيمة.

تستخدم محلات التنظيف الجاف مادة تسمى بيركلورويثيلين، وتعرف اختصارًا باسم بيرك (PERC) ؛ وذلك لإزالة البقع عن الملابس، وهذه المادة عالية السمية وتسبب أضرارًا بالغة للإنسان.

فقد أثبتت دراسة على المجتمعات المعرضة لمادة بيرك ازدياد احتمال الإصابة بمرض اللوكيميا، وازدادت نسبة المعرضين للإصابة بسرطان المثانة، كما يرتبط تأثير مادة بيرك بظواهر ضعف الذاكرة، وتخریب الكبد والكلية والعقم والإجهاض.

كيف نتعرض للخطر ؟

يتم إطلاق مادة بيرك عندما تتعرض للهواء. فمثلاً، عندما ننزع غطاء النايلون عن ملابسنا القادمة من محلات التنظيف تنتشر مادة بيرك في جو المنزل، وعندما تكون محلات التنظيف والكبيّ قريبة من محلات الأطفعة أو تجهيزها فإن هناك احتمالاً كبيراً أن تتلوث الأطفعة المجاورة بالمادة بيرك.

ماذا نفعل لحماية صحتنا؟

١- تجنب تنظيف ملابسك تنظيفاً جافاً قدر الإمكان؛ وهناك طرق أخرى كثيرة للتنظيف الفعال حسب نوع القماش المطلوب تنظيفه، وما عليك إلا مناقشة موظف التنظيف حول تلك البدائل.

٢- قم بتهوية الملابس القادمة من التنظيف الجاف، وذلك بتعليقها في الهواء الطلق خارج غرف المنزل لمدة ساعتين على الأقل لتتخلص من مادة بيرك المسرطنة.

٣- لا تقرب ولا تسمح للأطفال خصوصاً بالاقتراب من الملابس المنظفة حديثاً، ولا بالذهاب إلى محلات التنظيف الجاف إن لم تكن تلك المحلات ملتزمة بإجراءات الصحة والسلامة.

الغسالات الكهربائية قد تصبح وسيلة لنقل العدوى:

في العصور السابقة كان الغسيل باستخدام الماء الساخن يتفوق على الغسالة الإلكترونية، من ناحية تعقيم الملابس وفقًا لخبراء ألمان في الصحة.

إن كانت غسالة الملابس الحديثة قد تفوقت كثيرًا على سابقتها من ناحية حمايتها للبيئة واقتصادها في الطاقة وصرف الماء، ناهيك عن تحرير الغسالة الإلكترونية للمرأة من شدة العمل في الغسيل بالماء البارد، وهو ما أهلها لنيل لقب (الاختراع الأول) الذي ساهم في تحرير المرأة من المطبخ وغرفة الغسيل، فإنَّ الخبراء يعتقدون أنَّ البرامج الاقتصادية في هذه الغسالات التي تضمن نظافة الملابس بدرجات حرارة منخفضة تساهم في نقل عدوى عدد من الأمراض، وخصوصًا الأمراض الجلدية.

ويقول عالم الجراثيم الألماني "هيلموت موخا"، من معهد هوهنشتاين في مدينة بونغن: "إنه حينما يحذر من خطر انتقال الجراثيم عبر الغسيل في برامج الغسالات الإلكترونية التي تستخدم درجة ٣٠ مئوية فقط، فإنه لا يريد نشر (سيناريو) رعب؛ لأن برامج الحرارة المنخفضة تقتصد بالماء والطاقة، لكنها تقتصد أيضًا بالقدرة على قتل الجراثيم بكتيريا مرضية، وأثبتت دراسات أجراها "هيلموت" مؤخرًا أنَّ بكتيريا مرضية مثل (ستافيلوكوكوس أوريوس) (المكورات العنقودية)، التي قد تسبب الإسهال أو التهابات الجلد، لا تقتلها البرامج الاقتصادية في الغسالات رغم المواد المعقمة التي تحتويها بعض مساحيق الغسيل .

ومقاومة البكتيريا المقاومة لأنواع المضادات الحيوية التقليدية أقوى بالطبع، ويكون خطرهما مضاعفًا عند استخدام البرامج الاقتصادية في العيادات والمستشفيات.

ويمكن أن تكون برامج الغسيل بدرجة ٣٠ مئوية مسؤولة عن انتشار حالات

الإسهال التي يسببها (نوروفيروس)، وهو فيروس معوي، معروف بمقاومته للحرارة والمضادات الحيوية، ولهذا فقد قام معهد "روبرت كوخ" الحكومي الرسمي بتكليف معهد هوهنشتاين بإجراء الفحوصات عن مدى تورط الفيروسات والبكتيريا الدائرية مع أسطوانة الغسيل في تدوير العدوى.

خطر الغسيل:

كما كلف المعهد عددًا من المؤسسات المماثلة للبحث عن مسحوق غسيل خاص لا يغسل الأقمشة فحسب، خصوصًا في المستشفيات، وإنما يعقمها ويضمن حصول أفضل مزيج مطهر من الماء والصابون والمواد المعقمة وفي درجات حرارة منخفضة، من بين هذه المؤسسات معهد الأبحاث الجرثومية في جامعة فاغنغن الهولندية.

ويشير "بول تيربسترا"، من هذا المعهد إلى أن الأبحاث التي أجراها على الغسيل بدرجة ٣٠ مئوية وباستخدام مختلف مساحيق الغسيل، غير المحتوية على المواد القاصرة، تثبت أن الكثير من الجراثيم تتعدى حاجز التعقيم في هذه البرامج، بل إن الغسيل بدرجة ٤٠ مئوية لا يغير الكثير من هذا الواقع .

وتستطيع بكتيريا ستافيلوكوكوس، والإنتروبكتيريا العيش بسهولة في الملابس التي غسلت بمثل هذه البرامج، وتقل البكتيريا بنسبة ١٠ - ٩٠٪ عند الغسيل بدرجة ٦٠ مئوية حسب نوع المواد المستخدمة في الغسيل، لكن الخطر لا ينتهي تمامًا

وأخضعت جامعة ميونيخ التقنية أبحاث تيربسترا للفحص، فوجد باحثوها أن معظم البكتيريا والفطريات تختفي من الملابس المغسولة بدرجة ٦٠ مئوية، وأثبتوا أن (عث أسبرغيلوس) وفطريات (كانديدا البكانس) المعوية، التي يمكن أن تطلق نوبات الربو عند الذين يعانون منها أنها طورت قوى مضادة للحرارة ومساحيق الغسيل.

وتكثر البكتيريا العضوية عادة في حفاضات الأطفال وملابسهم الداخلية، وفي المناشف المستخدمة في تجفيف اليدين والأطباق في المطبخ، بينما تكثر الفطريات في الجوارب، ويمكن لهذه البكتيريا أن تتجمع في المياه القليلة التي تبقى في الغسالة الإلكترونية بعد انتهاء الغسيل، وأن تشكل الخطر القادم لدفعة الغسيل القادمة.

نصائح لتقليل المخاطر:

سبق لمعهد (بحث المخاطر على المستهلكين) أن نصح السكان منذ عام ٢٠٠٥م بضرورة غسل الملابس الداخلية والجوارب كل بشكل منفصل وبدرجة حرارة لا تقل عن ٦٠ مئوية، كما نصح المعهد أيضًا بغلي أو اعتماد درجة عالية في غسل قطع الأقمشة المستخدمة في تنظيف المطبخ والأرض والسطوح، وحذر من خطورة الماء المتبقي من هذا الغسيل على دفعة الملابس اللاحقة، إلا أن معظم السكان لم يتبعوا نصائح المعهد الذي دعا عمليًا إلى (بسترة) الملابس، كما هو الحال في بسترة الحليب.

ونشر المعهد نصائح بعض الأطباء الألمان الذين اقترحوا تمرير الملابس الداخلية والجوارب بمرحلة إضافية تلي الغسيل، وتركز على تعقيم الملابس باستخدام البخار أو الكي أو ما يشبه ذلك، ودعا الأطباء إلى تطوير برامج الغسالات الإلكترونية بحيث تشمل برامج التعقيم أيضًا، فدرجة حرارة ٣٠ مئوية لا تكفي لقتل الفطريات في الجوارب أو في ملابس النساء الداخلية.

وفي حين حذرت مجلة (أيكو - تيست)، المعروفة من خطر بعض المواد المعقمة، واتهمتها بالتسبب في الحساسيات والربو، وطالبت باختراع معقمات جديدة غير ضارة بالإنسان والبيئة والأسرة التي ليس فيها شخص مريض بالاكْتفاء بالغسيل بدرجة ٤٠ مئوية، ودعا "ديرك بوكمول"، من (هينكل)، في حالة وجود حالة التهاب فطريات أو جلد في العائلة بغسل ملابس كل فرد على حدة، واستخدام درجة ٦٠ مئوية في غسل الجوارب والملابس الداخلية.

وقال "بوكمول": إن المستهلكين ينسون دائمًا ضرورة فتح باب الغسالة ويا ب

ملء الصابون تمامًا بعد الغسيل كي تبخر المياه من جوف الغسالة ولا تترك فيها. ومن الضروري بين فترة وأخرى أن تشغل الغسالة الإلكترونية بلا ملابس وباستخدام المواد المعقمة القوية. (٤٣) .

خامساً: أضرار مرتبطة بنوع الخامة:

كما أن هناك العديد من الحقائق المرتبطة بنوع الخامة والصبغة وتأثيرها على صحة الإنسان، ومنها:

- معظم الملابس المصنعة من ألياف صناعية أظهرت مقدرة كبيرة على الاحتفاظ بالبكتيريا بداخلها مما يجعلها وسيلة لنقل الجراثيم والأمراض .

- استخدام بعض المواد النشوية لمعالجة بعض الخيوط والأقمشة لإكسابها القوة، أو حتى عمليات التنشئة التي نقوم بها داخل منازلنا لإعطاء الملمس المقوى لبعض الملابس، قد ينتج عنها تعفن نتيجة لمهاجمتها بواسطة البكتيريا والأحياء الدقيقة ، ومع التطور العلمي أصبحت بعض المصانع تلجأ إلى معالجة هذه الخامات بمواد كيميائية تكسبها القدرة على مقاومة البكتيريا المسببة للتعفن.

- هناك العديد من الأمراض التي تصيب الفرد ناتجة عن (بكتيريا- فطريات - فيروسات) التي تحملها الملابس أو أنسجة المفروشات، ومن أمثلة هذه الأمراض: (الإكزيما- الجرب -الالتهابات الجلدية- الطفح الجلدي - التينيا).

- كما أظهرت الأبحاث أنَّ الصوف والحريز والنايلون والألياف الزجاجية والمطاط تسبب الحساسية والارتكارية الجلدية الناتجة من احتكاك هذه الخامات مع الجلد .

- بعض أنواع الخامات المصبوغة من الصبغات الضارة تترك أثراً من هذه الصبغات على الجلد، فتعمل على الإصابة بالتهابات الجلد (٣٩) .

سادساً: أضرار الألياف الصناعية:

على الرغم من كثرة استخدام الأقمشة المصنعة من الألياف الصناعية بسبب ندرة

الألياف الزراعية التي تساعد على إنتاج أقمشة من خامات طبيعية، وعلى الرغم من وجود بعض المميزات التي لا ينكرها أحد للأقمشة الصناعية إلا أنه توجد الكثير من الانتقادات لهذه الألياف؛ وذلك لما تسببه هذه الألياف من أضرار صحية تناولتها الكثير من الأبحاث والدراسات، نذكر منها:

- يتولد من الملابس المصنعة من الألياف الصناعية كهرباء إستاتيكية يتولد عنها شحنات ضارة تؤثر على المخ والأعصاب مما يؤدي إلى حدوث اضطرابات عصبية .

- عند ارتداء ملابس مصنوعة من الأكريلك تزيد الشحنات المتولدة عنها وتسرب هذه الشحنات للجسم وتؤدي إلى اضطرابات في الجهاز التنفسي والعصبي .

- الملابس الداخلية المصنوعة من ألياف صناعية تتولد عنها شحنات كهربائية لها تأثير ضار على إنتاج البويضات والحيوانات المنوية .

- من الثابت أن الأقمشة المصنوعة من ألياف صناعية ليس لديها القدرة على امتصاص الرطوبة، وتجعل الجسم محتفظاً بحرارته، مما يؤدي إلى زيادة إفراز العرق وينتج عنه سهولة الإصابة بنزلات البرد.

- الجوارب المصنوعة من الألياف الصناعية تؤدي إلى الإصابة بفطريات القدمين والبكتيريا لعدم قدرتها على امتصاص العرق مما ينتج عنها التهابات جلدية وتقرحات .

- الملابس المصنوعة من الألياف الصناعية لا يتوفر فيها الأمان بدرجة كبيرة حيث إنها سريعة الاشتعال، ولذلك لا ينصح بها في إنتاج ملابس الأطفال والملابس المنزلية.

- حذرت الدراسات الطبية الأخيرة من خطورة انتشار الحروق الجلدية التي أصبحت تمثل ١٠ ٪ من مجموع الحوادث والإصابات على مستوى العالم.

- وأشارت الدراسات إلى أنَّ استخدام الملابس البترولية ومنسوجات الألياف الصناعية وراء زيادة نسبة الحروق بالجسم؛ لكونها تتحول إلى نار وبلاستيك سائل يلتصق بالجلد، ويصيبه بالحروق العميقة عند اقترابها من اللهب، غير أنها تصيب الجلد في فصل الصيف بالالتهابات والفقاقيع الجلدية. وقد منعت الدول المتقدمة بقوة القانون استخدام الملابس الداخلية المصنوعة من منتجات البترول والألياف الصناعية والنailون خاصة الأطفال والنساء.

- وقد أكد بعض الأطباء على أنَّ الحروق التي تصيب الجلد تضاعفت مؤخرًا نظرًا لتقدم صناعة البتروكيماويات، وتشمل الحروق عدة أنواع: منها الحروق الكيميائية بنسبة ١٥٪، وحروق السوائل والغازات بنسبة ٤٠٪، وحروق الانفجارات بنسبة ٥٪، وحروق أشعة الشمس بنسبة ١٪، وحروق الكهرباء بنسبة ٥٪ وحروق تلامس الأشياء الساخنة بنسبة ٥٪ (٢٥).

حساسية الملابس عند الأطفال:

يعاني بعض الأفراد من مرض الحساسية والكثير من هؤلاء الأفراد يكونون من الأطفال لما يتميزون به من جلد ناعم وحساس.

الحرارة والرطوبة من العوامل المهمة المثيرة للحساسية؛ ولهذا السبب من الضروري الحفاظ على درجة حرارة الجسم بوضعها الطبيعي، سواء في الصيف أو في الشتاء، ولا يعني ذلك كتم جلد الطفل خاصة في فصل الشتاء مما قد يؤدي ذلك إلى التهيئة لزيادة الحساسية نتيجة لزيادة العرق، وكذلك الاستعداد للالتهابات الجلدية سواء الفطرية أو الجرثومية.

المادة المثيرة للحساسية في الألبسة إما أن تكون نفس نوع القماش أو المواد الكيماوية أو الأصباغ أو المعادن مثل السحابات أو تلك التي في الأحزمة وغيرها؛ ولذلك لا بد من الأخذ في الاعتبار جميع العوامل الآتية:

١- الأقمشة:

القطن :عادة لا يثير الحساسية؛ وهو أقل أنواع الأقمشة المسببة للحساسية. الصوف: عامل مهم في إثارة الحساسية، لذلك يلاحظ أن بعض أنواع الحساسية تزداد في فصل الشتاء نتيجة لاستعمال الملابس الصوفية ونتيجة أيضًا لجفاف الجلد. ويجب ملاحظة أن بقايا مواد الغسيل التي تعلق في الملابس نتيجة عدم شطفها جيدًا قد تكون عاملاً مهماً للحساسية، ويجب الانتباه لهذه الملاحظة؛ إذ نصادف بعض أنواع الحساسية الجلدية التي صرفت لها العديد من العلاجات دون فائدة، وعندما تم التركيز على شطف الملابس اختفت هذه المشكلة نهائيًا بإذن الله.

الحرير: نادرًا ما يؤدي إلى الحساسية.

البوليستر والنايلون :مواد النايلون والاكريلك ومادة السباندكس المستعملة في صنع حفاظ الأطفال والأحزمة لها جميعًا أثر مهم في حدوث الحساسية. والسبب الأول المؤثر قد يكون مادة القماش أو الأصباغ.

مادة السباندكس: هذه مادة غير مطاطية قابلة للشد من البوليوريثين تستعمل في صناعة الجوارب والأربطة والأحزمة والصدريات. المادة المثيرة للحساسية في تلك الأنواع هي ميركاتوبنزنوثايزول.

فورمالديهايد: تستعمل هذه المادة على نطاق واسع في الصناعات خاصة في الملابس - مناديل الورق - ورق التواليت ومادة لمنع الكرمشة في الملابس وصدرية الرقبة التي تستعمل للأطفال، والتي توضع حول الرقبة وأعلى الصدر خاصة عند تغذية الطفل غالبًا ما تكون مصنوعة من مواد مثيرة للحساسية؛ لذلك من الضروري اختيار نوع قطني غير مؤثر.

الأحذية : المواد المستعملة في صناعة الأحذية مثل الجلد - فورمالديهايد - كرميت - تنين هي عوامل مثيرة للحساسية.

الفراء : مادة الجلد أو المواد المستعملة في دباغة وتجهيز الفراء، مثل بارافلين دايامين جميعها مواد قد تثير الحساسية.

بعض أنواع القماش قد تسبب الحساسية، وعلى المريض ألا يستخدم هذا القماش سواء في الملابس أو الجوارب أو غيرها لعدة أيام. إذا تحسنت الحالة، فيحاول لبس ذلك القماش ثانية إذا عادت الحكة، فهذا يعني أن تلك المواد هي السبب في الحساسية.

العوامل المسببة لحساسية القماش:

- ١- الجلد الطري والحساس كما هو الحال لدى الأطفال.
- ٢- السمكة المفرطة.
- ٣- زيادة العرق قد يؤدي ذلك إلى إذابة بعض الأصباغ أو المواد الكيماوية بالقماش.
- ٤- الرطوبة: زيادة الرطوبة تساعد على ترطيب البشرة مما يهيئ إلى زيادة امتصاص المواد من على سطح الجلد.
- ٥- زيادة نسبة الدهون بالجلد.
- ٦- الملابس الضيقة والكاتمة لسطح الجلد.
- ٧- الكدمات عامل مهم كذلك.
- ٨- حالة الجلد العامة: الاحتكاك المتكرر - الإصابات الجلدية تخدش الجلد.
- ٩- المرضى المصابون بالحساسية أكثر استعدادًا لحساسية الملابس من غيرهم.
- ١٠- مكونات الجلد بالمنطقة المصابة: مناطق الجلد الغنية بالغدد الدهنية أو الجلد الرقيق مثل الجفون أكثر عرضة للإصابة.

أعراض حساسية الملابس:

حساسية الملابس هي من النوع الذي يحدث متأخرًا نتيجة ملامسة المادة المسببة للحساسية بالقماش، وقد يكون التأثير من النوع المثير الأولي وذلك مباشرة بعد لبس النوع المؤثر.

تبدأ الأعراض بحكة وإمرار بجلد المنطقة المعرضة. قد تكون الأعراض أشد بين ذوي البشرة الحساسة خاصة لدى الأطفال؛ إذ تظهر بثور وفقايع.

حساسية الملابس قد تظهر في فصل معين من العام كما هو الحال في الحساسية من الملابس الصوفية التي تكون أشد في موسم البرد، وقد تلاحظ الأم ذلك عندما يتعرض طفلها للملابس الصوفية أو الأغطية.

الحساسية من الجوارب تحدث بكثرة بين الأطفال حيث يكون التحسس ظاهرًا على المنطقة المعرضة. ونفس الشيء ينطبق على الأنواع الأخرى من الملابس، مثل السراويل والأحزمة.

ملاحظات عامة:

- يجب ملاحظة أن بقايا الصابون في الملابس التي لم تشطف جيدًا قد يكون لها دورٌ مهمٌ أو المواد الكيماوية الأخرى، مثل فورمالديهايد، هي مواد من الممكن أن تسبب الحساسية التلامسية.

التعرق الزائد وعدم الاهتمام بنظافة الجسم والتدفئة الزائدة في المسكن خاصة في فصل الشتاء من العوامل المهمة كذلك (للهيئة للحساسية).

- زيادة عدد طبقات من الملابس أو الأغطية لفترة طويلة خاصة عند الأطفال قد يؤدي إلى تحسس الجلد.

الرطوبة الزائدة والاحتكاك هي عوامل مهمة كذلك.

- الأصباغ - الكيماويات والمواد الملونة للملابس تلعب أحيانًا دورًا مهمًا على تحسس الجلد.

- بعض أنواع الأقمشة مثل الصوف واللينز قد تسبب حساسية، وكذلك بقع دموية بالجلد (البيرييرا). سبب هذا النوع من الحساسية قد تكون الأصباغ (ازودايز أو فورمالديهايد) أو من المواد الكيماوية المستعملة أثناء تجهيز الملابس.

- يظهر الطفح الجلدي عادة على مناطق السطح الداخلي للفخذين أو الأذرع ويتشرب بعد ذلك إلى مناطق أخرى.

إرشادات مهمة:

مثلاً يطبق في الأنواع الأخرى من إكزيما التماس:

- ١- غسل وعصير القماش بشكل جيد للتخلص من بقايا المنظفات والمواد الكيميائية الأخرى في القماش.
- ٢- شطف الثياب بالماء العادي لفترة طويلة ثم تُجفف للتخلص من بقايا الصابون في الملابس.

٣- وضع الملابس بعد رفعها من الغسالة الكهربائية في وعاء ماء مضاف إليه بضع نقط الليمون أو الخل الأبيض، ويترك لعدة ساعات، ومن ثم تُغسل بالماء العادي وتُجفف (٣٩).

* سابعاً: أضرار الملابس الشفافة:

لقد أثبتت البحوث العلمية الحديثة أنَّ الملابس العارية وبالأعلى من يرتديها؛ حيث أشارت الإحصائيات الحالية إلى انتشار مرض السرطان الخبيث في الأجزاء العارية من أجساد النساء، ولا سيما الفتيات اللاتي يلبسن الملابس القصيرة، فلقد نشر في المجلة الطبية البريطانية: أنَّ السرطان الخبيث "الميلانوما الخبيثة" والذي كان من أندر أنواع السرطان أصبح الآن في تزايد وأن عدد الإصابات في الفتيات في مقتبل العمر يتضاعف حالياً حيث يصبن به في أرجلهن، وأنَّ السبب الرئيسي لشيوع هذا السرطان الخبيث هو انتشار الأزياء القصيرة التي تعرض جسد النساء لأشعة الشمس فترات طويلة على مدار السنة، ولا تفيد الجوارب الشفافة أو النايلون في الوقاية منه .. وقد ناشدت المجلة أطباء الأوبئة أن يشاركوا في جمع المعلومات عن هذا المرض، وكأنه يقترب من كونه وباء، إنَّ ذلك لأنَّ السرطان

الخبث الذي هو أخطر أنواع السرطان. وهذا المرض ينتج عن تعرض الجسم لأشعة الشمس والأشعة فوق البنفسجية فترات طويلة، وهو ما توفره الملابس القصيرة أو ملابس البحر على الشواطئ، ويلاحظ أنه يصيب كافة الأجساد وبنسب متفاوتة، ويظهر أولاً كبقعة صغيرة سوداء وقد تكون متناهية الصغر، وغالباً في القدم أو الساق، وأحياناً بالعين، ثم يبدأ بالانتشار في كل مكان واتجاه مع أنه يزيد وينمو في مكان ظهوره الأول، فيهاجم العقد الليمفاوية بأعلى الفخذ، ويغزو الدم ويستقر في الكبد ويدمرها. وقد يستقر في كافة الأعضاء، ومنها العظام والأحشاء بما فيها الكليتان، ولربما يعقب غزو الكليتين البول الأسود نتيجة لتهتك الكلى بالسرطان الخبيث الغازي .. وقد ينتقل للجنين في بطن أمه، ولا يمهل هذا المرض صاحبه طويلاً، كما لا يمثل العلاج بالجراحة فرصة للنجاة كباقي أنواع السرطان حيث لا يستجيب هذا النوع من السرطان للعلاج بجلسات الأشعة، من هنا تظهر حكمة التشريع الإسلامي في ارتداء المرأة للزّي المحتشم الذي يستر جسدها جميعه بملابس واسعة غير ضيقة ولا شفافة مع السماح لها بكشف الوجه واليدين. فلقد صار واضحاً أنّ ثياب العفة والاحتشام هي خير وقاية من عذاب الدنيا المتمثل في هذا المرض (٤٤).

* ثامناً: أضرار ناتجة عن ارتداء بعض الملابس الداخلية :

حالة الثدي ذات أهمية عند بعض النساء؛ لأن عدم ارتدائها قد يسبب أحياناً شعوراً بعدم الارتياح أو حتى الألم في بعض الحالات، ولكن يجب ألا يغيب عن ذهننا ما قد تسببه بعض أنواعها من أمراض وخصوصاً الحملات الحديثة والتي يسبب ارتداؤها ارتفاعاً ملحوظاً في نسبة الإصابة بأمراض خطيرة جداً.

هل لحالة الثدي دور في مساندة الجسد أو الإساءة إلى الجسد؟

هناك الكثير من الأخطار الناتجة عن ارتداء بعض أنواع الحملات الجديدة، ولكن ببساطة إنّ القياس الخاطئ للحالة سوف يؤدي إلى أمراض كثيرة أيضاً؛

وذلك لأن ارتداء حمالة صدر بقياس أصغر من القياس المطلوب سيؤدي إلى إعاقة سائل اللمف الذي تنتجه الغدد، الأمر الذي له مساهمة كبيرة في الإصابة بمرض السرطان؛ لأن الجسد سيصبح أقل قدرة في طرح السموم التي يتعرض لها خلال اليوم. فالألومنيوم المستخدم في أغلب أنواع مزيل رائحة العرق أو مضاد التعرق هو أفضل مثال عن السموم التي تتراكم في الخلايا والغدد الليمفاوية إذا كانت الأتية التي تنقل سائل اللمف مسدودة بفعل ضغط حمالة الصدر أو الملابس الضيقة.

يشير الطبيب (Michael Schacter) في كتاباته عن الإجراءات الوقائية للحماية من سرطان الثدي إلى أن :

"أكثر من ٨٥ ٪ من سائل اللمف يذهب من الثدي إلى العقد الليمفاوية تحت الإبط. أمّا أغلب السائل الباقي فيذهب إلى العقد الموجودة على عظام الصدر. وبالتالي فإنّ حمالات الصدر والألبسة الضيقة ستعوق ذلك التدفق. إن آلية عمل الحمالة التي تسبب الضيق بالإضافة إلى زمن ارتدائها سيؤثران على درجة إعاقة سائل اللمف المنتقل من غدة إلى أخرى؛ لهذا فإنّ ارتداء الحمالة سيكون له مساهمة كبيرة جدًّا في الإصابة بالسرطان كنتيجة لقطع مجرى اللمف الذي يسبب احتباس المواد السامة في الصدر".

هذا وقد أثبت الطبيب (George Goodheart) من خلال تجاربه بأن وضع كرة صغيرة من المعدن فوق نقطة من نقاط الضغط الموجودة على مسارات الجسد من شأنه أن يخلق نشاطًا دائمًا في تلك النقطة، وهذا ما أطلق عليه اسم ظاهرة (Antenna effect). هذه الظاهرة كان لها الأثر الكبير في ما يستخدمه الأطباء اليوم من خلال وضع قطعة من المغناطيس على الجسد في العلاج الفيزيائي؛ لذلك فإن أي معدن يوضع على الجسد لفترة معينة وفوق نقاط معينة من شأنه أن يخلق تأثيرًا في قنوات الطاقة الملامسة لذلك المعدن.

ويوجد في المنطقة الواقعة تحت الثديين نقطتين انعكاسيتين لغدد ليمفاوية مهمة جدًّا، فتلك الموجودة تحت الثدي الأيمن مرتبطة مع الكبد والمرارة، أما الموجودة تحت الثدي الأيسر فهي مرتبطة مع المعدة.

"هذه النقط الانعكاسية مثلها مثل جميع النقط الأخرى تخضع لقانون التحفيز المعروف في علم الوخز بالإبر. ففي بداية تحفيز نقطة معينة تبدأ بالنشاط، وعادة ما تسبب نشاطاً مرافقاً في جزء الجسم المرتبط بها. لكن وبعد فترة إذا استمر هذا التحفيز لفترة طويلة، فإن ذلك من شأنه أن يسكن أو يخمل تلك النقطة، الأمر الذي يؤدي أيضاً إلى تخفيض في عمل وفعالية الجزء من الجسد المرتبط بتلك النقطة. إذا استمرت المرأة باستخدام حمالة الثدي الموضوع في أسفلها سلك معدني يلامس تلك النقاط التي أشرنا لها سابقاً، فإن ذلك مع الوقت سيخلق فوضى في الأعضاء المرتبطة بهما، وهي: الكبد والمرارة والمعدة.

باختصار إن ذلك سيؤدي إلى جعل المرأة تمرض بدون حتى أن تشعر بذلك. هذا بالإضافة إلى أن المعدن الموجود في الحمالة سيلعب دور المستقبل للحقول الكهرومغناطيسية، والذي سيؤدي أيضاً إلى زيادة خطر الإصابة بسرطان الثدي... لقد أكدت بعض الدراسات أن النساء اللاتي اعتدن على ارتداء حمالة الثدي يواجهن خطر الإصابة بمرض السرطان بنسبة أكبر بـ (١٢٥) ضعف عن اللواتي لا يرتدينها...

- جرت دراسة من قبل المركز الطبي لأبحاث العلوم البشرية في سيدني على ٤٠٠٠ امرأة، كانت نتائج تلك الدراسة بأن النساء اللاتي لا يضعن حمالة للثدي تكون نسبة إصابتهن بسرطان الثدي بنسبة ضئيلة جداً. وقد كانت نتائج الدراسة كالتالي:

* النساء اللاتي يستخدمن الحمالة لمدة ٢٤ ساعة في اليوم تكون نسبة الإصابة بسرطان الثدي هي ٣ من أصل ٤.

* النساء اللاتي يستخدمن الحمالة لأكثر من ١٢ ساعة في اليوم تكون نسبة الإصابة بسرطان الثدي هي ١ من ٧.

* النساء اللاتي يستخدمن الحمالة لأقل من ١٢ ساعة في اليوم تكون نسبة الإصابة بسرطان الثدي هي ١ من ٥٢.

* النساء اللاتي يستخدمن الحماله نادراً أو لا يستخدمنها أبداً تكون نسبة الإصابة بسرطان الثدي هي ١ من ١٦٨. بالاعتماد على نتائج هذه الدراسة، فإن النساء اللاتي يرتدين حمالة الثدي يَكُنَّ معرضات للسرطان أكثر بنسبة ثلاثة أضعاف من خطر الإصابة بالسرطان نتيجة التدخين...

وأيضاً فإن مجموعة أخرى من الباحثين في اليابان وجدوا أن ارتداء حمالة الثدي يؤدي إلى خفض معدّل هرمون (melatonin) بنسبة ٦٠٪. هذا الهرمون له دور كبير في تنظيم النوم، بالإضافة إلى أن كثيراً من الدراسات أظهرت بأن لهذا الهرمون أيضاً تأثيراً مضاداً للسرطان، ومضاداً للأكسدة قوياً جداً، ويمنع تحطم الحمض النووي DNA.

ارتداء المعدن على الجسد هو شيء يجب تجنبه مهما كانت الأسباب، وبما أن النساء يرتدين حمالة الثدي في أغلب فترات اليوم، فلا بد من إيجاد البديل الخالي من المعدن. وإن كان لا بد من ارتداء الحمالات التي تحتوي على سلك معدني في أسفلها، فلا بد من نزع ذلك السلك المعدني واستبداله بآخر من البلاستيك إن أمكن. ويمكن عمل ذلك ببساطة عن طريق إحداث شق صغير في نهاية الغلاف الذي يضم السلك المعدني، ومن ثم سحب ذلك السلك من خلال الشق، واستبداله بآخر بلاستيكي بنفس القياس، وبعد ذلك يمكن إغلاق الشق عن طريق الخيط والإبرة... وبالطبع يبقى الخيار الأفضل هو اختيار الحماله الخالية من المعدن والمصنوعة من القطن، وأيضاً يمكن اختيار الحمالات الخاصة بالرياضة...

لذلك فإن استبدال الحمالات المعدنية بآخرى خالية من المعدن وقطنية هو خيارٌ بسيطٌ وخالٍ من التعقيد بهدف الحصول على صحة ممتازة وجسد سليم. إن تغيير الحماله لن يمنع الإصابة بالسرطان بشكل نهائي، ولكنه أحد العوامل المساعدة بالإضافة إلى النظام الغذائي الصحي والعيش المتوازن (٤٢).