



نشرة مستشفى ألبير هيكل Journal de l'Hôpital Albert Haykel

النشرة الفصلية - تشرين الثاني ٢٠١١ - العدد ٢١ - تصدر هذه النشرة على الموقع الإلكتروني: www.hopitalhaykel.com

الإرشادات الصحية والوقائية

ارتفاع ضغط الدم وأمراض تشحم الدم

الأفراد والمجتمعات في حماية البيئة

الصعوبات السلوكية والتعليمية عند الأطفال

الوقاية من تسوس الأسنان

زيادة الوزن والتغذية الخاطئة

عند الأطفال

كن هادي

تقوُّس العامود الفقري عند الأولاد والحقيبة المدرسية

حوادث السير والإسعافات الأولية

تعرف علينا

الوقاية والكشف المبكر عن بعض

الأمراض السرطانية

الحرائق: تجنب وقوعها وحسن التصرف

عند حدوثها

أمراض السكري وطرق الوقاية منه



Recycler c'est bien



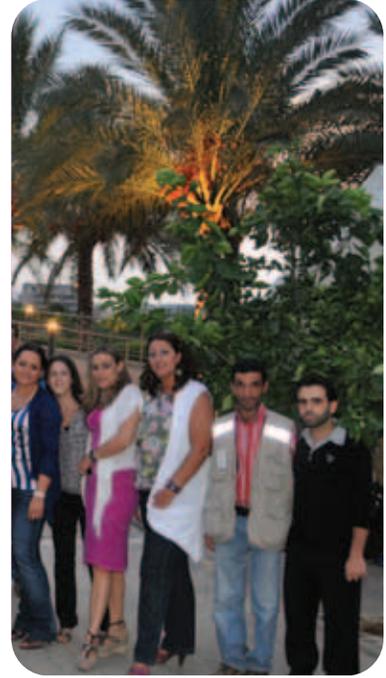
يؤمن مستشفى ألبير هيكل النقل المجاني للجميع.
خط السير: ساحة النور من وإلى المستشفى. الأوقات: كل نصف
ساعة من الساعة ٧ حتى ١ ظهرا ومن الساعة ٤ حتى ٧ مساءً.



Save Water... Safe Earth

Merry Christmas &
Happy New Year

2012

الإرشادات الصحية
والوقائية

بما أن موضوعي الثقافة الصحية وحماية البيئة هما من أهم المواضيع التي تشغل الدول والمجتمعات الغربية وبما أن أحد معايير تقدم المجتمعات هو مستوى الوعي الصحي لدى الأفراد، فنحن سعداء بمبادرتنا هذه التي تساهم بصورة مباشرة في تنمية الوعي الصحي لدى أفراد مجتمعنا.

لاقي الحدث مرة أخرى إعجاب وترحيب كبيرين من قبل المشاركين اللذين أكد لنا عددهم المتزايد سنة بعد أخرى، أن هذه الإرشادات التي نقدمها هي جزء أساسي ومهم من رسالتنا الصحية. بالإضافة إلى الإيجابيات التي عددناها، إن التنظيم والمشاركة في هذا الحدث ينعكسان على الفريق المشارك في التنظيم، إذ يسبحان بالخروج من نظام عمل محصور نوعاً ما داخل قسم واحد إلى تعاون كامل بين العاملين في عدة أقسام ومن تخصصات مختلفة وتنمي روح العمل الجماعي.

في النهاية لا بد من شكر جميع الأفراد اللذين ساهموا في إنجاح هذا الحدث من أطباء وفريق تقيضي، تقنيين وإداريين. ولا بد من توجيه شكر خاص إلى اللجنة المنظمة التي سهرت على تنظيم وإنجاح هذا الحدث: السيد سعيد حبيقة، السيدة مرلين سويف، السيدة مارلين السكاف، وبالطبع ركني الحدث الرئيسيين: السيدة نرمن نابلسي والأنسة جنان بكور.

ونختتم بقول من أقوال أحد الفلاسفة اللاتيني :

“Sénèque: “Un bien n'est agréable que si on le partage

د.نسرين بازرباشي
المدير الطبي

الإرشادات الصحية
والوقائية

لأننا نؤمن بدورنا الوقائي مع مجتمعنا وبيئتنا، أقامت مستشفى ألبير هيكل حدثها السنوي حول "الإرشادات الصحية والوقائية" والذي تم تنظيمه هذا العام في ٢٦ و٢٧ تشرين الأول في حديقة الملك فهد بالتعاون مع بلدية طرابلس.

حضر الحدث ما يفوق ال ٣٥٠٠ مشارك من مختلف الأعمار، أطفال مدارس، جمعيات، وأفراد. وقد فاق عدد المدارس المشاركة من رسمية وخاصة ال ٢٥ مدرسة. تطرق الحدث إلى مواضيع متعددة نذكر منها: الكشف المبكر والوقاية من بعض الأمراض السرطانية، مرض السكري وطرق الوقاية، إرتفاع ضغط الدم وأمراض شحم الدم، الصعوبات السلوكية والتعليمية عند الأطفال، حوادث السير والإسعافات الأولية، الوقاية من تسوس الأسنان، زيادة الوزن والتغذية الخاطئة عند الأطفال، تقوس العمود الفقري عند الأولاد والحقيبة المدرسية، الحرائق تجنب وقوعها وحسن التصرف عند حدوثها...

بالإضافة إلى كل تلك المواضيع التي تندرج ضمن الإرشادات الوقائية، تم التطرق وبشكل مفضل إلى دورنا كأفراد ومجتمعات في حماية بيئتنا التي تحيط بنا.



الكوليسترول، لكن ما يهمنا نوعين رئيسيين هما الكوليسترول منخفض الكثافة "LDL" والذي يطلق عليه الكوليسترول السيء وهو يقوم بالالتصاق على الطبقة الداخلية للشرايين المغذية للقلب، والكوليسترول عالي الكثافة "HDL" والذي يطلق عليه الكوليسترول الجيد وهو يمنع تراكم الكوليسترول الرديء على جدران شرايين القلب.

إن الزيادة الكبيرة في كمية الكوليسترول في الدم تؤدي إلى الإصابة بتصلب الشرايين "Atherosclerosis" وهو عبارة عن تسرب الكوليسترول والدهون في الشرايين مما فيها الشرايين التاجية للقلب "Coronary Arteries" وبالتالي تساهم في ضيقها وإنسدادها مما يسبب أمراض القلب.

إن ارتفاع الكوليسترول ليس له أعراض وعادةً ما يتم إكتشافه بعد الإصابة بأمراض القلب التاجية. إن أفضل الطرق لإكتشاف ارتفاع الكوليسترول في الدم هو القيام باختبار للدم لقياس نسبة الكوليسترول لأخذ الإحتياطات اللازمة لتحسين مستوى صحتك.

د. ربيع دندشي

أخصائي في أمراض القلب والشرايين



إرتفاع ضغط الدم وأمراض تشحم الدم

شارك في هذه الخيمة:

-القسم الطبي: د. بسام خوري، د. ربيع دندشي، د. فادي تركية،

د. جهاد قاضي ود. وليد خوري.

-القسم التمريضي: جمانة سمروط، مؤمن بدير، سارة مقصود ومحمود عمر.

-الشركة المساهمة: Pfizer

تم فحص ضغط الدم ومعدل الكوليسترول والتريغليسيريد "HDL" و"LDL" وإعطاء نصائح وقائية من قبل أطباء متخصصين في هذا المجال عن الموضوعين أعلاه مع توزيع مقالات علمية مختصة بضغط الدم ومضاعفاته بالإضافة إلى طرق الوقاية من أمراض تشحم الدم.

الكوليسترول... السبب الرئيسي لتصلب الشرايين وضيقها وإنسدادها

الكوليسترول هو عبارة عن مادة شمعية إرتبط إسمها بمرض تصلب الشرايين المغذية للقلب فهي مادة أساسية للعمليات الحيوية وتكوين الهرمونات داخل الجسم. يحصل الجسم على الكوليسترول عن طريق الغذاء (٢٥٪) أو بتصنيعه داخل الكبد (٧٥٪). هناك عدة أنواع من

الأفراد والمجتمعات في حماية البيئة



4

قسم التدريب المستمر

المحاضرات الداخلية:

- Formation sur Infection control, Quality system, waste management, Occupation health& safety, Fire Fighting.
- Gaz médicaux
- Accident Vasculaire cérébral
- New approaches in treating type 2 diabetes

المحاضرات الخارجية:

- EMMA 1st VNS therapy tech Meeting.
- Workshop 3M Sterilization and Biodiamond
- Oncology and Nursing
- AO Trauma advanced Course
- Nouveaux produits antiseptiques à base de Chlorhexidine
- Meeting, Development of training for Waste management

السيدة مارلين السكاف
مسؤول قسم التدريب المستمر

الأفراد والمجتمعات في حماية البيئة

شارك في هذه الخيمة مسؤول قسم إدارة النفايات إيمان عبدو، صفاحيدر، عبدالله ميقاتي، فاديا فرح، دحي يوسف وبرنا بركات.

تمّ عرض فيلم عن فرز النفايات وإعادة تصنيعها، التدوير والمواد التي يمكن تدويرها، مخاطر تراكم النفايات، معلومات عامة عن المواد التي تلوث البيئة، دور المستشفى في حماية البيئة، أهدافنا البيئية وكيف نساهم في حياتنا اليومية على المحافظة على البيئة. شارك التلاميذ بمباراة عن كيفية فرز النفايات من نفايات منزلية، بلاستيك، ورق، بطاريات، حبر ومعدّات إلكترونية وتمّ إعطاء للرابح نبتة صغيرة مدوّنة عليها "إزرعني ولا تقطعني". كان حدث مهم جداً بالنسبة لي، من خلاله أحسست بالمسؤولية تجاه دوري لإيصال رسالة ورؤية المستشفى في توعية الأفراد والمجتمعات في حماية البيئة من المخاطر الصحية وحماية الموارد الطبيعية من النفاذ أو الأذى. واتسمت أهمية الحدث بجعل العلاقة أمتن بين جميع الموظفين المشاركين.

إيمان عبدو
مسؤول قسم إدارة النفايات



الصعوبات السلوكية والتعليمية عند الأطفال

كان لفريق "XO" مشاركة ناشطة في يومي الوقاية لمستشفى هيكل تحت عنوان "الصعوبات السلوكية عند الأطفال". أخصائيو رينا مقبل والنطق ليلي دحدح وحنان فرنسيس، علاج النفس الحركي رينا مقبل والعلاج النفسي ميرا هاشم استقبلوا مجموعات من الأولاد وتناولوا مع كل مجموعة الإضطرابات النفسية وتأثيرها على حياة الولد ومدى أهمية هذا الموضوع على الوضع الدراسي، الإجتماعي والسلوكي لكل فرد منا. وقد تم إيصال الفكرة من خلال لعبة شارك فيها التلاميذ هدفها مساعدة كل واحد منهم على التفكير وبالتالي فهم شعوره وما ينتج عنه من صعوبات أو سلوك...

أما في ما يخص الأهالي فقد كانوا يتوجهون إلى الأخصائين لإستشارتهم في كل ما يختص بكل أنواع التأخر عند الأولاد وكيفية التشخيص المبكر والطرق المناسبة للعلاج. وتكمن أهمية هذه النشاطات أن بإمكانها تخفيف نسبة الصعوبات وكل أنواع التأخر عند الأطفال من خلال التوجيه والتدخل المبكر.

رينا مقبل

أخصائي علاج النفس الحركي



طرابلس مدينة خالية



من السيارات

"عينك عابينة" هي إحدى الشعارات التي تبناها هذا الحدث وبما أن مستشفانا من مبادئها "رعاية صحية بدون أذى" للمريض، للموظف، للزائر، للمجتمع وللبيئة كان لها دور في المشاركة بهذا الحدث لنشر التوعية البيئية بين المجتمع.

كانت تحتوي خيمة المستشفى صور عن الموارد الطبيعية الموجودة في لبنان بالإضافة إلى بعض النصائح البيئية ومستوعبات مخصصة لفرز النفايات.

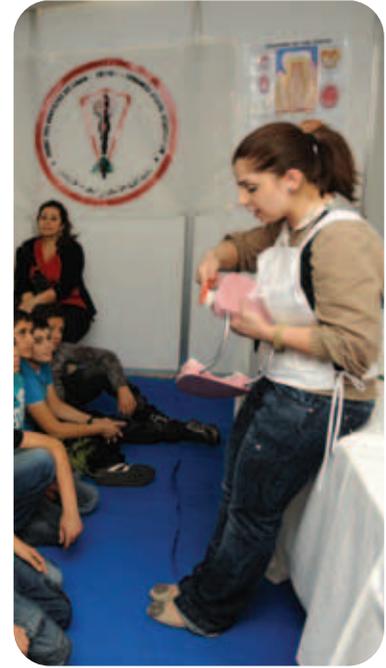
كذلك تم عرض محاضرة تضمنت المواضيع التالية: فرز النفايات، التدوير والمواد التي يمكن تدويرها، مخاطر تراكم النفايات، معلومات عامة عن المواد التي تلوث البيئة، دور المستشفى في حماية البيئة وأهدافنا البيئية وكيف نساهم في حياتنا اليومية في حماية البيئة.

إيمان عبود

مسؤول قسم إدارة النفايات



الوقاية من تسوس الأسنان



- إيصال مفهوم التوعية لأكبر شريحة من المجتمع، بشكل واضح ومبسط، عن أمراض الفم والأسنان الشائعة كتسوس الأسنان وإلتهاب اللثة. وتبقى أهمية زيارة طبيب الأسنان مرة كل ستة أشهر على الأقل من الأمور المهمة التي ينبغي أن يلتزم بها الفرد سواء قام بتنظيف أسنانه بالطريقة الصحيحة أم لا.

- بالإضافة إلى تكتيف التوعية الصحية بالنسبة للأطفال في مرحلة ما قبل سن الدراسة ومرحلة الدراسة مع التركيز على الجانب الوقائي.

- دون أن ننسى أهمية العناية بصحة الفم والأسنان للسيدات الحوامل، محاربة العادات السيئة وإيضاح أهمية التغذية السليمة لصحة الفم والأسنان.

د. بول نحاس

نقابة أطباء الأسنان في لبنان - طرابلس



يؤمن مستشفى ألبير هيكل النقل المجاني للجميع.
خط السير: ساحة النور من وإلى المستشفى. الأوقات: كل نصف ساعة من الساعة ٧ حتى ١ ظهراً ومن الساعة ٤ حتى ٧:٣٠ مساءً.

الوقاية من تسوس الأسنان

شارك في هذه الخيمة عدد كبير من أطباء الأسنان.
الشركة المساهمة: Sensodyne, Colgate

تم عرض فيلم مستمر لتعليم الأولاد الطريقة الصحيحة لتنظيف الأسنان بالفرشاة والخيط. شرح الأطباء بشكل مباشر كيفية التنظيف بإستعمال فك كبير وفرشاة كبيرة حيث أعطيت الفرصة للأولاد المشاركين تجربة التنظيف على أسنان إصطناعية. وقد تم توزيع فرشاة أسنان ومعجون لتنظيف الأسنان على كل الأولاد.

إن الإهتمام الذي توليه مستشفى هيكل سنوياً في مجال المحافظة على الأسنان وصحة الفم بالتعاون مع نقابة أطباء الأسنان في لبنان- طرابلس تهدف إلى:

- رفع مستوى الوعي الصحي لدى جميع أفراد المجتمع بأهمية المحافظة على سلامة صحة الفم والأسنان بصفة دائمة ومنتظمة عن طريق التعريف بالطرق المثلى للمحافظة عليها، وذلك بإزالة الطبقة التي تتكون على أسنان الإنسان يومياً، وهي الطبقة الرقيقة اللزجة المكونة من البكتيريا، والتي يتسبب إهمالها في حدوث الفجوات وإلتهاب اللثة وحتى فقدان الأسنان، الأمر الذي يحتم علينا يومياً تنظيف الأسنان والعناية بها.



زيادة الوزن والتغذية الخاطئة عند الأطفال

كن هادي



شارك فيها جمعية كن هادي لنشر الوعي حول السلامة على الطرق لجميع مستخدمي الطريق.

تمّ عرض للأطفال ما بين 5 و 10 سنوات من العمر محاضرات تضمنت كيفية عبور الطريق، السلوك في السيارة، السلوك في الحافلة المدرسية، كيفية قراءة علامات الطريق. كما تم توزيع النشرات لجميع المدارس في ثلاث لغات (العربية، الفرنسية والإنكليزية)، بالإضافة إلى كتاب التلوين للأطفال ما بين 5 و 10 سنوات من العمر.

تمّ عرض للطلاب الشباب (فوق 17 عاماً) فيلماً يوضّح أهداف الجمعية: السرعة، القيادة في حالة السكر، قيادة التعب، وضع الخوذة، إستعمال حزام الأمان، تجنّب إستعمال الهواتف الجوالة عند القيادة فضلاً عن توفير المزيد من النصائح للشباب حول كيفية تجنب مخاطر القيادة.

إستطاع المشاركون أن يختبروا بأنفسهم أهمية إرتداء حزام الأمان من خلال جهاز محاكاة المقعد "Simulation de vitesse".

تميزت مشاركتنا في خيمة "الوزن الزائد والتغذية الخاطئة عند الأطفال" بعرض كاريكاتوري مصوّر للأخطاء في النظام الغذائي للأطفال كما تبعه عرض بسيط للحلول. وتم الإستعان بالهرم الغذائي الخاص بالأطفال لشرح مكونات الصحن اليومي. بعد كل عرض، كانت تجري مباراة بسحب سؤال بالقرعة يتناول موضوع العرض بين فريقين، والفريق الراجح كان يحصل على أكواب الحمص.

في نهاية العرض حصل جميع الأهل والأولاد على كتيب مفصّل عن الوحدات الحرارية المناسبة لكل عمر وكيف يتم تقسيم الحمص الغذائية، مع شرح مصوّر للحمص.

كانت فرصة رائعة للمشاركة في هذا الحدث لأول مرة، خاصة التفاعل الحواري مع الأطفال وأسئلتهم التي فتحت لي مجال البحث عن مواضيع جديدة. من دون أن أنسى أن هذه الفرصة سمحت لي بالتعرّف على الموظفين العاملين في المستشفى.

وداد أيوبي
أخصائي التغذية



تقوس العامود الفقري عند الأولاد والحقيبة المدرسية

وبالحديث عن الحقيبة، فيجب أن تتوفر فيها المواصفات الصحية من ناحية الأحزمة، نوعيتها ووضعها على الظهر متبعين بعض التعليمات بما يختص بطريقة حملها، إعدادها وترتيبها. والملفت أنه كان هناك لجوء إلى الحقيبة ذات العجلات التي تساعد الأطفال على تحريكها من خلال الدفع أو السحب، إلا أنه لا بد من التنبيه إلى الوزن الكامل لهذا النوع من الحقائب (الحقيبة - القاعدة - العجلات - المقبض...). ختاماً، علينا أن نعمل على زيادة وعي أطفالنا للمحافظة على صحتهم وأن نرشدهم إلى العادات الصحية السليمة سواء في حمل الحقيبة أو كيفية الجلوس الصحي في المدرسة (موضوع السنة القادمة) لنكون مطمئنين على جيل المستقبل.

باتشينا صباغ فيداوي
أخصائي قسم العلاج الفيزيائي



الجندي المجهول

كان للجندي المجهول في المستشفى (قسم الصيانة) الدور الأهم في التحضيرات اللوجستية لهذا الحدث، حيث قام بالتعاون مع موظفي بلدية طرابلس بتأمين جميع المستلزمات لكل الخيم لتكون جاهزة لإستعاب الطلاب والمشاركين بأحسن مظهر. وعلى الرغم من الصعوبات والضغوطات التي تعرّض لها القسم خلال فترة التحضيرات، حيث كان على عاتقه مسؤولية تأمين الكهرباء والمعدّات لكل الخيم كما وكان عليه تأمين تواجد دائم لأفراده خلال اليومين لحلّ أي مشكلة تقنية قد تحصل، كان لا بد من ذكر أنهما كانا يومين ممتعين أثبتنا فيهما من جديد أننا الجندي المجهول الذي يمكن الإعتماد عليه في هكذا نشاطات.

م. أسامة الحايك
مدير قسم الهندسة والصيانة

تقوس العامود الفقري عند الأولاد والحقيبة المدرسية

شارك في هذه الخيمة مسؤول قسم العلاج الفيزيائي باتشينا صباغ وجاك شهدا.

لقد تمّ طرح موضوع مزار حمل الحقيبة المدرسية وأبرز المواصفات التي يجب أن تتوفر في هذه الحقيبة خلال الحملة التي أشرف عليها معالجين فيزيائيين متخصصين في هذا المجال. لقد تمّ إستقبال تلاميذ المدارس بشكلٍ مستمر خلال اليومين، فكان هناك تجاوب كبير ورغبة في المعرفة وإقبال كثيف من قبل هؤلاء التلاميذ كما تواجد الأهل في فترات ما بعد الظهر، حيث ركزنا على أهمية الدور الذي يجسدونه في توعية أطفالهم وتنبيههم لعدم التفاخر بعدد الكتب والحاجيات التي يحملونها. أما بالنسبة للمدرسة والمعلمات، فيمكنهم تقديم العون الأكبر لهؤلاء التلاميذ الصغار.



كما في كل حدث تقوم مستشفى هيكل بتنظيمه أو المشاركة به، كان لي كمسؤولة اللجنة الإجتماعية دوراً بارزاً في التنظيم والتحضير لهذا الحدث. فالمسؤولية تقع على عاتقنا كلجنة إجتماعية منذ البدء بالتحضير للحدث حتى وضع اللمسات الأخيرة عليه، حيث يعكس هكذا حدث صورة المستشفى ومدى مؤهلات موظفيها لتنظيم هكذا نشاط. وبالنسبة لهذا الحدث بالذات، لقد كان العمل ممتعاً جداً خاصةً إنها المرة الثالثة التي أشارك بالتنظيم، فقد ساهم معظم موظفي المستشفى في الحدث مما خلق جواً من التآلف والتقارب بين الموظفين الذي إنعكس إيجابياً على مستوى النشاط وجعله من أبرز النشاطات التي قمنا بها.

جنان بكور
رئيس اللجنة الإجتماعية



حوادث السير والإسعافات الأولية

شارك في هذه الخيمة فريق الصليب الأحمر اللبناني.

نشاطات إجتماعية

ضمن إطار الدعم الذي تقدمه إدارة مستشفى ألبير هيكل لتشجيع التلاميذ للإلتحاق بمهنة التمريض، قدمت الإدارة بعض المعدات والأجهزة "TV, DVD, Ecran, LCD, Computer, Mannequin..." إلى معهد التمريض للصليب الأحمر اللبناني- فرع طرابلس لتسهيل الشرح وكيفية التطبيق لرفع مستوى المهنة متمنين لإدارة المعهد دوام الصحة والعطاء والنجاح المستمر.

كريستين سويف
مدير القسم التمريضي



يؤمن مستشفى ألبير هيكل النقل المجاني للجميع.
خط السير: ساحة النور من وإلى المستشفى. الأوقات: كل نصف ساعة من الساعة ٧ حتى ١ ظهراً ومن الساعة ٤ حتى ٧ مساءً.



تعرف علينا



قسم العلاج الفيزيائي، البيئة... بالإضافة إلى بعض المقالات العلمية المتعلقة بالحدث.

هذا باختصار شديد ما تقدمه مستشفى ألبير هيكل للمواطن "خدمة صحية ذات جودة عالية وبيئة نظيفة"...

عبدالله ميقاتي

خيمة الألعاب

تضمنت هذه الخيمة ألعاب تعليمية وثقافية على الحاسوب عن التغذية والإسعافات الأولية والحوادث المنزلية. تم توزيع شهادات وعدة الإسعافات الأولية لكل ولد ربح في اللعبة. تم أخذ صور فورية تذكارية للصفوف للمشاركة.

إدارة مستشفى هيكل تتقدم بالشكر للمساهمين في الحدث:

Roche, Pfizer, Ebewe Pharma, Sensodyne, Colgate, Alfa Lab, Hikma, Minapharm Halabi, Dar El Dawa, Nutriben, Herbmед, Natrol.

كما نخص بالشكر:

- نقابة الأسنان في لبنان - طرابلس
- الصليب الاحمر اللبناني - فرع طرابلس
- جمعية كن هادي
- جمعية العزم والسعادة لتأمين وسائل النقل للمدارس الرسمية المشاركة
- بنك بيروت
- Nestlé

تعرف علينا

شارك فيها زينة مالك وعبدالله ميقاتي.

من ضمن النشاطات التي أقيمت خلال يومي الوقاية، كان لخيمة تعرف علينا دور هام بتعريف الزوار عن مستشفى ألبير هيكل وما تقدمه من خدمات صحية وبيئية للأفراد والمجتمع.

لقد كان دورنا في هذه الخيمة إستقبال الوفود من المدارس والأفراد وتعريفهم بالأقسام المختلفة في المستشفى وسياسة المستشفى العامة بما يتوافق مع حماية البيئة من خلال عرض فيديو كليب لمدة ١٠ دقائق تناول المواضيع التالية:

- من الطوارئ إلى الإنعاش (للبالغين والحديثي الولادة)
- من العمليات والتوليد إلى الجراحة والطبابة
- من قسم العلاج الكيميائي إلى الأقسام التي تعمل وراء الكواليس مثل الأشعة والمختبر.

ومستشفى ألبير هيكل دور هام في حماية البيئة من عمليات التدوير "Recyclage" إلى محطة تكرير المياه المبتدلة والأجهزة الخاصة للتخلص من النفايات العضوية.

بالإضافة إلى توزيع كتيبات تفسيرية وثقافية عن أقسام المستشفى: المختبر، بنك الدم، التصوير الشعاعي، لجنة مكافحة العدوى، الصيدلية،



الكشف المبكر ينقذ الحياة



ضمن حملة التوعية ضد سرطان الثدي المنظمة من قبل وزارة الصحة وكعادتها، تشارك مستشفى ألبير هيكل في هذه الحملة من بداية شهر تشرين الأول حتى نهاية العام ٢٠١١.

الوقاية والكشف المبكر عن بعض الأمراض السرطانية

شارك في هذه الخيمة:
القسم التمريضي: نسرين مصري ولينا عقل
الشركة المساهمة: Roche

لقد تمّ عرض محاضرات مختلفة عن أنواع سرطان الثدي، عنق الرحم، الإمعاء والبروستات. تضمنت هذه المحاضرات عوارض المرض وطرق الكشف المبكر. وقد قمنا بتحضير نوع خاص من المحاضرات تتوجه لطلاب المدارس حول طرق الوقاية الشاملة من مرض السرطان. قامت شركة "Roche" بإجراء فحص مجاني وفوري لإلتهاب الكبد "B,C" حيث وصل عدد المشاركين لـ ٨٠ خلال هذين اليومين.

ها هي التجربة الثانية التي أخوضها مع مستشفى ألبير هيكل في يوم الإرشادات الصحية والوقائية. أستطيع القول أن التحضير لهذا اليوم يزيدنا خبرةً في العمل والتوعية العامة وتوجه أكثر لتحقيق هدف الممرضة الوقائي وخاصةً في مرض السرطان. فقد توجهنا هذه السنة لطلاب المدارس حيث تمت المشاركة بشكل كبير وتفاعل تام مع المحاضرة الخاصة بهم. مما يؤكد حرصنا على التوعية لدى المراهقين والشباب لبناء مستقبل صحي وواعد. نسرين مصري حمزة

الحرائق: تجنب وقوعها



12

شكراً

تشكر إدارة الموارد البشرية كل من شارك في إنجاح هذا الحدث من: نرمين نابلسي، كريستين سوييف، جنان بكور، برنا بركات، صفا حيدر، زينة مالك، عبدالله ميقاتي، جمانة سمروط، ريم ياسين، محمود عمر، ليذا مناسا، ريتا زاخم، نسرین مصري، لينا عقل، مايا شامي، نسرین ملاط، فادي أدهمي، ميشلين شويفاقي، منال حبلص، رانيا دويدي، عبد الرحمن هارون، مريم أبي سعيد، سارة مقصود، إبراهيم عثمان، عبير بكري، أحمد ليلي، جورجينا أيوب، ميرابل نهرا، فراس حبلص، مبرنا المبر، راكيل شعار، مؤمن بدر، خضرالسعيد، سامر عبد الجليل، كاميللا بيطار، فرح هرموش، بشرى بيلوني، جنات أبي إسحق، سارة علم، كارول ديب، كارلا دنحا، إيمان عبود، سوزي نصار، رنا قدور، كريستان مطرق، رانيا عثمان، منى دويهي، منذر مرعوش، صفا قاسم، نظام حصني، موريال خوري، و داد أيوبي، باتشينا صباغ، جاك شهدها، فاضل ملاح، فاديا فرح، حسام أسعد، وسيم حمزة، شربل عيد، هنادي طالب، جهاد فوال، فرجالله عبد، جميلة فاضل، جورجيت متلج، رانية سمروط، رانية حسون. كما نشكر قسم المشتريات، قسم التنظيفات وفريق الصيانة المؤلف من متري لوقا، أسامة الحايك، زياد دونا، محمد المبر، عبد الرزاق المصري، عطية الجبيلي وعيسى نصر.

السيدة مارلين السكاف
مدير قسم الموارد البشرية

الحرائق: تجنب وقوعها وحسن التصرف عند حدوثها

بمساهمة الدفاع المدني، قدّم السيد علي موسى عدة محاضرات عن كيفية إطفاء الحرائق وتجنب وقوعها والأدوات التي يمكن إستعمالها من قبل أفراد المجتمع وفريق الدفاع المدني. كما تمّ عرض فيلم يفيد جميع الأفراد عن طرق التصرف في حال إندلاع حريق في المطبخ أو المنزل. كما ذكر خلال المحاضرات التي ألقاها كيفية اللجوء عند حدوث زلزال.

والملفت كان وجود بعض الأدوات الواقية من الحرائق كالخوذة، القفازات، المطافئ، البذلة الخاصة بطاقم الدفاع المدني وغيرها حيث تم تجربة هذه الأدوات من قبل الطلاب المشاركين الذين لاحظوا أهمية إستعمالها في عملية إخماد الحرائق والوقاية منها في بعض الاحيان.





إن المراقبة الصحيحة لمرض السكري مع مراقبة الضغط والفحوصات الدورية لشبكة العين وزلال البول والدهنيات والكوليسترول في الدم تعتبر مهمة جداً، لتجنب خطورة مضاعفات مرض السكري. في حال الضرورة هناك إمكانية لمراقبة السكري في الدم طوال ٢٤ ساعة بواسطة جهاز خاص مثل جهاز مراقبة ضربات القلب "CGMS".

د. هشام الناظر

أخصائي أمراض الغدد والسكري والريجيم

أمراض السكري وطرق الوقاية منه

شارك في هذه الخيمة:

-القسم الطبي: د. هشام الناظر

-القسم التمريضي: ليذا مينا، ريتا زاحم

-الشركة المساهمة: Roche Accucheck, Minapharm Halabi

تجربة ممرضة مشاركة

ها هي التجربة الثانية التي أخوضها مع مستشفى ألبير هيكل في يوم الإرشادات الصحية والوقائية. أستطيع القول أن التحضير لهذا اليوم يزيدنا خبرةً في العمل والتوعية العامة ونتوجه أكثر لتحقيق هدف الممرضة الوقائي وخاصةً في مرض السرطان. فقد توجهنا هذه السنة لطلاب المدارس حيث تمت المشاركة بشكل كبير وتفاعل تام مع المحاضرة الخاصة بهم. مما يؤكد حرصنا على التوعية لدى المراهقين والشباب لبناء مستقبل صحي وواعد.

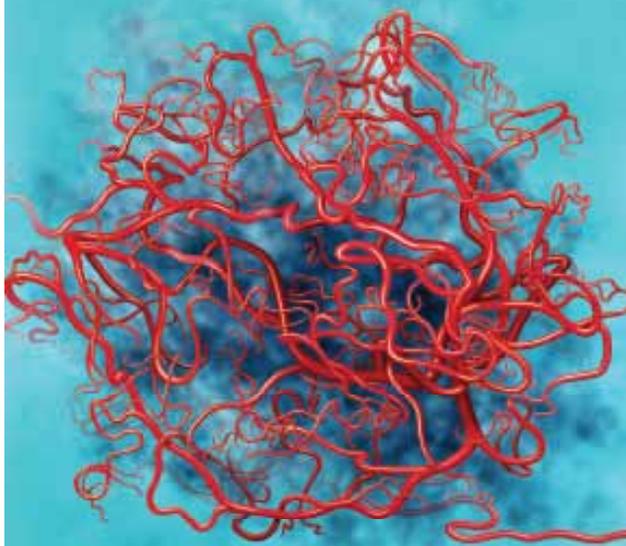
نسرين مصري حمزة
مسؤول قسم العلاج الكيميائي

مرض السكري مرض مزمن ومنتشر في العالم وهو في ازدياد مستمر والسبب في ذلك كثرة معدّل السمّنة وقلة الحركة والرياضة. هذا المرض يصيب جميع الأعمار. تمّ فحص معدّل السكري في الدم والمعينة من قبل الطبيب بالإضافة إلى التنويه عن العوامل الغذائية والسلوكية التي تعرّض الأشخاص لمرض السكري. كما تمّ إعطاء مقالات علمية متخصصة بالوقاية من مرض السكري والإرشادات لتجنب الوصول إلى مضاعفات كالتالية:

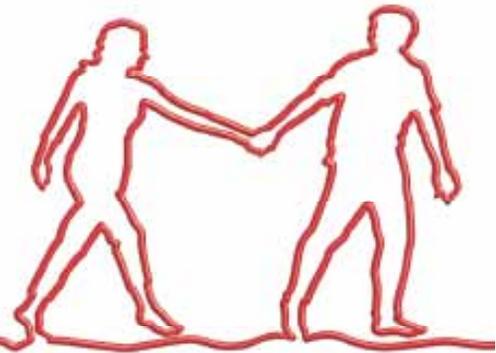
- إصابة الشرايين الصغيرة مما يؤدي إلى إصابة شبكة العين والكلية.
- إصابة الشرايين الكبيرة مما يؤدي إلى تصلّب الشرايين والتعرّض إلى ارتفاع الضغط (ضغط الدم).
- إصابة شرايين الأطراف، خطورة الالتهابات في القدمين وخطورة بترهم.
- إصابة أعصاب الجسم مما يؤدي إلى الأوجاع الأليمة في الأطراف مع فقدان الإحساس بالأطراف.



Control angiogenesis



Avastin first-line in metastatic CRC:
High Overall Response Rate achievable
in patients with unresectable liver-only
metastases¹



Extend survival

78% Overall Response Rate achieved in patients
with liver-only metastases¹

40% of patients with initially unresectable
metastases became eligible for curative surgery¹

ABBREVIATED PRESCRIBING INFORMATION

Refer to Avastin prescribing information (PI) for full prescribing information.
AVASTIN® (bevacizumab) 250mg/ml concentrate is for solution for injection (a) solution. Indication: In combination with fluorouracil 5-FU (as a 5-FU/leucovorin (5-FU/Lev) or intravenous 5-FU/Lev) for first-line treatment of patients with metastatic carcinoma of the colon or rectum. In combination with paclitaxel for first-line treatment of metastatic breast cancer. In addition to platinum-based chemotherapy for first-line treatment of unresectable adenocarcinoma of the stomach or gastroesophageal junction. In combination with irinotecan and fluorouracil for first-line treatment of patients with advanced and/or metastatic renal cell cancer. For glioblastoma, progressive disease following prior therapy, as a single agent or in combination with irinotecan chemotherapy. Dosage and Administration: Single use vials (250mg/ml) bevacizumab are 100mg/4ml or 400mg/16ml. Preclinical experience in intratumoral, intraperitoneal, intravenous and intravitreal administration. Recommended dose: Colorectal cancer: 5mg/kg every 14 days; Breast cancer: 10mg/kg every 2 weeks or 15mg/kg every 2 weeks; Lung cancer: 7.5mg/kg or 15mg/kg every 3 weeks in addition to platinum-based chemotherapy for up to 6 cycles, then as maintenance. Continue Avastin until progression of underlying disease. Renal cancer: 10mg/kg every 2 weeks. Administration: Initial dose: 90 minute IV infusion; second dose: 60 minute IV infusion. If initial dose well tolerated, subsequent doses: 20 minute IV infusion. If second dose well tolerated, initial dose given after chemotherapy and all subsequent doses either before or after chemotherapy. Dose reduction for adverse events not recommended. If indicated, therapy should either be discontinued or temporarily suspended. Do not administer as IV push or bolus or mix with glucose. Not recommended for use in children or adolescents. No dose adjustment in the elderly. Contraindications: Hypersensitivity to bevacizumab, Chinese hamster ovary cell products, recombinant human or hamster antibodies or any excipients. Pregnancy: Unknown CNS metastases. Precautions: Increased risk of gastrointestinal (GI) perforation when receiving Avastin. Intra-abdominal inflammatory process may cause increased risk in metastatic colorectal cancer patients; permanently dis-

continue in patients developing GI perforation. Increased risk of fistulae; permanently discontinue in toxic colitis or any Grade 4 fistula, consider discontinuation in non-GI fistula. May affect wound healing; do not initiate for at least 28 days following major surgery or until surgical wound has healed; withhold for elective surgery or wound healing complications. Hypertension; control pre-existing hypertension prior to treatment initiation. Discontinue if severe or unresponsive to treatment. Monitor blood pressure during therapy and treat as per ICH-7. Permanently discontinue if medically significant hypertension remains uncontrolled or for hypertension-related angiopathy. Severe bleeds: Posterior Leukoencephalopathy Syndrome (PLS); should PLS develop, confirm by imaging, treat symptoms and discontinue Avastin. PLS signs include: seizures, headache, altered mental status, visual disturbance or cortical blindness with/without associated hypertension. Risk of proteinuria; test prior to treatment and monitor by dipstick analysis before and during treatment. Permanently discontinue if Grade 4 proteinuria (nephrotic syndrome) develops. Risk of arterial thromboembolism including cerebrovascular, peripheral vascular and myocardial infarction, especially if prior history or over 65 years. Permanently discontinue in patients developing arterial thromboembolic events. Risk of venous thromboembolism including pulmonary embolism, Grade 4 pulmonary embolism and deep vein thrombosis. Risk of hemorrhage, especially tumor-associated hemorrhage; discontinue permanently if Grade 3/4 bleeding. Caution in patients with congenital bleeding disorders, acquired coagulopathy or those taking anticoagulants for thromboembolism. Risk of serious/fatal pulmonary hemorrhage/hemoptysis in non-small cell lung cancer; do not use unless recent significant pulmonary hemorrhage/hemoptysis (≥2.5 ml of red blood). Risk of congestive heart failure (CHF); caution in patients with clinically significant cardiovascular disease or pre-existing congestive heart failure. Increased risk of sinus (bacterial) meningitis, or infections (including some fatal) with severe neutropenia. In combination with myelosuppressive chemotherapy. Drug interactions: No clinically relevant interactions with 5-FU, capecitabine, paclitaxel, irinotecan and epirubicin. Patients developing severe diarrhea,

leucopenia or neutropenia during combination therapy with irinotecan should undergo irinotecan dose modifications. Refer to irinotecan PI. Safety and efficacy with concomitant radiotherapy not established. Pregnancy and Lactation: Contraindicated in pregnancy. No data on use in pregnant women may inhibit fetal angiogenesis. Women of childbearing potential must use effective contraception during treatment and for 6 months after last dose. Discontinue breast-feeding during treatment and for 6 months after last Avastin dose. Side-effects and Adverse Reactions: For full listing please refer to the Avastin PI. Grade 3-5 reactions, very common: Leucopenia, thrombocytopenia and neutropenia. Peripheral sensory neuropathy. Hypertension, diarrhea, nausea, vomiting, fatigue, edema, Grade 2-5 reactions, common: Fatigue, neutropenia, anemia, sepsis, alopecia, infection, constipation, cerebrovascular accident, syncope, thrombosis, headache, hypoxemia, arthralgia, congestive heart failure, arterial thromboembolism, deep vein thrombosis, hemiparesis, including pulmonary hemorrhage, pulmonary embolism, dyspnea, hypoxia, epistaxis, ileus, ileal ileal perforation and obstruction, abdominal pain, GI disorder, pulmonary embolism, pulmonary hypertension, muscular weakness, proteinuria, urinary tract infection, pain, fatigue, GI fistula, serious reactions (see contraindications). Rare but life-threatening events: Posterior Leukoencephalopathy Syndrome (PLS) with or without associated hypertension. All grade reactions, very common: Wound healing delay. Venous thromboembolism, anemia, dyspnea, eye disorder. Hypertension (may result in discontinuation; generally adequately controlled with oral antihypertensives), epistaxis, facial hemorrhage, dyspnea, thrombosis, constipation, stomatitis, edematous dermatitis, dry skin, site discoloration, proteinuria, pyrexia, arthritis, pain. Any of the above may become serious. Patients over 65 years increased risk of Grade 3/4 leucopenia and thrombocytopenia, and all grade neutropenia, nausea, headache, diarrhea, fatigue, or arterial thromboembolic events. Laboratory abnormalities - refer to PI. Slowly is a weak irritant (2°C-8°C). Keep the vial in its outer carton to protect the contents from light. Do not freeze. Do not shake. This medicinal product must not be used after the expiry date (EXP) shown on the box. Prepared November 2010.

Reference: 1. Wong, et al. Annals of Oncology, 2011 doi:10.1093/annonc/mdq714

Full prescribing information is available on request.

In case of any adverse event occurring with AVASTIN®, please forward details to fax number: 00961-1-613913

Hoffmann-La Roche Ltd.
14th Floor, Block B
Sodeco Square
Beirut - Lebanon

14.06.10.008.00.11





نهني بزواج

مايا الشامي ومازن الشامي
سمر الخير وسعيد جريج
ريان اسلامبولي وعبد الله الزعبي

نهني بخطوبة

م. أسامة الحايك وفاطمة مطر
محمد المير ورائيا سمروط
بلال عطية وسارة رستم
مصطفى سماك ورشا شاكيش

السيدة مارلين السكاف
مدير قسم الموارد البشرية



نهني بولادة

ميرا هاشم وشريف علماوي بطفلهما تالا
رولا سمعان وأنور ناهوم بطفلهما شربل
نادين صليبا وطوني طويل بطفلهما
جيوفاي
أمين أبو عودة وميساء غنيم بطفلهما يارا
منى العلي وقاسم أيوبي بطفلهما فاطمة
إيمان عبدو وأسامة المصطفى بطفلهما آدم
د.جان كلود شهلا وجوزيان طنوس
بطفلهما طوني

لمن يهمه الأمر
تأمين عناية تمريضية منزلية
السيدة دلالة برازي
رقم الهاتف: ٠٣٣٠٤٦٩٢



نرحب بالمووظفين الكرام

ليال السيد في قسم الأطفال
جانيت ابي اسحاق في قسم الطفالات
بهيج حلواني في قسم المطبخ
فرح قرحاني في قسم الجراحة
بشرى بيلوني في قسم الصحة
سلام درويش في قسم الصحة
صونيا طريبه في قسم الطوارئ
وفاء أيوبي في قسم المطبخ
وثام أيوبي في قسم العناية الفائقة
ساندي شلفون في قسم عناية حديثي
الولادة
ريما ياسين في قسم التوليد
سعاد حسني في قسم التوليد

Sponsor:



Agency:

Robert Zabliith
Graphic & Multimedia
03 079570

رئيس التحرير: الأنسة جنان بكور
Haykalieh P.O.Box: 371
Tripoli- Lebanon
Tel: +961 6 411 111
Fax: +961 6 411 112
www.hopitalhaykel.com
email: rc@hopitalhaykel.com

النشرة الفصلية

تشرين الثاني ٢٠١١

العدد ٢١

تصدر هذه النشرة على الموقع الإلكتروني:

www.hopitalhaykel.com