

نفس من الحياة

ملحق اللثة الطبي الشهري

مايو ٢٠١٤

صفحات طبية تصدر عن قسم الشؤون الإعلامية بدائرة العلاقات العامة والحكومية من إعداد دائرة الخدمات الطبية

العدد «٣٥»



إشراقه

في هذا العدد نعود إليكم مصافحين.. بجملة من المواضيع الطبية المختلفة التي نود من خلال طرحها رفع درجة الوعي لدى القراء الكرام، حيث نضع بين أيديكم آخر المستجدات الطبية بفروعها المختلفة. وهذا إيماناً منا بالدور الذي تقوم به في خدمة المجتمع، والأفراد المستفيدين من خدماتنا. نتمنى أن تكون العودة في مستوى التطلعات، وأن نكون مساهمين في بث الثقافة الصحية، متمنين أن يحوز هذا العدد رضاكم، وأن ينال إعجابكم.

وقفة نبوية

نهانا رسول الله - صلى الله عليه وسلم - عن إكراه المريض على الطعام والشراب، حيث روى عقبة بن عامر أن رسول الله - صلى الله عليه وسلم - قال: «لا تكرهوا مرضاكم على الطعام، فإن الله يطعمهم ويسقيهم». وكذلك قد أمرنا رسول الله - صلى الله عليه وسلم - بإطعام المريض ما يشتهي، فيقول صلى الله عليه وسلم: «إذا اشتهى مريض أحدكم فليطعمه».

في هذا العدد



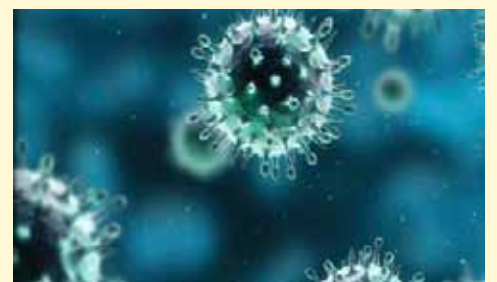
هل تستخدم الجانب الأيمن أم الأيسر من المخ؟

٥



الطرق الصحيحة لاستعمال الأدوية

٤



أنفلونزا الفيروس التاجي الجديد «كورونا»

٣

التدريب والتعليم الطبي



يعتبر التعليم والتدريب جزءاً أساسياً ومهماً في مستشفى عمليات الخفجي المشتركة في جميع التخصصات، حيث تعتمد الخدمة التي تقدم عادة على دراسة احتياجات متلقي الخدمة نفسه، بما في ذلك احتياجاته خلال المدى القريب أو التخطيط

لخدمات أفضل على المدى البعيد .

ولا يمكن تحقيق ذلك إلا بوجود تعليم وتدريب مستمرين لمقدمي الخدمة سواء كان ذلك عن طريق إتاحة الفرص؛ للحصول على درجات علمية متخصصة من خلال فتح المجال للدراسات العليا أو الدورات التدريبية المتخصصة والندوات أو التدريب على رأس العمل. ويتفرع قسم التدريب والتعليم الطبي إلى عدة أقسام هي:

١. قسم التعليم الطبي: وهو حاصل على اعتراف الهيئة السعودية للتخصصات الصحية، ويقدم محاضرات ودورات متخصصة للأطباء، وينظم مؤتمرات وندوات طبية، ومن أهم ما يقدم فيه محاضرة كل يوم ثلاثاء يقدم من خلالها آخر تحديثات الطب، ويدرس أيضاً بعض الحالات الحرجة التي عولجت بمستشفى عمليات الخفجي المشتركة، ويرأس هذا القسم د.علي إسماعيل، ويشركه فريق عمل متخصص في مجال التعليم والتدريب الطبي.

٢. قسم تعليم التمريض: وهو حاصل على اعتراف الهيئة السعودية للتخصصات الصحية، ومزود بمكتبة طبية متكاملة بأحدث الكتب في جميع التخصصات، ويقدم دورات متخصصة للتمريض لعل أهمها: دورة العلاج الوريدي، ودورة العناية التمريضية المتخصصة، ودورة المناولة اليدوية لنقل المرضى، بالإضافة إلى المحاضرات المستمرة عن عرض الحالات.

ترأس هذا القسم إنجلين سام، ويضم مدرّبين متخصصين في مجال التمريض للتدريب على رأس العمل أيضاً.

٣. قسم التدريب لدعم الحياة: وهو حاصل على اعتراف جمعية القلب السعودية، كما حصل على ترتيب المركز الثاني على المنطقة الشرقية، والمركز التاسع على مستوى المملكة، وحصل مؤخراً على اعتراف من الجمعية بإعطاء «دورة الإنعاش المتقدم للأطفال» وبهذا الاعتراف يعتبر المركز من بين أربعة مراكز متخصصة في المملكة التي تقيم هذه الدورة، ويعد هذا الاعتراف هو الاعتراف السادس للمركز، يرأس هذا القسم د. مصطفى حافظ وبمشاركة نخبة من المدرّبين.

٤. قسم التدريب والتطوير: وهو قسم يهتم بتطوير الموظفين والموظفات السعوديين والمقيمين أيضاً، ويقدم دورات إدارية لغير الكوادر الطبية، كذلك ينظم ويرتب الابتعاث الخارجي للدورات والندوات والمؤتمرات لجميع الموظفين، وذلك بإشراف لجنة تعليمية مكونة من أربعة رؤساء أقسام يرأسهم مدير المشروع.

سظام الشمري

مدير مركز التدريب

محاضرات طبية

توضيحية تعكس كل مرحلة من هذه المراحل.

علاج حالات آلام

البطن الحادة

يعتبر تشخيص حالات آلام البطن الحادة تحدياً شديداً للطبيب المعالج، وهي من الحالات الشائعة في قسم الطوارئ؛ لذا قام أ. د.

حازم الفل استشاري الجراحة العامة بإلقاء محاضرة للعاملين بالمستشفى عن هذا الموضوع تطرق فيها إلى أن العلاج المثالي لهذه الحالات يعتمد على أخذ قصة مرضية دقيقة من المريض يصاحبها الفحص الإكلينيكي الشامل. ومن خلال مقارنة هذه الحالات يجب تحديد الحالات الحرجة المهددة للحياة التي تحتاج إلى تدخل جراحي فوري، وهناك أيضاً الحالات الملحة التي قد تحتاج علاجاً وفحوصات مكاملة تحضيراً للجراحة في خلال ٤-٦ ساعات.

وفي الحالات الأقل إلحاحاً والتي يكون المريض فيها مستقراً يستلزم إجراء المزيد من الفحوصات، مثل: الأشعة المقطعية عالية الدقة، وأشعة الرنين المغناطيسي ومناظير الجهاز الهضمي.

ويجب ألا ننسى أن بعض الحالات الباطنية يمكن أن تكون سبباً لألم البطن الحاد، مثل: حالات جلطة القلب الحادة، وحالات الارتقاع الشديد في السكر بالدم.

بالأذن وأن المرض يمكن أخريقوم الطبيب بنصح المريض بالتوجه إلى الطبيب المختص.

وفي بعض الأحيان يكون ألم الأذن مؤشراً مبكراً لمرض آخر مثل أورام البلعوم الأنفي أو البلعوم الحنجري أو قاع اللسان.

إصابات الأطفال

تعتبر إصابات الأطفال من الأمور الشائعة تواترها في أقسام الطوارئ؛ لذا قام د. عادل عبد العزيز مدير قسم الطوارئ يوم الثلاثاء الموافق ١٣ مايو ٢٠١٤ بإلقاء محاضرة للعاملين بالمستشفى عن هذا الموضوع تطرق فيها إلى:

أهمية الفحص الأولي للنبض وضغط الدم، وسرعة التنفس للطفل، وكذلك الفحص الإكلينيكي الشامل، لتحديد خطورة الإصابة مع عمل أشعة على الرأس والعنق وعلى الصدر وعلى الحوض؛ للتأكد من عدم وجود كسور أو شروخ، ثم وضع الطفل في حالة الاشتباه داخل الرعاية المركزة للأطفال حتي يتم الاطمئنان على حالته تماماً. كما يجب تحديد الحالات الحرجة المهددة للحياة التي تحتاج إلى تدخل جراحي فوري، وهو ما يستلزم إجراء المزيد من الفحوصات، مثل: الأشعة المقطعية عالية الدقة، وأشعة الرنين المغناطيسي.

وقد قام د. عادل بعرض أفلام

قدم قسم التعليم الطبي عدداً من المحاضرات صباح كل يوم ثلاثاء تناولت جوانب طبية مختلفة لعدد من التخصصات ضمن المواضيع التي تم طرحها في تلك المحاضرات:

آلام الأذن وتداعيات شكاواها

يتردد العديد من المرضى على عيادة الأذن للشكوى من آلامها؛ لذا قام د. حسام بسيوني استشاري الأنف والأذن والحنجرة بمستشفى عمليات الخفجي المشتركة بإلقاء محاضرة عن آلام الأذن يوم الثلاثاء ٤ مايو للعاملين بالمستشفى؛ للتفريق بين الألم الناشئ عن مرض في الأذن نفسها أو عن مرض يمكن آخر، مثل الرقبة أو الفك أو الأسنان أو البلعوم الأنفي أو الحلق، لكنه يسمع في الأذن وهو الشائع بين المرضى.



ويقوم طبيب الأذن بالكشف على الأذن الخارجية أو الوسطى لاكتشاف المرض وعلاجه، وعندما يظهر الكشف عدم وجود مرض



جانب من إحدى المحاضرات

أنفلونزا الفيروس التاجي الجديد «كورونا»



أ.د. محمد علي السيد
أستاذ الأمراض الصدرية بطب عين شمس
استشاري بمستشفى عمليات الخفجي المشتركة

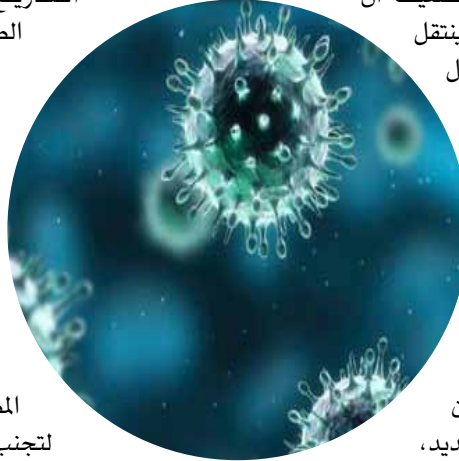
في سبتمبر ٢٠١٢ تم رصد أول حالة مرضية بالفيروس في أحد مستشفيات جدة لمريض سعودي، حيث توفى بفشل كلوي وتنفسي حاد، ومنذ ذلك الحين والحالات في ازدياد، ومعظم الحالات في العالم في السعودية (أكثر من ٥٠٪ من حالات العالم) والسبب غير واضح حتى الآن. وأعلى نسبة وفاة منه تكون في أصحاب الأمراض المزمنة وذوي المناعة الضعيفة (أكثر بقليل من ٥٠٪)؛ لذلك أطلق بعض العلماء عليه وباء السارس الجديد، ذلك الوباء الذي أودى بحياة أكثر من ٩٠٠ مريض وأصاب أكثر من ٨٤٠٠ حالة في عام ٢٠١٣.

طرق العدوى

هناك احتمال قوي أنها تنتقل كما في الأنفلونزا العادية من إنسان إلى إنسان آخر بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، وهناك احتمال ليس بالضعيف أن الفيروس يستطيع أن ينتقل من حيوان مصاب كالإبل والغنم إلى الإنسان المخالط.

الأعراض

بعد فترة حضانة قصيرة (من ٢ إلى ٧ أيام) تحدث أعراض شبيهة جداً بأعراض الأنفلونزا العادية في أكثر من ٩٥٪ من المصابين بالفيروس التاجي الجديد،



الوقاية

لا يوجد لقاح مانع للفيروس حتى الآن، إلا أن هناك طرقاً وقائية تقلل من احتمال الإصابة بالفيروس مثل: النظافة الشخصية، غسل اليدين بالماء والصابون أو الكحول، تغطية الفم والأنف عند العطس أو السعال، تنظيف الأسطح والأرضيات بالمنظفات والمطهرات، عزل المريض في غرفة مستقلة، الراحة السريرية عند وجود نزلة برد أو أنفلونزا، التغذية السليمة المتكاملة، تجنب التدخين، التهوية السليمة، أخذ التدابير الوقائية للطعم الطبي المعالج للمريض وزائري المريض.

تشخيص المرض

التاريخ المرضي والكشف الطبي والفحوصات العملية مع الأشعة التشخيصية قد تساعد في تشخيص المرض ومضاعفاته إلا أن التشخيص الحقيقي يأتي من رؤية الفيروس في المزارع المناسبة لنموه.

العلاج

لا يوجد حتى هذه اللحظة علاج فعال للمرض، المتاح حالياً هو الرعاية الطبية المناسبة للحفاظ على العمليات الحيوية لجسم المريض وعلاج المضاعفات مع العزل الكامل للمريض لتجنب انتشار العدوى.

ما أثر تدخين الأم على جنينها أثناء فترة الحمل؟



د. خالد الشراوي
استشاري الصحة المهنية
مستشفى عمليات الخفجي المشتركة

إن التدخين أحد العوامل الأساسية التي يمكن أن تضر بصحة الجنين، ليس التدخين المباشر فقط بل أيضاً التدخين السلبي (التواجد في أماكن المدخنين) وإذا كانت الأم من المدخنين فعليها التوقف فوراً قبل التفكير في الحمل، حيث إنها تعرض جنينها إلى الكثير من المشاكل مثل عدم اكتمال نموه أو صغر حجمه عن المعدل الطبيعي.

هذا إلى جانب أن التدخين يزيد أيضاً من فرص سقوط الحمل، (ولادة طفل ميت أو مشوه)، وفي حالة إذا كان أحد الوالدين يدخن، فهذا يزيد من خطورة الموت المبكر للطفل في أول الولادة.

وأنه كلما زاد التدخين زادت الخطورة على الطفل، ويحرمه من الأكسجين، ويؤدي إلى موته أو تشوّهه، هذا إلى جانب تعرض الطفل إلى تقلصات عضلات الرجل والالام التي تحدث في الرجل علامة على وجود مشاكل، وعدم انتظام في الدورة الدموية، وذلك نتيجة التدخين.

أما بالنسبة للتدخين السلبي فإن استنشاق دخان السجائر من الأشخاص الذين يدخنون بجوار الأم يتسبب في وجود مشاكل صحية للطفل، أما الأطفال الذين يتعرضون لرائحة التدخين هم أكثر عرضة للإصابة بأمراض الشعب الهوائية والربو، ويمكن أن يعانون من الكثير من المشاكل في النمو.

الطرق الصحيحة لاستعمال الأدوية

هذه نصائح عامة لكيفية استعمال الأدوية بصورة صحيحة وتحتوي على التالي:

- قبل استعمالك لأي دواء يجب إخبار الطبيب أو الصيدلي إذا كان لديك أي نوع من أنواع الحساسية سواء كانت للطعام أو للأدوية أو لأي من المواد، مثل الكبريت وغيره.
- وكذلك يجب إخباره إذا كنت مريضاً بأحد الأمراض المزمنة، مثل: السكر أو كنت تأخذ حمية خاصة؛ لأن أكثر الأدوية تحتوي على خليط من المكونات يكون المختص عارفاً بآثار استعمالها مع بعضها البعض.
- ويجب على النساء إخبار الطبيب أو الصيدلي قبل استعمال الدواء بوجود الحمل أو بنية الحمل خلال فترة استعمال الدواء؛ لأن بعض الأدوية تسبب عيوباً خلقية للوليد أو مشاكل أخرى خلال الحمل، واستعمال أي نوع من الأدوية خلال الحمل من دون استشارة طبية يسبب بعض المشاكل؛ لذا يجب الامتناع من الاستماع لنصائح غير
- المختصين باستعمال أي دواء خلال فترة الحمل.
- أما الأم المرضع فيجب أن تعلم أن بعض الأدوية ينتقل تأثيرها إلى الطفل من خلال الحليب، وقد تسبب تأثيرات غير مرغوبة في الرضيع؛ لذا يجب إخبار الطبيب أو الصيدلي بأن الأم في فترة الرضاعة.
- وإذا كان الشخص يأخذ بعض الأدوية التي تصرف من دون وصفة طبية «OTC»، مثل مسكنات الألم أو معدلات الحموضة وغيرها، فيجب إخبار الطبيب والصيدلي بذلك مع قراءة النشرة المرفقة بعناية قبل الاستعمال.
- **تخزين الأدوية**
- من المهم أن تقوم بتخزين أدويةك بشكل صحيح، ودليل التخزين الصحيح يتضمن النصائح التالية:
- احفظ الأدوية بعيداً عن متناول الأطفال.
- احفظ الأدوية في علبيها الأصلية.
- احفظ الأدوية بعيداً عن الحرارة والضوء المباشر.
- لا تحتفظ بالأدوية المحتوية على كبسولات أو أقراص بالحمام أو قرب مغسلة المطبخ أو في الأماكن الرطبة الأخرى؛ لأنها تسبب تلف وتحلل الأدوية.
- أغلق علب الأدوية بإحكام، وتخلص من القطن الموجود في بعض العلب؛ لأنه قد يساعد على الرطوبة بعد فتح العلبة للاستعمال.
- لا تخزن الأدوية في الثلاجة ما لم يخبرك الصيدلي بضرورة ذلك.
- لا تحفظ الأدوية السائلة في درجة التجمد داخل «الفرزير»
- لا تترك أدويةك في السيارة لفترات طويلة من الوقت.
- لا تحتفظ بالأدوية القديمة، وتخلص منها بمكان لا يصل إليه الأطفال.

إرشادات وتعليمات بخصوص فحص تطوير الرنين المغناطيسي

وسوف يحدد الطبيب طريقة أخرى ملائمة (إما تحت التخدير العام أو فحص آخر يناسبك).

ماذا عن المرأة الحامل أو المرضع بالنسبة للتصوير بالرنين المغناطيسي؟

لا يوجد دليل قاطع على تأثير الرنين المغناطيسي على المرأة الحامل إلى الآن، على الرغم من ذلك يُفضل عدم عمل التصوير للحامل في شهورها الأولى على أقل تقدير، ما لم يكن هنالك سبب مهم لعمله يحدده الطبيب المعالج.

أما بالنسبة للمرأة المرضع فلا مانع من عمل التصوير لها، بل يمكنها مواصلة رضاعة طفلها بشكل طبيعي.

هل يجب علي اتباع احتياطات معينة بعد عمل فحص الرنين المغناطيسي؟

لا، بل من الممكن ممارسة حياتك اليومية بشكل طبيعي، وهناك إرشادات مصورة يقدمها في هذا العدد قسم العلاج الطبيعي.



- أي محفز عصبي.
- مشابه في الأوعية الدموية حسب موقعها.
- أي عمليات تمت خلالها زراعة معادن غير متوافقة مع التصوير بالرنين المغناطيسي بشكل عام.
- فيجب إخبار طبيبك بذلك قبل القدوم لقسم الأشعة حتى يستطيع الطبيب التعامل مع أي من هذه الأمور المذكورة إذا حصل وكانت لديك.
- الحال نفسه ينطبق على من لديهم رهبة من الأماكن المغلقة،

وساعة كاملة.

عادة قد يحتاج المريض لأن يقضي 4 ساعات تقريبا في المستشفى في يوم التصوير لكثرة الإجراءات المتعلقة بالفحص.

هل هناك أي موانع لعمل الرنين المغناطيسي؟

نعم، هناك عدة أمور من الممكن أن تعرقل عمل فحص الرنين المغناطيسي، مثل أن يكون لدى المريض:

- جهاز منظم نبضات القلب.
- زراعة في الأذن أو العين.

تختلف التحضيرات باختلاف جزء الجسم المراد تصويره.

ما كيفية عمل الفحص؟

الاستلقاء على سرير التصوير والتزام الهدوء خلال الفحص وعدم الحركة، وعند بداية التصوير سوف تسمع صوت ضجيج عال هو جزء من عمل الجهاز ليس منه أي ضرر فلا داعي للقلق.

إذا كان الفحص يستلزم الحقن بالصبغة فسوف تضع الممرضة إبرة صغيرة في الوريد حتى تصبح جاهزا للحقن خلال التصوير، علما أن الصبغة المعطاة في فحوصات الرنين المغناطيسي آمنة.

الفحص غير مؤلم على الإطلاق وسوف تُعطى جرسا تستخدمه إذا أردت التحدث مع الإخصائي في حال عدم الراحة.

مدة الفحص تختلف من فحص لآخر، وتعتمد على العضو المراد تصويره، ولكن على وجه العموم المدة تتراوح ما بين 20 دقيقة

اتباعك لهذه الإرشادات سوف يساعد على ظهور نتائج فحص الرنين المغناطيسي بشكل ممتاز سوف يشرح لك طبيبك المعالج الغرض من عمل فحص الرنين المغناطيسي.

ما هو التصوير بالرنين المغناطيسي؟

هو تصوير يستخدم تقنية آمنة تسمح للطبيب برؤية مقاطع ذات تفاصيل دقيقة لأجزاء من جسم المريض دون استعمال الأشعة السينية، وبعد الانتهاء من تصويرك سوف يُرسل التقرير عن طريق الحاسب إلى طبيبك المعالج الذي سوف يُخبرك بتفاصيل النتائج.

هل يستدعي التصوير بالرنين المغناطيسي حجز موعد أم يمكنني عمل التصوير بمجرد طلبه من قبل طبيبي؟

يحتاج المريض لأخذ موعد مسبق قبل عمل التصوير.

ما الإجراءات وتحضيرات الفحص؟

هل تستخدم الجانب الأيمن أم الأيسر من المخ؟



أ.د. علي إسماعيل عبد الرحمن
أستاذ الطب النفسي م. بجامعة الأزهر
استشاري بمستشفى عمليات الخفجي المشتركة

المعرفة تبدأ بإدراك ما حولنا ثم يعمل العقل البشري بمفردات الإدراك فيما يسمى التفكير، فالتفكير عملية عقلية يستخدم فيها الإنسان مفردات مجردة تختصر الواقع المدرك في شكل لغة مكونة من كلمات ومفاهيم، يربط بينها منطق، معرفة الإنسان لقدراته العقلية ومهارته المعرفية يساعده في تحديد واختيار الوظيفة الملائمة له. في هذا الجزء نحاول أن نساعدك في تحديد ما تملكه، وتحديد ما يلائمك في الحياة.

الجانب الأيسر	الجانب الأيمن
<ul style="list-style-type: none"> يميل إلى تحليل الظروف والأسباب. الحقائق تكون محور تفكيره وأسلوب تفكيره مدروس. منظم ويستخدم العقل. منطقي (يعتمد على النظريات في التفسير). موضوعي ورقمي. يتذكر الأسماء. 	<ul style="list-style-type: none"> يميل إلى التجريب والتركيب والاختراع. الخيال هو محور تفكيره وأسلوب تفكيره تلقائي يستخدم الحدس (التوقع). ذاتي التوجه (يعتمد على نفسه في التفسير). مكانه يتذكر الوجوه.
<ul style="list-style-type: none"> يفضل التفسير اللفظي والتعليمات الواضحة. يحب الأسئلة الاختيارية. يحب الكلام والكتابة. لا يحب ولا يجيد استعمال التشبيهات والاستعارات. لديه القدرة على السيطرة على مشاعره. يهتم بالتفاصيل. يستجيب لمعنى الكلمة المقولة. 	<ul style="list-style-type: none"> يفضل الإرشادات الرمزية. يحب الأسئلة المقالية. يحب الرسم ومعالجة الرموز. يجيد ويحب استعمال التشبيهات والاستعارات. تتحكم فيه المشاعر. يهتم بأوجه الشبه. يستجيب لنبرة صوت المتحدث، ويتأثر بها.
<ul style="list-style-type: none"> لا يحب استعمال الحركات. يحب الجلسة الرسمية. يحب الضوء الباهر. إحساسه بالزمن كبير. يحسن ربط الأفكار ببعضها. يحب الهدوء أثناء الدراسة. لا يفضل تناول الأشياء أثناء الدراسة. يحب حل الألغاز. يستطيع فهم القاعدة من غير مثال. 	<ul style="list-style-type: none"> يستعمل حركات يديه أثناء الكلام. لا يستطيع أن يجلس جلسة رسمية. يحب خلفية ضوئية باهتة. ليس لعامل الزمن إحساس لديه. ينظر إلى الموضوع كفكرة واحدة متكاملة. يحب وجود خلفية صوتية. يفضل تناول شيء أثناء الدراسة. لا يفضل حل الألغاز. لا يستطيع فهم القاعدة من غير مثال.
<ul style="list-style-type: none"> يطبق القاعدة في حياته اليومية بعد أن يتعلمها. يقرأ بشكل ناقد وتحريري. يستطيع أن يستخلص الهدف من الدرس. يستطيع تذكر كثير من التفاصيل بعد سماعها وقراءتها. يحب أن ينمي مهارات القراءة. يتذكر الكلمات المبسطة ويصعب عليه تذكر الكلمات المركبة. 	<ul style="list-style-type: none"> لا يستطيع تطبيق القاعدة في حياته اليومية بعد تعلمها. يتأثر بما يقرأ. يحب أن يوضح الهدف من الدرس. ينسى كثيرا من التفاصيل بعد سماعها. لا يحب القراءة. يحب التجربة. يتذكر الكلمات المركبة الصعبة.



مريم سلولا

من أقدم الممرضات في مستشفى عمليات الخفجي المشتركة بل من المؤسسين له، بذلت وما زالت تبذل الكثير من وقتها وجهدها في خدمة المرضى والمراجعين وإدارة المستشفى، لقد استمتعت كثيراً بالحديث معها ولو خصصنا لها هذا العدد بأكمله فلن يسع ما تحتويه حياتها من قصص ومواقف ومواعظ.

عندما سألتها عن بدايتها في العمل بمستشفى عمليات الخفجي المشتركة أصرت على أن تبدأ بذكر بدايتها في الشرق الأوسط، حيث ذكرت أنها بدأت العمل في العام ١٩٨٢ وحتى ١٩٨٥ في وحدة العناية المركزة في المركز الطبي للجامعة الأميركية ببيروت، بعد ذلك انتقلت للعمل في المستشفى العسكري بتبوك في وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة كمشرفة تريض في الفترة من ١٩٨٥ وحتى ١٩٩٤، ثم عملت في مستشفى الرياض العسكري في الفترة من ١٩٩٤ وحتى ١٩٩٨ في وحدة العناية المركزة للأطفال والعامه، فيما بدأت العمل في مستشفى عمليات الخفجي المشتركة منذ العام ١٩٩٨ وحتى الآن، حيث كانت ضمن الطاقم الطبي الذي شارك وأشرف على إعداد المستشفى قبل الافتتاح في مبناه الجديد، وعملت بعد افتتاح المستشفى في وحدة العناية المركزة وتدرجت في العمل حتى أصبحت مشرفة تريض.

ومن ذكرياتها في السنوات الأولى لافتتاح المستشفى أن العيادات الخارجية كانت تستقبل في اليوم الواحد ما يزيد على ١٥٠٠ مراجع، حيث كان الكل يعمل بجد من أجل أن يستمر المستشفى في تقديم خدماته الطبية على أكمل وجه، وتطويره وتدارك النواقص والخلل الذي قد يطرأ عليه في بداياته.

ومما ذكرت أن الخفجي من أفضل الأماكن التي عملت فيها، حيث إنها مدينة صغيرة وهادئة، كما أنها المدينة التي منها بدأت دخولها الإسلام.

سألتها عن بداية تقبلها للدين الإسلامي والدافع لدخوله أجابت بأنها بدأت تقراً عن الإسلام منذ كانت في الرياض، حيث كانت إحدى الممرضات في المستشفى العسكري مسلمة، وتجلب لها الكتب التي تتحدث عن الإسلام بالإنجليزية.

فيما ذكرت أن الدافع كان التشابه الذي وجدته فيما بين الإسلام والمسيحية، حيث إنها كانت تدرس في الكنيسة وكانت هناك خمسة أوقات يصلون بها هي نفس أوقات الصلاة في الإسلام، ولكنها تختلف في الوسيط حيث قالت: إنني عندما أصلي بعد أن أسلمت أحسست بأنني أضع عبثاً عن كاهلي عندما أدعو الله تعالى وأناجيهِ، بينما في السابق كنا نشكو همومنا وأوجاعنا لبشر كوسيط بيننا وبين الله تعالى، وأنت أعلم بالبشر قد لا يحفظ سراً، ولا يحل لك أمراً.. فهو شخص يسمع لمجرد السماع فقط.

في نهاية حديثي معها سألتها عن أمنياتها المستقبلية لها أو لعائلتها أجابت: أتمنى من الله أن تكون عائلتي بخير دائماً، كما أتمنى أن يسلم كل الناس، أما أمنيتي الخاصة لي فهي أن أموت وأدفن في أحد البلاد الإسلامية.

مريم هي ممرضة بكل ما تحمله الكلمة من معان إنسانية فابتسامتها دائماً لا تفارق وجهها بالرغم من كل مشاغل ومتاعب الحياة.

انضم حديثاً للمستشفى

انضمت للطاقم الطبي في مستشفى عمليات الخفجي المشتركة طبيبتان للجلدية والأسنان هما: **د. سلوى محمد الوحيدي**؛ إخصائية أمراض جلدية، حاصلة على درجة الماجستير في الأمراض الجلدية والتناسلية، عملت في العديد من المستشفيات داخل المملكة العربية وخارجها، حيث عملت لمدة ٤ سنوات كطبيبة مقيمة في مستشفى بريدة المركزي، كما عملت لمدة ٩ سنوات إخصائية أمراض جلدية في الهيئة الملكية في الجبيل.

د. عنود فهد العنزي؛ طبيبة أسنان حاصلة على درجة البكالوريوس في جراحة الفم والأسنان من جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا، أتمت سنة الامتياز في مستشفى جامعة عجمان للعلوم والتكنولوجيا.

حالة لا تنسى ..

د. فهد الحلوي

استشاري الجراحة رئيس قسم الجراحة في مستشفى عمليات الخفجي المشتركة



فتحة الشرح الاصطناعية في البطن؛ لتتمكن من عملية الإخراج بشكل طبيعي، ولكنها لم تحصل على نتيجة، بل قبل لها إن نسبة نجاح العمل الجراحي لن تتجاوز ٢٪.

راجعت المريضة مستشفى عمليات الخفجي المشتركة، وهي محبطة وبأئسة، فتبدل ذلك الإحباط إلى أمل.. ويعون من الله تعالى أدخلت المستشفى، وأجريت لها عمليات متعددة، ومعقدة تكلفت بالنجاح حيث تمت إزالة التضيق، وانتهت بإغلاق فتحة الشرح الاصطناعي في البطن، وأصبحت قادرة على الإخراج بشكل طبيعي مما جعلها تذرف الدموع فرحاً، وشكرت الله على ما أتم لها من شفاء وعافية، وقد زاد من فرحتها أن جميع الفحوصات والتحليل التي أجريت لها بعد هذه السنين أثبتت شفاءها من الورم السرطاني تماماً.

وقد كانت فرحة الطبيبين كبيرة بهذا الإنجاز؛ لأن الطبيب يسعد وهو يرى الابتسامة على وجه المريض بعد الشفاء.

من الأعمال التي يفخر بها مستشفى عمليات الخفجي المشتركة قصة مريضة من سكان الخفجي، لديها ورم سرطاني في نهاية القولون، وتم استئصال الورم بنجاح، وجرى عمل فتحة شرج اصطناعي في البطن؛ حتى تلجم نهاية الأمعاء الباقية بعد الاستئصال بشكل جيد على أن تغلق فيما بعد، وأرسلت المريضة بعد ذلك لمتابعة العلاج بالأدوية الكيماوية وبالاشعة.

حصل لديها مضاعفات نتيجة للعلاج الكيماوي والشعاعي حيث تضيق الشرج لديها، وكادت وصلة القولون مع المستقيم أن تسد من شدة التضيق؛ مما يعني أنها لن تستطيع إمرار البراز بشكل طبيعي بعد ذلك، وأن تظل معتمدة على فتحة الشرح الاصطناعية في البطن؛ لإخراج الفضلات، مما يسبب لها إزعاجاً كبيراً وخاصة أثناء وجودها في مجتمع أو مع زوارها..

زارت المريضة أشهر المستشفيات في مدينة الرياض، وظلت تتردد على كثير منها حوالي الستين على أمل معالجة التضيق، وإغلاق



د. فهد الحلوي ود. خالد الرفاعي وهما يضعان اللسعات الأخيرة على آخر عمل جراحي للمريضة

افتتاح مكتب التنويم والخروج

- خصصت إدارة مستشفى عمليات الخفجي المشتركة مكتباً خاصاً بجانب الاستقبال الرئيسي للمهام التالية:
- إنهاء إجراءات تنويم المرضى.
 - إنهاء إجراءات الخروج.
 - إصدار تبليغ الولادة وشهادات الوفاة.
 - استقبال طلبات التقارير الطبية وتسليمها.

إحضار إثبات الشخصية عند المراجعة

أصدرت إدارة مستشفى عمليات الخفجي المشتركة التعميم التالي: إلى كل موظفي الاستقبال يمنع منعاً باتاً إدخال أي مريض عن طريق نظام الحاسب قبل التأكد من هوية المراجع، والتحقق من الوثائق التالية: الإقامة بالنسبة للأجانب، بطاقة الأحوال أو الشركة للموظفين، وبطاقة العائلة لأفراد أسرة الموظف.

نبذة عن الأيام الصحية العالمية

اليوم العالمي للامتناع عن التدخين « ٣١ مايو من كل عام »

تحتفل منظمة الصحة العالمية وشركاؤها في كل مكان في ٣١ مايو من كل عام باليوم العالمي للامتناع عن التدخين، مع إبراز المخاطر الصحية المرتبطة بتعاطي التبغ والدعوة إلى وضع سياسات فعالة للحد من استهلاكه.

ويعد تعاطي التبغ أهم سبب منفرد للوفيات التي يمكن تفاديها على الصعيد العالمي، علماً بأنه يؤدي حالياً إلى إزهاق روح واحد من كل عشرة بالغين في شتى أنحاء العالم.

يودي وباء التبغ العالمي بحياة ما يقرب من ٦ ملايين شخص سنوياً، منهم أكثر من ٦٠٠ ٠٠٠ شخص من غير المدخنين الذين يموتون بسبب استنشاق الدخان بشكل غير مباشر. وإن لم نتخذ التدابير اللازمة فسيهزق هذا الوباء أرواحاً أكثر من ٨ ملايين شخص سنوياً حتى عام ٢٠٣٠.

وستسجل نسبة ٨٠٪ من هذه الوفيات التي يمكن الوقاية منها في صفوف الأشخاص الذين يعيشون في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل.

ويكمن الهدف النهائي لليوم العالمي للامتناع عن التدخين في المساهمة في حماية الأجيال الحالية والمقبلة من هذه العواقب الصحية المدمرة، بل وأيضاً من المصائب الاجتماعية والبيئية والاقتصادية لتعاطي التبغ والتعرض لدخانه.

«موقع منظمة الصحة العالمية»



اليوم العالمي لارتفاع ضغط الدم « ١٧ مايو من كل عام »

يعد ارتفاع ضغط الدم القاتل الصامت؛ لأنه ليست له أعراض واضحة، وقد بينت الدراسات العالمية إصابة أكثر من ١,٥ مليار نسمة في جميع أنحاء العالم بهذا المرض، وأن حوالي ٧ ملايين شخص يموتون سنوياً من ارتفاع ضغط الدم.

حيث وصل معدل ارتفاع ضغط الدم في الرجال إلى ٢٨,٦٪ في حين بلغ بين النساء حوالي ٢٣,٩٪ - أقل بكثير من الرجال. تجدر الإشارة إلى أن السلوكيات اليومية تؤدي وبشكل مباشر إلى الإصابة بمرض ارتفاع ضغط الدم، حيث يهمل ٥٠٪ من السعوديين عدد ساعات النوم المطلوبة لصحة الجسد وخاصة في المدن الكبرى.

حددت منظمة الصحة العالمية يوم ١٧ مايو من كل عام ليكون اليوم العالمي لضغط الدم؛ بهدف تسليط الضوء على مدى خطورته والتوعية به، حيث إن الوقاية منه سبب رئيس؛ لتفادي كثير من المخاطر الصحية المرتبطة به والتي من أهمها: السكتة الدماغية وأمراض القلب والكلى.

تشير بعض التقارير إلى أن ٢٥٪ من السعوديين من الجنسين يعانون من ضغط الدم، وأن معدل الإصابة بارتفاع ضغط الدم بلغ ٢١٪ ممن تجاوزوا ١٥ عاماً.

«موقع جامعة الملك سعود للعلوم الصحية»

اليوم العالمي للثلاسيميا « ٨ مايو من كل عام »

مرض الثلاسيميا هو اضطراب وراثي يحدث في خلايا الدم، ويوصف بانخفاض مستوى الهيموغلوبين، وانخفاض عدد كريات الدم الحمراء عن المعدل الطبيعي. والهيموغلوبين هو مادة في خلايا الدم الحمراء تحمل الأكسجين، لذلك فإن انخفاض الهيموغلوبين يسبب فقر الدم.

تتمتع علامات وأعراض الثلاسيميا على نوع المرض وشدته، فبعض الأطفال تظهر لديهم علامات المرض وأعراضه منذ الولادة، في حين تظهر الأعراض لدى بعضهم الآخر خلال العامين الأولين من عمر الطفل، وقد لا تظهر لدى الأطفال المصابين باضطرابات في جين واحد من الهيموغلوبين.

يفعل اليوم العالمي للثلاسيميا في الثامن من مايو من كل عام تحت شعار «حق الرعاية الصحية الجيدة لجميع مرضى الثلاسيميا الكبرى وغيرها» والذي نسعى من خلاله إلى ترسيخ حق المرضى في العلاج والوصول إلى الخدمات الطبية.

وتتظم وزارة الصحة حملة تثقيفية لزيادة الوعي الصحي حول هذا المرض للمصابين وأسرهم والمجتمع عامة، وكيفية التعايش مع هذا المرض والوقاية منه.

وتلتزم وزارة الصحة المقبلين على الزواج بإجراء فحص ما قبل الزواج لحماية الأجيال القادمة من انتقال العديد من الأمراض الوراثية، ومنها مرض الثلاسيميا.

إحصاءات محلية

حسب الإحصاءات الخاصة ببرنامج الزواج الصحي يبلغ عدد الإصابات المسجلة بالثلاسيميا حوالي ١٠٠ حالة سنوياً في حين يبلغ عدد حالات الحملة حوالي ٤٥٠٠ حالة.

«موقع وزارة الصحة السعودية»



الأخيرة

نصائح الحياة ملحقات الدرة الطبي الشهري

حديث الصورة



أقبل أيديكما بحثاً
عن رضاكما فطريق
الجنة يبدأ من
خلالها.
تدعونا الدنيا؛
لتلهينا، ولكن أي
توفيق نبحت عنه
بعيداً عنكما؟
قد تكون الحياة غير
ذات معنى إن كانت
بلا رضاكما!
أحمد العمري

أساليب فعّالة للوقاية من "حصى الكلى"

راقب كمية الأوكسالات في طعامك: الأوكسالات هي عبارة عن أملاح تتواجد بشكل طبيعي في بعض الأطعمة مثل



الشوكولاتة

التوت

الجوز

السبانخ

80% من الحصى الكلوية تكون ناجمة عن أوكسالات الكالسيوم

أكثر من تناول الحمضيات: تساعد الفواكه الحمضية مثل الليمون على مقاومة تشكل الحصى الكلوية

راقب الكميات المستهلكة من الأملاح: يؤدي استهلاك الملح بكثرة إلى تكوين الحصى في الكلى حاول ألا يتجاوز استهلاكك من الملح الحد الموصى به وهو 5 غم (أي ما يعادل ملعقة كبيرة) للبالغين



اشرب كميات أكبر من الماء: شرب 3 لترات من الماء وذلك ليخرج الكمية الطبيعية من البول والتي تصل إلى لترين

كاريكاتير



مدير التحرير: ناظر قسم الشؤون الإعلامية
فارس فراج السبيعي

رئيس التحرير: مدير دائرة العلاقات العامة والحكومية
م. رياض عبد الرحمن الحسن

رئيس اللجنة التشغيلية المشتركة
م. عبد الله ناصر الهلال

مراجعة لغوية:
عبدالله مهدي الشمري
سعيد محمد حسب الله

المحررون: نوال العنزي - أحمد العمري
مراجعة طبية: د. علي اسماعيل
رئيس التعليم الطبي

مشعل الشمري
مدير دائرة الخدمات الطبية
د. سعود الذيب
ناظر الشؤون الطبية

إشراف عام



الشركة الكويتية لنفط الخليج
KUWAIT GULF OIL COMPANY

KJOC

ارامكو لأمال الخليج
Aramco Gulf Operations

عمليات الخفجي المشتركة AL KHAFJI JOINT OPERATIONS