



نشرة مستشفى ألبير هيكل

Journal de l'Hôpital Albert Haykel

تصدره النشرة على الموقع الإلكتروني www.hopitalhaykel.com

ما وراء الجدران



في سنة ١٨٩١، وعن طريق الصدفة إكتشف في Roentgen أشعة X التي أحدثت ثورة في عالم الطب والعلوم. وبعد ذلك تم إكتشاف التنظير الشعاعي (Fluoroscopy) لإحداث صورة واقعية مستمرة وكان ذلك بفضل جهود فيزيائي إيطالي الجنسية.

وفي سنة ١٩٧١ في لندن تم إختراع التصوير الطبقي المحوري على يد Hounsfield الذي إستحق جائزة نوبل للعلوم والطب على هذا الإختراع. أما التصوير الطبقي المحوري هو عبارة عن إستعمال مزيج لأشعة X والحاسوب الآلي. فخلال ٢٥١ السنة الماضية تم تحسين التصوير الطبقي المحوري على عدة أصعدة ومنها السرعة وجودة الصورة فإن الأجهزة الجديدة تتحناصراً متازة وبذلك تسهل علينا التشخيص. إن الهدف الأساسي في قسم التصوير الشعاعي هو الوصول إلى التشخيص بأعلى دقة وذلك لمح المريض أحسن وأعلى وأجود خدمة طبية.

لهذه الأسباب كانت خطة مستشفى ألبير هيكل إعطاء الأولوية لتجهيز قسم الأشعة كما غيره من الأقسام الطبية والجراحية بأحسن وأهم التجهيزات. وها نحن اليوم في قسم الأشعة نفتح القسم الجديد الذي يضم التصوير الطبقي المحوري للتعدد الشرائح (Multidetector CT Scan) والتصوير الشعاعي الرقمي (Digital X-Ray).

إن التصوير الرقمي يعطي صوراً أكثر دقة هذه الصور يمكن معالجتها إلكترونياً للحصول على نوعية أفضل إنها تمكننا من القيام بكل الفحوصات الروتينية للجهاز الهضمي والمسالك البولية باستخدام صبغة ملونة، مثل تصوير للعدة والقرية. تصوير الأمعاء الدقيقة والغليظة لا سيما عند الأطفال. كما تمكننا من تصوير الأوردة والشرايين.

في ما يخص التصوير الطبقي المحوري متعدد الشرائح. إنه أول Scanner من هذا النوع في لبنان الشمالي. إذ يقدم خدمات مهمة جداً للأطباء والمرضى على حد سواء ويمكننا من إجراء الفحوصات بوقت أقل مما يقبل وقت قطع التنفس لدى المريض. كما إنه يحسن دقة وجودة الصورة ويمكننا من رؤية جميع أجزاء الجسم بطريقة ثلاثية الأبعاد (3D).

كل هذا يسهل عملية تصوير الأطفال والمرضى ذوي الحالات الحرجة والمسنين كما يشرح التشخيص لدى المرضى المسابين بحوادث (Major Trauma).

إنه يقدم لنا إمكانية إجراء فحوصات لهم يكن بالمقدور إجراؤها على الأجهزة العادية مثلاً: تصوير ثلاثي الأبعاد للشرايين (3D CT Angiography).

تصوير الأمعاء الدقيقة والمسالك البولية بتقنية عالية (CT Enterography - CT Urography) مما يخولنا على سبيل المثال لا الحصر من رؤية وتشخيص الأورام الصغيرة في المسالك البولية والتي تصل إلى مليميتر واحد. كل ما سبق هو تقدم مقتضب جداً لما يمكن لهذه التقنية الجديدة من أن تمنحنا إتهام للمريض والفرق الطبقي على حد سواء.

دكتور شيرين ضناوي
أخصائي تصوير شعاعي

الإرشادات الصحية والوقائية
على مدار يومين

هل أنت أب؟
الديوقوبيا

إسأل واستفسر ونحن نجيب

خصبر المرأة الحامل
إغليات الإسططاعية
Ce qu'il faut savoir sur
l'art-thérapie

يوم البيئة العالي
تعرف على مهنتي

يوم للمرضى العالي
شوج حديدنا
الموسيقى تساعد على
التخفيف من المرض

L'art de la médecine
c'est de distraire le
malade pendant que la
nature le guérit.
- Voltaire -

يؤمن للمستشفى النقل المجاني
للجميع. خط السير:
ساحة النور من وإلى المستشفى
الإوقات: كل نصف ساعة
إبتداء من ٧:٣٠ لغاية ١٩:٣٠



Recycler c'est bien



مستشفى ألبير هيكل الإرشادات الصحية والوقائية على مدار يومين

الوقاية والكشف المبكر عن بعض الأمراض السرطانية
ارتفاع ضغط الدم وأمراض تشحم الدم
الصعوبات السلوكية والتعليمية عند الأطفال
حوادث السير والإسعافات الأولية
أمراض السكري وزيادة الوزن
الوقاية من تسوس الأسنان
ترقق العظم وقاية وعلاج



١٤ و ١٥ أيار ٢٠٠٩ من الساعة ٩ صباحا حتى ٦ مساء

مستشفى ألبير هيكل
الوقاية كل يومين
الأوقات: ٩ صباحاً - ٦ مساءً

هل تعلم أن هناك بعض أنواع سرطان يمكن
كشفها مبكراً مثل سرطان الثدي، عنق الرحم،
البروستات، الممران الغليظ (الكولون)؟



هل تعلم أن سبعة من أربعة ورجل من خمسة
معرضون للإصابة بمرض ترقق العظم؟ هل
تعلم بأن هذا المرض صامت ويمكن أن لا
يكون له عوارض قبل الكسور؟



تسوس الأسنان هو أحد المشاكل الصحية
التي تصيب الشعوب أجمع لدرجة أنه صنف
بالوبئة الرابع عالمياً من حيث إنتشاره.



هل تعلم أن حوادث السير تشكل السبب
الأول للوفاة عند الشباب وأن الحوادث
العنصرية تشكل السبب الأول للوفاة عند
الأطفال؟



عدة عوامل تساهم في ازدياد نسبة التشحم
وارتفاع ضغط الدم: كالنظام الغذائي، التدخين،
الوزن الزائد، أمراض السكري وغيرها. تعرف
عليها وعلى طرق الوقاية والعلاج لتحصي نفسك.



صعوبات الأولاد: كيف ونبيش؟ هل أنت أم، أم،
مربي أو معلم؟ هل تعاني من مشاكل مع ولدك
على الصعيد الدراسي، العلائقي، السلوكي،
العائلي، التواصل، الإجتماعي أو العائلي؟



تعرف على أخطائك الغذائية وقيم مع أخصائين
عوامل الخطر بالنسبة إليك والإرشادات التي
تساعدك على تخفيف الوزن أو حماية نفسك من
أمراض السمنة والسكري.



لأننا نؤمن بدورنا الوقائي مع مجتمعنا وبيئتنا...

شارك معنا

الديموفوبيا (Demophobia)

نسمع عن الكولوستروفوبيا لكن هل تعلم ما هي الديموفوبيا؟

إن مرض ديموفوبيا

(Demophobia)، المشتقة

تسميته من كلمتين باللغة

اليونانية "ديموس" أي الأناض

و"فوبوس" أي الخوف، هو الشعور

بالخوف من الحشود والجماعهر.

يعنى آخر فإن المصاب به يشعر

وكان أحدهم بلاحفه لدى تواجده

في الأماكن المأهولة وسوسط

أشخاص براهم للمرة الأولى.

تتمثل أعراض مرض "ديموفوبيا"

في الخوف من الوت وتسارع

نبضات القلب والتعرق وقلة

التنفس وتدميم نوبة الخوف بين

دقيقة وعضر دقائق مع ذلك فإن

هناك تقنية علاجية فعالة

للتحكم بالتنفس.

في هذا المصدر ينصح الأطباء

مرضاهم باتباع دروس خاصة

لتعلم كيفية التحكم

بتنفسهم أثناء الإصابة بنوبة

الخوف المفاجئة ويمكن معالجة

حالات هذا المرض عن طريق

جلسات علاجية نفسية وإرناكية

وسلوكية. أما إذا أدى هذا المرض

إلى نوبات متكررة من الخوف فإن

الطبيب عليه توجيه المريض إلى

العلاج بالأدوية التي تهدف إلى

تنظيم معدلات "السيروتونين"

و"النورادرينالين".



هل أنت أب؟

عندما يضطر الأب أو يختار العمل في الخارج فإنما يتوهى بذلك تأمين مستوى عيش رفيع لعائلته ومستقبل واعد لأولاده، يختار مرارة الغربة ويضحي بسعادة مرافقتهم في جميع مراحل نوههم. ولكن ماذا عن العلاقة فيما بينهم؟ كيف يمكن أن يحافظ على "وهنئه" كأب؟ وكيف يمكن أن يحافظ على العلاقة الطبيعية الممكنة بينه وبين أولاده؟

إن ذلك الواقع وطبيعة العيش يمكن أن تحو صورة الأب "الخبثيقي" من عقل الولد عندما يقوم أحد الألفارب. عم أو خال. إلى جانب الأم. يلعب دور الأب الذي يفرض إحترامه وسلطته على الأولاد. إن ذلك الواقع يعذب الأب بشكل لا يوصف. إذ إن أولاده في تلك الحالة لا يرون فيه إلا الصديق الذي يلعب ويتزته ويتسلى معهم. إن حرارة اللغواء لا تعوض أبداً من منعة العيش معهم. فكلما نما الولد يمكن أن يتعد عن والده فتتحول العلاقة بينهما علاقة من والي بولده إلى علاقة بين صديقين.

وتصبح في غالب الأحيان علاقة سطحية حتى لو كانت إيجابية خالية من النزاعات. ما يجعل الأب ينحصر على ذلك الواقع. وإلى جانب حسرته على الحياة بجانب أولاده لا يمكن أن تنسى النفس الذي يحسه نتيجة بعده عن اقترن بها رغبة إرضاء حياته معها ومشاركتها كل مراحل الحياة هل يمكن تصور حجم إقتفاده إياها وحاجته إليها؟

كيف يمكن التعويض ومعالجة هذه الحالة؟

إن بذل الزوجين بعض الجهد يمكن أن يعوض جزءاً مهماً من هذا الفراغ وهذا الواقع الأليم. وللاب المهاجر في المرتبة الأولى. فكلما كبر هذا الجهد زادت معه المخطوط في عيش علاقة سليمة بين هذا الأب وأولاده. وأهم ما يمكن إقتراحه في هذا المجال:

-التشابرة على الإتصالات اليومية وبشكل مستمر وفعال بحيث يشارك الأب الأم في الإهتمام بأولاده ونوهمهم. وبعبارة أخرى في تربيتهم. وهذا الأمر أصبح أكثر سهولة اليوم بعد توفر وسائل الإتصال. وخصوصاً الإنترنت. حيث أصبح بالإمكان الإتصال بالصورة والصوت. والصوت خصوصاً أمر مهم جداً في هذا الإطار.

-محاولة الأب تكتيف الزيارات إلى عائلته. وخصوصاً في إجازات الأعياد.

-عدم محاولة التعويض بإرسال الهدايا إذا لم يكن هناك ضرورة أو مناسبة لذلك. وذلك لكي يفهم ويعي الولد أن العلاقة ليست مرهونة بالهدايا والهدايا.

-لا يجب تشجيع الولد أو مكافأته عبر الهاتف أو الإنترنت مجرد التعبير له عن الحب. يمكن إعتقاد هذه الوسائل عند الضرورة فقط -استفتاء المعلومات عن الأولاد كلها من الأم وذلك لكي يحس الولد أن الوالد مهتم به ويتابع جميع أعماله.

-أهم شيء هو أن يعرف الولد من أبيه سبب وهدف عمله في الخارج. من دون أن يجعله يشعر بالذنب. أي أن الأب سافر من أجله ولكي يؤمن حياة أفضل لعائلة. بل بالعكس يجب أن يشعر بسعادة الأب لتوفر هذه الإمكانيات.

الأ نرى أن تضحية الأم وتفانيها يكتملان بتضحية الأب وتفانيه.

فإلى كل أب. كل عام وأنت بخيرا



الأستاذة ميرا هاشم
أخصائية علم النفس العيادي

يؤمن المستشفى النفل الخاسي
للمجميع خط المسير
ساحة النور من وإلى المستشفى
الأوقات: كل نصف ساعة
إبتداء من ٧:٣٠ لغاية ١٩:٣٠

إسأل واستفسر ونحن نجيب



■ إدارة المخاطر وسلامة المريض في المستشفى نظام اعتماد أم أسس عمل؟
تؤكد الإحصاءات العالمية على أن المريض يتعرض في خلال وجوده في المستشفى إلى مخاطر متعددة. بعضها يمكن أن يؤدي إلى عاهات دائمة أو حتى إلى الموت.

■ ماذا يمكن أن تكون هذه المخاطر، ماذا يعني الإهتمام بسلامة المريض في المستشفى؟
لا يعني وجود مخاطر أو حصول مضاعفات خلال تواجد المريض في المستشفى وتلقيه العلاج أن هناك خطأ طبي أو أن الطاقم العلاج لا يؤدي عمله كما يجب. بل يمكن أن يكون الخطر غير مرتبط أصلاً بال علاج كوقوع مريض عن سريره أثناء النوم!!!

إذا كنا نسمع بوجود مخاطر يتم إحصاؤها عالمياً، ذلك لا يعني أن المريض في عصرنا هو معرض لمخاطر أكثر من السابق. ولناخذ مثلاً على ذلك حوادث السير؛ إننا نسمع أكثر وأكثر عن إصابات حوادث السير وسلامة السائقين ذلك عائد إلى سببين:

الأول هو إزدياد نسبة سفنني وسائفي السيارات والثاني الإهتمام الكبير الذي توليه الدول والجمعيات والشركات للصناعة للسيارات لقواعد السلامة داخلها؛ استخدام معادن تمتص الصدمات وجود "Airbag" بأماكن متعددة داخل السيارة لدرجة أن أحد النقاط الأساسية التي يتم على أساسها تقييم السيارات هي "علامة النجاح في فحص الصدمات المتعمدة قبل وضعها في الأسواق".

نرى من كل ذلك، أن موضوع السلامة أصبح موضوعاً عالمياً لا نستطيع كمقدمي خدمة صحية إلا الإلتزام به ووضع الخطط والبرامج اللازمة لتحسين نوعيته والإهتمام به.

■ ماذا نفعل حالياً من أجل الحفاظ على سلامة المريض داخل مستشفىنا:

الترنما ومنذ عام ٢٠٠٧ بالبدأ العالمي: "Do no harm" وبدأنا بعدها بوضع "سلامة المريض" كهدف أساسي في نظرتنا الصحية. يتم ذلك فعلياً بإشراك جميع العاملين في الأقسام بإحصاء المخاطر التي يمكن أن يتعرض لها المريض خلال إقامته في قسم ما. ومن ثم بوضع الخطط الوقائية لتجنب حصول هذه المخاطر. كلنا معني بهذا الموضوع وتتساعد معاً للحفاظ على سلامة المريض داخل مستشفىنا.

■ السؤال الأخير الذي يطرح نفسه: هل يعتبر المريض أو مثلي الختمة الصحية أنه مسؤول في الحفاظ على سلامته وما هو دوره وهل يساعدنا في ذلك؟

د نسرين بازبائلي
المدير الطبي

المحاضرات الداخلية

- 1- Produits de désinfection
 - 2- Journée de formation obligatoire
 - Fire safety
 - Qualité
 - CPR
 - Waste management
 - Infection control
 - Occupational health and safety
 - Patient safety
- 3- VNI (Ventilation non invasive)

المحاضرات الخارجية

- 1-Electrical Hazard
- 2-Thérapie cognitive-comportementale
- 3-Aproche multidisciplinaire de douleur
- 4-Neuropsychologie des troubles d'apprentissage

الصحة هيوى بركات نوراني
مسؤول قسم التدريب المستمر



عندك سؤال محير؟
صحي أو علمي؟
نشرنا مستعدة
مطلوب منك بش:
تكتب سؤالك وتخلوا
بالصندوق في مدخل
المستشفى.

Got something to say?
rc@hopitalhaykel.com

أنت فرد من عائلتنا...

مبروك



في ١٢ آذار من كل عام يحتفل لبنان بعيد الأم عيد التضحية والوفاء عيد أجدادنا وكيف لا وهي الأم التي تعطي من روحها ومن ذاتها ومن جسدها وتضحى بنفسها لأجل سعادة أولادها. هي الشمس التي تضيء في ظلمات الليل الخالك. هذه الأم الملائمة المضحية لها من حيناً واحداً وتقديرنا وهذا المثل خير دليل على ذلك: "المرأة التي تهز السرير بميمتها تهب العالم بمسارها".

ونحن في مستشفى البشير هيكل لا ننسى أن نحتفل بهذا العيد وأيضاً بعيد الطفل فهما جزوان لا ينفصلان **فكل عام وأنتم بخير.**

كما احتفل أطباء ومرضات
قسم الأطفال بعيد
الطفل على طريفته وتم
توزيع لهم الهدايا.



عيد المريض:

عيد المريض الضعيف للكسور
المنح الجواب على كل واحد منا أن
نهتم به نواسبه لخفف عنه
نحيت خاطره وآلامه ونعقده إلى
الأمام ليبر للمستقبل بعين مليئة
بالفرح والتفاؤل والأمل ويقو هاتين
وتمشيق وأجيرا إليك لها المريض
شفاقة عاجلاً وحياة رغيدة ملؤها
السعادة والصحة والهناء ومن هنا
والإضافة البسمة على وجوههم
تلاميذ مدرسة الفرير رده الكورة أتوا
إلى مستشفىنا وتم توزيع الهدايا
على كل المرضى.

الأستاذة جنان بكور
رئيسة اللجنة الاجتماعية



Des dates à ne pas oublier:

- 1 Mai : Fête de travail
- 5 Mai : Journée de la sage femme
- 8 Mai : Journée internationale de la Croix Rouge
- 12 Mai : Fête des infirmières
- 31 Mai : Journée mondiale de lutte contre le tabac
- 5 Juin : Journée de l'environnement
- 14 Juin : Journée mondiale du don de sang
- 15-19 Juin : Semaine de l'obésité
- 20 Juin : Journée mondiale de l'ostéoporose
- 21 Juin : Fête des pères
- 21 Juin : Fête de la musique
- 21 Juin : L'été
- 26 Juin : Journée mondiale pour la lutte contre la drogue
- 15 Mars : C'est mon anniversaire, et c'est quand ton anniversaire?



Medica International

رئيس التحرير: الأستاذة جنان بكور
Haykajeh P.O.Box: 371 Tripoli - Lebanon
Tel: +961 6 411 111
Fax: +961 6 411 112
www.hopitalhaykal.com
email: rc@hopitalhaykal.com
Designed by: Rayane El Osman

تبارك زواج كل من:

خالد حطيط وروعة حسن
سلام درويش وإبراهيم طليح
بالا غمراني وعلاش عريسي
دكتور نصيرين بارناطشي ودكتور بلال نافع

وخطوبة كل من:

جوزيل طنوس ودكتور جان
كلود ضويلا
إيليان خوري ونيل فرسيس
جورجيت مناج وجوي فرسيس
ميرا هياشم وشريف علماري

نهته فادي سليمان وهند سليمان
نظفنتهما نور

ترحب بالموظفين الكرام:

وفاء رزق في قسم العناية العائقة
ناهد رطل في قسم الجراحة
ديا كيري في قسم الجراحة
عمدالة الكري في قسم الجراحة
بالا عربوس في قسم الجراحة
ريتا زاعم في قسم الصحة
لما عباس في قسم الصحة
خضر الصعدي في قسم الصحة
مصطفى السمك في قسم الصحة
غراسيا سكاوي في قسم الأطفال
دونا نيكولا في قسم الأطفال
فرح رموش في قسم الأطفال
سارة علام في قسم الاستشارة الطبي
نظام صناوي في قسم الطبخ
سمر احتيار في قسم الطبخ
عبد الحميد سكاوي في قسم للطبخ

السيدة رولا عامر نادر
مدير قسم الموارد البشرية



يومن المستشفى النفل المجاني
لجميع خط السير:
ساحة النور من وإلى المستشفى
الأوقات: كل نصف ساعة
إبتداء من ٧.٣٠ لغاية ١٩.٣٠



Recycler c'est bien

الحلّيات الإصطناعية

لها مذاق السكر وشكله ولكنها محضرة صناعياً. البعض يدين إستعمالها والبعض الآخر إستعاض عنها بالسكر.

الحلّيات الإصطناعية بالإجمال خالي أكثر من السكر بنات اللترات لهذا النسب كمية قليلة منها كافية لتأمين المذاق الحلو دون إعطاء سعرات حرارية.

في ما يلي الحلّيات الإصطناعية المتوافقة عليها من قبل FDA (إدارة الأغذية والأدوية):
سكرارين : Saccharine

نسبة التحلية: ٢٠٠ مرة أكثر من السكر
 الاسم المتداول: سنسوك Sunsuc

أول محلي إصطناعي صنع إستعماله في التسعينيات إذ اتضح أنه يمكن أن يسبب السرطان. عاد إلى الساحة مجدداً بعد الأبحاث التي نفت ما سبق.

أسيسولفام بوتاسيوم: Acésulfame K
 نسبة التحلية: ٢٠٠ مرة أكثر من السكر
 الإسم للتداول: سويت أنه لو Sweet and Low

سويت وان Sweet One
أسبارتام: Aspartame

نسبة التحلية: ٢٠٠ مرة أكثر من السكر
 الإسم للتداول: كانديل Canderel نوترا سويت Nutra Sweet إيكوال Equal

حصل مؤخراً على إتقادات عدة بالنسبة لسلامة إستعماله لكن السلطات العلمية لم تؤكد أي منها وما زال مُصدّقاً عليه من قبل الـ FDA

سوكرالوز: Sucralose
 نسبة التحلية: ٦٠٠ مرة أكثر من السكر

الإسم المتداول: سبلاندا Splenda

له مذاق شبيه تماماً بالسكر.

سوربيتول- إكسيليتول: Sorbitol, Xylitol
 نسبة التحلية: أقل من السكر العادي

الوحيد الذي يعطي بعض السعرات الحرارية. كثرة إستعماله يمكن أن يسبب الإسهال. يمكن أن يفي من نسيوس الأسنان ولهذا يُستعمل في العلكة والسكريات.

بعض الناس يستعمل هذه الحلّيات في علاج داء السكري والبعض الآخر يستعملها لتخفيف الوزن. لا شك في أن إستعمالها بكمية معتدلة خطوة بنصح بها ولكن من المهم أن نعرف أنه يجب أن نترافق مع نظام غذائي صحي وبرنامح رياضي ثابت لتحقيق الأهداف المنشودة.

الآنسة جانو أوب
 أخصائية التغذية

خضير المرأة الحامل

إن أجمل لحظات لثقة في حياتها هي مرحلة الحمل. لتدخل عالمًا جديدًا مليئًا بالمفاجآت فالبوم بدأ السؤال من أين المحافظة على الجنين؟ كيف أحفظ هذه الروح التي في جسدي من كل المخاطر؟



لأجل الدخول إلى عالم المعرفة لتسلك الأم طريق النجاة جئناها. قام قسم التوليد في مستشفى البير هيكل بإستقبال الأمهات الحوامل من الشهر الخامس للحمل وذلك لتحضيرهن وتزويدهن بالمعلومات من النواحي الطبية والنفسية والعلاج الفيزيائي.

يقام هذا البرنامج مرتين في أول أسبوع من كل شهر. يوصي الإثنين والجمعة لمدة ساعتين على الأقل) ويشارك فيه طبيب التخدير والإنعاش قابلة قانونية وأخصائية نفسية وأخصائية العلاج الفيزيائي.

ويتضمن هذا الحوار:

-شرح ما يحدث من تغيير في العوامل الفيزيولوجية والهرمونية للجسم.

-شرح ما يحدث قبل الولادة من إشارات وعلامات تدل على دخول مرحلة الخاض.

-تفسير ما يأتي ما بعد الولادة أي إهتمام الأم بطفلها لتوثيق علاقتها.

-تركيز على أهمية الرضاعة.

-مناقشة أسئلة الأمهات نوات الخبرة.

-مناقشة حسنات إبرة Périderale وكيفية تأثيرها على سرعة تقدم الولادة.

-تعليم بعض التمارين لمساعدتهن على الإسترخاء.

وفي نهاية هذه المناقشة يتم عرض فيلم لمساعدتهن على ترسيخ هذه المعلومات ويتم توزيع كتاب "عناية ما قبل الولادة" وذلك لتشجيع على إستقبال هذا الحدث العظيم بشغف.

السيدة ملىحة الحمود
 قابلة قانونية

Ce qu'il faut savoir sur l'art-thérapie

Peindre pour prendre conscience de ses contradictions, danser pour se dramatiser ses conflits intérieurs.

L'art-thérapie est une forme de psychothérapie utile quand il devient impossible d'exprimer sa souffrance ou ses contradictions par des mots. En travaillant, la personne développe ses propres ressources ce qui l'amène à surmonter ses difficultés.

Cette thérapie, découverte en 1941 par un peintre anglais, Adrian Hill, est actuellement en plein essor.

La thérapie par l'art s'adresse aux enfants très inhibés, aux adolescents violents, aux personnes angoissées ou très anxieuses, enfermées dans des situations d'échec personnel ou de chômage.

A tous ceux dont la parole est coincée, parce que ce qu'ils ont à dire est trop dur, ou qu'ils n'ont pas l'habitude de parler.

L'art thérapie fait appel à des arts plastiques, de la scène, l'écriture, la voix et la musique.

L'art-thérapie est pratiquée dans notre hôpital dans le centre XO (centre médico-psycho-pédagogique) avec ses différentes spécialités : les orthophonistes, les psychologues et les orthopédagogues.

www.inecat.org

تعرف على مهنتي



5 حزيران يوم
البيئة العالمي

العلاج الفيزيائي للعيون

العلاج الفيزيائي للعيون هو مهنة "Para-médical" تمارسه أخصائية في توفير النظر Orthoptiste هدفها تشخيص وعلاج أي خلل في عضلات العين. لا يقتصر هذا الخلل على عمر معين ولكنه يظهر بأشكال وأسباب مختلفة حسب عمر كل مريض. هناك عدة دواعي تتطلب للمريض هذا الفحص المتخصص:

- الطفل الذي لا يستطيع أن يلتقط أي غرض أو أنه ببساطة لا يكثره لما يحيط به
- التلميذ الذي يعاني من مشاكل مدرسية مثلاً الولد الذي يقرب كثيراً من كتابه أو من التلفاز

-ظهور هذه العوارض في أي عمر كان:

- 1-وجع الرأس
- 2-تعب النظر
- 3-الإزعاج من الضوء
- 4-ضعف التركيز
- 5-غباشة بالنظر عند التركيز الطويل
- 6-الإزدواجية في النظر Diplopie
- عند وجود:
 - 1-حول
 - 2-شلل في عضلة من عضلات العين
 - 3-رجفة العين Nystagmus
 - 4-النوء في الرقبة في بعض المواضع
 - 5-احمرار في العينين
 - 6-إغماض إحدى العينين
 - 7-فرك العينين للتكرار
 - 8-تدميع عند التركيز

هذه السنة سيحتفل العالم بيوم البيئة العالمي في المكسيك تحت عنوان:

"*Votre planète a besoin de vous, unissons nous contre le changement climatique*"
"كوكبنا بحاجة إلينا فننجد فيه التغيير المناخي"

كيف نساهم نحن كمستلضي البير هيكل في الحفاظ على بيئتنا:

-قسم إدارة النفايات مع ما نשמع من لفتيات لتقييم غير مضرة بالبيئة وتدوير كل ما يمكن إعادة تدويره لورق - بلاستيك - صحاير - استخدام أدوات بدون زئبق - تقليص استخدام الطاقة من خلال التصميم الهندسي لبناء الجديد إضافة إلى اعتماد الطاقة الشمسية لتسخين المياه - توفير التدوير المستمر لوظفينا لتطبيق سياسات حماية البيئة إن كان في المستشفى أو في المنزل - عدم الإسراف في استعمال المياه - إطفاء الإنارة في الأماكن الغير المستعملة...

-إرسال رسائلنا ورؤيتنا للجميع ولحيط عن طريق الإيام التثقيفية التي تقام كل سنة في المستشفى حيث موضوع البيئة جزء لا يتجزأ من برنامجنا السنوي

هل تعلم إلى ماذا تشير؟

العيون السوداء: العصبية سرعة التأثر الغيرة الشديدة المشاعر الرقيقة والعاطفة القوية العيون الزرقاء: الجراءة حب الذات الغموض عمق التفكير شدة الحساسية قوة التأثر المزاج الفني والبرودة

العيون الرمادية: الطباع العتيفة القسوة العيون الخضراء: قوة الإرادة الحث بزودة العاطفة صلابة الرأي العند وحب العمل العيون البنية: الرحمة العطف الخجل الجاذبية حب العمل وقوة الحجة العيون العسلىة: الهدوء التأني التفكير قبل العاطفة ضبط العواطف والكنمان

السيدة غزوي بركات نيزالي
مسؤول قسم إدارة النفايات الطبية



Recycler c'est bien

بنام على نتيجة الفحص يقدّر كيفية العلاج بين نظارات طبية أو عملية جراحية أو جلسات فيزيائية للعيون.

هذه الجلسات تحسّن نوعية النظر في حالة الحول أو القدرة على التركيز. من الممكن أيضاً عبر هذه الجلسات معالجة كسل النظر الناتج عن الحول عند الأطفال.

هذا العلاج يتم بواسطة آلات معينة متوفرة في مستشفى البير هيكل.

السيدة غادة هاجر بازياني
معالجة فيزيائية للعيون

happy nurses day



يوم الممرضة العالمي

يحتفل العالم أجمع بيوم الممرضة العالمي في ١١ أيار تحت راية :

"Servir la collectivité et garantir la qualité ; les infirmiers s'engagent pour des soins innovants"

نحن كجهاز تمبرضي في مستشفى البير هيكل وإيماناً منا أن دورنا ليس فقط علاجي ومنحصر داخل المستشفى بل أيضاً تنقيفي وإرشادي داخل وخارج المستشفى. نعمل تحت هذه الولاية وهذا جزء من رسالتنا: "الصحة الجيدة شأننا جميعاً"

بتألف فريقنا من متخصصين في المجال الطبي ومن عاملين مشرفين على مستوى عال من التدريب همفاً هو تأمين الرعاية الطبية الشاملة والمناورة لمتصمنا إن مواكبنا للتطور على الصعيدين الوقائي والعلاجي تشكل جزءاً هاماً من رسالتنا نحن نلتزم بهذا الولاية من أجل تأمين رعاية صحية ذات جودة عالية وفي متناول الجميع * ولقد كنا السباقين من خلال مشاركتنا في يوم الصحة والإرشادات في أيار الماضي وهذه السنة أيضاً في ١٤ - ١٥ أيار. وخت نفس الشعار نحتفل بيوم القابلة القانونية في ٥ أيار مع دورها التنقيفي ما قبل الولادة من خلال دورات التحضير للولادة وخلال الولادة وما بعدها وذلك عن طريق تنقيف الأم عن كيفية الإعتناء بنفسها ومولودها مع التركيز على أهمية الإرضاع من الثدي.

ومن هنا أتقدم من كل الجهاز التمريضي والقابلات الفانونيات بأحر التهاني وأتمنى لهم عيداً سعيداً مليئاً بالنجاح والتوفيق والتطور المستمر.

السيدة غزوي بركات لوزاني
مديرة التمريض

هل تعلم أن الموسيقى تساعدك على التخفيف من المرض؟

أفادت التجارب أن حوالي ٧٨٪ من المرضى شعروا بالتحسن بعد الإستماع للموسيقى بدرجة أكبر من مفعول الأدوية التقليدية من أجل تهدئة الأعصاب أو النوم إلى تخفيف الألم وإلى تخفيف الغثبان والتقيؤ المصاحبين للعلاج الكيميائي كما يؤدي إلى تخفيف الضغط النفسي وبيت إحساساً بالعافية في نفس المريض.

إن العلاج بالموسيقى يقلل من سرعة النبض وتسارع النفس. ويخفض من ضغط الدم. ويحسن قدرات التعلم والذاكرة عند الإنسان

إن الموسيقى الكلاسيكية الهادئة لها مثل أثر تقنيات الاسترخاء التخيلي الأخرى: تعمل على الجهاز العصبي الذاتي فتقلل التوتر الداخلي والعضلي وتغثف الإحساس بالألم. وحقن الشعور بالراحة والهدوء والحيوية. وأظهرت الدراسة التي شملت المرضى الذين يعانون من أمراض إضعاف الشخصية أو الكآبة أن العميد منهم لجأوا في التحلي كلباً عن الأدوية والإستعاضة عنها بالموسيقى التي غالباً تكون كلاسيكية أو هادئة.

