

حكاية كعك بلادي



حكاية حب وصدق انطلقت بمبادرة الى دعم السيدات من خلال مشروع بيتي بداته من خلال مطبخها، وانتاج الكعك الذي يحبه اولادها وبنفس الطعم ونفس المكونات، وهو كعك صحي خالي من السكر المضاف ومكونات نباتية 100% باستخدام طحين قمح وزيت الزيتون والشمر والينسون.. وعن ذلك تقول " هو كعك الاجداد رجعتها بطريقة جديدة باضافة بعض الاشياء مع العجوة مع الجوز والعجوة مع الفسقد الحليبي والعجوة مع السمسم فكل هذه المواد الصحية المغذية المهمة لجسم الانسان نقدمها للمستهلك من خلال كعك بلادي الذي يقدم كل ما تحتاجه خلال يومك من تمر و طحين قمح و زيت زيتون من الشمر والينسون ومن السمسم وفوائده ومن العجوة مع الجوز ومدى فائدة الجوز والفسقد الحليبي، فالعككة التي كل هذه المواد الغذائية المهمة للانسان والصحية 100% والتي نحضرها بطريقة منزلية يدوية بدون استخدام اي ماكينات في تحضيرها".



وتضيف " هذا المشروع تطور واصبح يتم تصديره لدول الخليج العربي وجميع انحاء العالم واصبح كل شخص يغادر مطار عمان توجد بحقيبته كعك بلادي حاملا حكاية بلاد ورواية الاجداد وعبق التاريخ وعشق الارض".
وتختتم حديثها بالقول "نعم كبرنا وكبرت طموحاتنا وامالنا بتشغيل عدد اكبر من السيدات، لنساهم في توفير مصدر دخل للسيدات واخراجهن من جيوب الفقر".



kaekblady



الاطفال وتطورات الحياة

ارتفعت نسبة معانات الكثير من الاهالي في الآونة الاخيرة من بعض المشاكل مع اطفالهم مثل العناد، والعصبية، و التثنت، ونقص التركيز والانتباه ، فقدان اللغة المنطوقة ونقص اللغة الاستيعابية ، نقص التواصل البصري والتفاعل الاجتماعي ، نقص المقدرة العضلية و الحركية الخ، وخصوصا الفئة العمرية ما بين 2-6 سنوات.

من هنا نود الاشارة الى ان وجود هذه المشاكل ناتج عن خلل في البيئة المحيطة بالطفل و طبيعة حياته اليومية ، وكيفية تعامل الاهل و تفاعلهم مع ابنائهم.

فيجب على الاهالي محاولة تغيير نمط حياتهم مع اطفالهم وذلك بعدة جوانب منها :

- حاول زيادة تفاعلك مع طفلك، خصص وقت يومي للعب والحديث معه ، اُجب عن جميع استفساراته (الطفل الطبيعي كثير التساؤلات ويجب الاجابه على تساؤلاته بطريقة صحيحة و مقنعة ، حتى ننمي شخصيته و مداركه)، تحدث مع طفلك و ناقشه في امور حياته ومشاكله تطلعاته للمستقبل وحاول اخذ رأيه ومقترحاته، إروي له القصص و أسأله و ناقش معه العبره والهدف من هذه القصة، إعب مع طفلك بالمعجون و المكعبات والبزل والرسم وغيرها من الانشطة التي تنمي مهاراته وتحفز مداركه.
- حاول ايجاد بيئة تفاعل اجتماعي لطفلك ، لعب مع اقرانه ، زيارات للمعارف والاهل ، الحدائق واماكن اللعب والترفيه ، مراكز الانشطة وتحفيظ القراءان و نوادي التدريب الرياضي.
- قلل ونظم اوقات تعامل طفلك مع الهواتف والاجهزة الذكية او حتى اوقفها من حياة طفلك اذا امكن ، حيث ان لهذه الاجهزة دور كبير في زيادة التثنت و ضعف التركيز والانتباه و ضعف التواصل البصري مع الاشخاص و عدم الاستماع للتعليمات و تنفيذ الاوامر التي تطلب منه.

لقد اختلفت الحياه في هذه الايام عن حياتنا في الماضي، كنا في الماضي نقضي معظم اوقاتنا باللعب مع اقراننا في الحي ونطور خبراتنا الحركية والادراكية ، اما الان من الصعب خروج الاطفال للعب في الخارج ، مما يزيد العبء على الاهل حيث يقع على عاتقهم ايجاد وسائل لتعويض النقص في الخبرات البدنية والادراكية والمعرفية لدى اطفالهم ، و عدم اشغال الاطفال بالتلفاز و الهواتف و الاجهزة الذكية.

لنبنني جيل المستقبل حافظ على ابنائك

احذر ... ان لم يكن لديك الوقت لتربية ابنائك فإن المجتمع والتكنولوجيا لديهم كل الوقت لافسادهم

اضطرابات النمو في سن الطفولة المبكرة

هي اي مشاكل جسدية أو دماغية تؤثر على تطور الطفل أثناء نموه بحيث تأخر في تطور المهارات الحياتية الضرورية وعلى الاداء الوظيفي والسلوكي للطفل .

قد تؤثر هذه الاضطرابات على مجالات متعددة مثل (تأخر و خلل في التطور الحركي ،خلل وقصور في الإدراك والتعلم،التثنت و ضعف التركيز و الانتباه، ضعف الاستقلال الجسدي أو العاطفي، مشاكل حسية ، فقد المهارات الاجتماعية والتواصل) وقد يوجد العديد من اضطرابات النمو في الطفولة وان لم يتم التدخل المبكر لعلاجها قد تستمر طوال الحياة.

يتم رصد علامات الاضطرابات النمائية عن طريق مراقبة نمو الطفل وتطوره ، وهي عملية نشطة ومستمرة.

تبدأ عملية الرصد من خلال تفاعل وتواصل الام والاهل مع الطفل ، ان تم الشك بأي اضطرابات عند الطفل خلال السنوات الاولى يجب الحصول على استشارة من قبل المختصين لتقييم مهارات الطفل وقدراته . تتضمن مراقبة النمو مراقبة كيف ينمو طفلك وما إذا كان الطفل يحقق النمو المناسب للمرحلة والعمر النمائي خلال مراحل النمو النموذجية ، أو المهارات التي يصل إليها معظم الأطفال في سن معين ، مثل : [تطور المهارات الحركية (التحكم بالرأس والجذع والاطراف ، الجلوس ،الحبي ، المشي...) ، تطور القدرات الادراكية ومشاركة اللعب مع اقرانه والتعلم والتحدث والتصرف الطبيعي].

التدخل المبكر والتقييم الصحيح هو من افضل الطرق لعلاج الاضطرابات النمائية كافة، جلسات التأهيل و تعديل السلوك خلال المراحل الاولى هي خدمه علاجية يتم من خلالها عمل برنامج لتطوير قدرات الطفل ،بحيث يتعاون الأباء ومقدمي الخدمات على العمل معاً لمراقبة نمو الطفل وتطوره ادراكيا وحركيا .

خلال الفحص والتقييم يتم استخدام قائمة مرجعية مختصرة للنمو والتطور الطبيعي يتم من خلالها رصد تطور الطفل ونموه ومقارنة ذلك بالتطور الطبيعي المفترض لطفل بهذا العمر الزمني .

إذا تم ملاحظة او رصد أن الطفل لا يحقق مراحل النمو الطبيعي ، فيجب أن يبدأ الطفل في برنامج مراقبة النمو ووضع خطه علاجية نمائية . بحيث يتم وضع برنامج خاص للطفل ومراقبة وتحفيز تطورات النمو ورصد اي تغيير بمرور الوقت وما إذا كان الطفل يحقق الاهداف اللازمة لتحسن حالته.

من المهم أيضاً معرفة تاريخ عائلة الطفل .حيث من الضروري معرفه اذا كان هناك اي تاريخ مرضي مشابه ضمن أفراد أسرة الطفل ، بما في ذلك الاعاقات الحركية والادراكية ، التوحد ، اضطرابات التعلم ، الإعاقة الذهنية ، اضطراب نقص الانتباه و فرط النشاط الخ



محمد فهد الشوابكه



ولنا كلمة

تمكين المرأة

إن الاهتمام بتمكين النساء ليس جديداً على ساحة التنمية في الدول العربية.

حيث كان ينظر إلى حماية حقوق النساء على أنها أمراً ضرورياً لتحقيق التقدم والتنمية الوطنية، إلا أن جوهر العمل الحالي يختلف عن الحركات النسائية التاريخية من حيث تركيزه على الفرد وضمه لمدى أكثر اتساعاً من الفاعلين المتلزمين.

و منذ العام 1860 شهدت الدول العربية ظهور دلائل وتعبيرات تنادي بتحسين وضع المرأة وبفرض تعليم جديدة في كتابات نساء من الطبقة المتوسطة والعليا والتي تم تداولها بين النساء في المجالات المهمة بشؤون المرأة مثل الفتح (1882) أنيس الجليس (1893) وفتاة الشرق (1906).

ومنذ أواخر العشرينيات حتى نهاية الستينات من القرن العشرين شهدت التجربة العربية بروز حركات نسائية أهلية منظمة لها مشاركتها في الجهود الرامية إلى تحقيق التطورات القومية نحو الاستقلال. فقد ظهرت حركة نسوية نشطة في مصر منذ العشرينيات حتى منتصف الخمسينيات، وفي لبنان وسوريا والعراق منذ الثلاثينيات حتى الأربعينيات، وكذلك في السودان في الخمسينيات.

ومنذ بداية عام 1950 بدأت الحكومات العربية في التعايش مع الحركات النسوية المستقلة. تلك هي الفترة التي حصلت فيها كثير من الدول العربية على الاستقلال واتخذت إجراءات طموحة لخلق هويات وطنية جديدة وتحديث الدولة.

وأصبح ما يعرف حالياً بتمكين المرأة جزءاً لا يتجزأ من خطط الدولة.

ولذلك تبنت دول كثيرة دساتير ومواثيق جديدة تشمل بشكل واضح النساء كمواطنين متساوين. واستفادت النساء بشكل كبير من الاستثمارات في مجال التعليم والصحة وخلق فرص العمل ومن حقوق أكبر منحت لهن في المجال السياسي.

و شهدت تلك الفترة أيضاً إجراءات محددة لتشجيع مشاركة النساء في الحياة العامة، مثل قوانين العمل التي سمحت للنساء بإجازات الوضع ومزايا رعاية الأطفال وحق الانتخاب وإنشاء الوزارات والهيئات التي ترعى شؤون المرأة.

ومن هنا فان الاهتمام بتمكين المرأة امر ضروري في الوقت الحالي لذا فقد خصصنا العدد الحالي للحديث عن المرأة ودورها في المجتمع.



مال و أعمال
Finance & Business

اقتصادية شهرية متخصصة

العدد 58/177 - مارس 2023

المدير المسؤول
محمد فهد الشوابكه
General Manager
Moh'd Shawabkeh

المدير العام
فيصل سليمان أبو مزيد
General Manager
Faisal S. Abu Meziad

سكرتير التحرير
رشا الخوالدة
Editor Secretary
Rasha Al-Khawaldeh

مستشار التحرير
وفاء دويكات
Editorial Advisor
Wafaa Dweikat

نائب مدير التحرير
د. اسراء الشوابكه
Deputy Managing Editor
Dr. Esraa Al-Shawabkeh

مدير العلاقات العامة
اسراء الخوالدة
Public Relation Manager
Isra Al-Khawaldeh

التصميم والإخراج الفني
مال واعمال
Graphic Designer
Finance & Business

المستشار القانوني
محمد عبد الرحمن الشوابكه
Legal Counsel
Moh'd Shawabkeh

مال و أعمال

Finance & Business

يمكن مشاهدة المجلة على الموقع الإلكتروني

www.fbmjo.com

الامارات العربية المتحدة - دبي

+971 56 9442 229-

+962 77 5004 105

E-mail : info@fbmjo.com

fbmjo@hotmail.com



سعر المجلة 7 دولار او ما يعادلها

الإشتراك السنوي 200 دولار



الدكتور محمد عزيز الهيجاوي

استشاري جراحة السمنة والمنظار
والجراحة العامة MD,FACS

الشهادات

- زمالة كلية الجراحين الأمريكية
- زمالة جراحة السمنة المتقدمة بالمنظار وجراحة الجهاز الهضمي العلوي من أعرق وأقدم المستشفيات في أوروبا مستشفى سانتيان في بروج - بلجيكا
- البورد الأردني في التخصص الفرعي في جراحة المنظار والسمنة
- التدريب السريري من مركز جراحة السمنة والأمراض الإستقلابية بمدينة الملك سعود الطبية بالرياض
- زمالة ودبلوم جراحة المناظير من مستشفى المناظير العالمي في ساير ستي - هاربانا
- البورد العربي - الأردني في إختصاص الجراحة العامة

العضويات المهنية

- زميل كلية الجراحين الأمريكية (FACS)
- عضو الاتحاد الدولي لجراحة السمنة والاضطرابات الأيضية (IFSO)
- عضو الجمعية السعودية لطب جراحة السمنة (SASMBS)
- عضو جمعية جراحة السمنة الأردنية (JSOS)
- عضو جمعية جراحة المناظير العالمية (WALS)
- عضو جمعية الجراحة الأردنية (JSS)

مستشفى العبدلي - طابق 15
شارع الإستثمار - بوليفارد العبدلي

@dr_alhaijawi

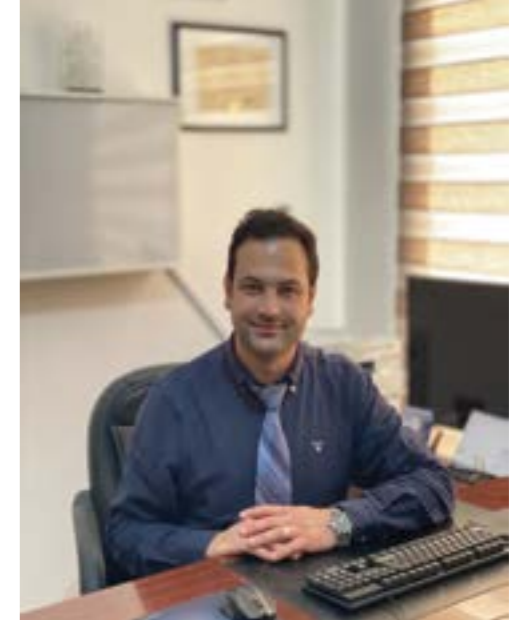


00962 79 095 0658



معلومات عامة عن الدسك وآلم الظهر وعرق النسا

بقلم الدكتور فراس رواقه



آلام الظهر والرقبة والعمود الفقري والانزلاق الغضروفي: الأسباب والأعراض والعلاج

والتقنيات الحديثة وعلامات الخطر والأخطاء الشائعة:

آلام الظهر والعمود الفقري هي من الأمراض الشائعة إذ تصيب تسعين بالمئة من الناس في فترة ما من حياتهم. لهذه الآلام العديد من الأسباب منها آلام العضلات والأربطة وتهيج المفاصل والأوتار وذلك ينتج عن أسباب عديدة منها الشد العضلي أو الإجهاد الزائد مع ضعف اللياقة البدنية والجلوس لفترات طويلة أو الانتقال الفجائي بين الجو الحار والبارد أو تمزق العضلات أو الأربطة الناتج عن حركة عنيفة إضافة إلى أسباب أخرى منها أمراض المفاصل الالتهابية.

ومن أسباب آلام العمود الفقري أيضا الانزلاق الغضروفي المسمى بالدسك وهو بروز جزء من القرص الغضروفي بين الفقرات إلى خارج مكانه الطبيعي والذي قد يسبب انضغاطا للقناة الشوكية أو للأعصاب الخارجة منها مما يسبب آلاما في الظهر تمتد عادة إلى الأطراف يصحبه أحيانا خدران أو تمييل أو لسعات وقد يرافق ذلك صعوبة أو خلل في المشي أو ضعف في حركة الأطراف أو في السيطرة على الإخراج. تسمى هذه الأعراض شعبيا بعرق النسا.



ما هو علاج آلام العمود الفقري وعلاج الانزلاق الغضروفي؟

يختلف العلاج من مريض إلى آخر تبعا لاختلاف مسبب الألم ومكانه وشدته وأعراضه وعوامل أخرى عديدة. يتم اختيار العلاج المناسب بعد تشخيص أسباب الألم وذلك بعد معاينة المريض وفحصه سريريا وأحيانا بعد إجراء فحوصات مخبرية أو صور شعاعية أو صور رنين مغناطيسي. قد يشمل العلاج واحدا أو مجموعة من الأشياء منها تغيير نمط الحياة والحركة والعلاج الطبيعي والتمارين أو أدوية أو حقن إبر أو عمليات جراحية.



من التقنيات الحديثة في علاج الانزلاق الغضروفي هي الجراحة باستخدام المنظار والتي يمكن استخدامها لعلاج بعض المرضى الذين يعانون من الانزلاق الغضروفي الضاغط على الأعصاب. من فوائد هذه التقنية مقارنة بالعمليات التقليدية أن جرح العملية يكون صغيرا جدا وبالتالي يكون الألم بعد العملية طفيفا ويكون التعافي بعد العملية أسرع للعودة للحياة الطبيعية كما يمكن في بعض المرضى إجراء العملية تحت البنج الموضعي دون الحاجة إلى تخدير وتكون الرؤية أثناء العملية أوضح وأدق وبالتالي تكون العملية أكثر أمانا ويكون احتمال حدوث مضاعفات مثل التهاب الجرح أقل بكثير مقارنة بالعمليات التقليدية. من فوائدها أيضا عدم الحاجة إلى إزالة جزء كبير من العظم للوصول إلى الديسك وبالتالي يلغي الحاجة إلى تثبيت الفقرات بالبراغي عند بعض المرضى ويقلل من احتمال حدوث عدم استقرار الفقرات مستقبلا.



ما هي الأخطاء الشائعة لدى المرضى في فهم وعلاج الام العمود الفقري والانزلاق الغضروفي؟

من أكثر الأخطاء شيوعا لدى المرضى هي المقارنة والقياس مع المرضى الآخرين وتقليدهم في أسلوب العلاج. إن آلام العمود الفقري ومرض الانزلاق الغضروفي هم من أكثر الأمراض تنوعا واختلافا بين المرضى إذ تختلف بين المرضى طبيعة المرض وسبب الألم ومكان المرض وشدته ومدته ومضاعفاته والأعراض التي تنتج عنه والحالة الصحية العامة للمريض. إن التنوع الواسع في كل هذه العوامل وغيرها يجعل من المرض سمة خاصة لكل مريض تتباين تبعا لها طريقة العلاج وتجعل لكل مريض علاجه الخاص.

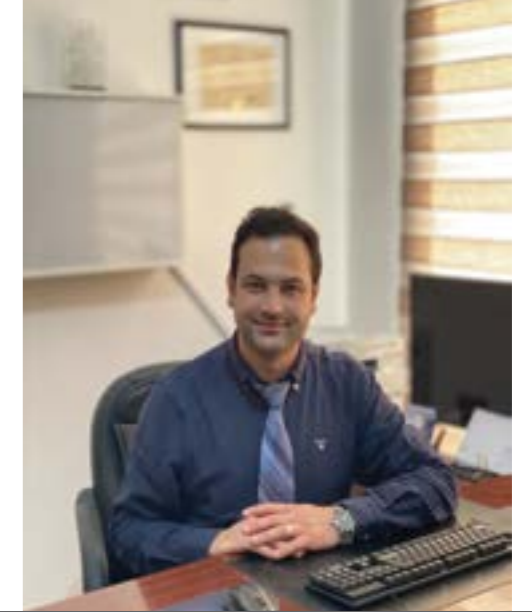
ما هي علامات الخطر التي تستدعي مراجعة الطبيب مباشرة دون تأخير؟

من علامات الخطر التي تستدعي أحيانا التدخل المباشر للعلاج هي الام العمود الفقري التي يصحبها تدهور في القدرة على حركة أحد مفاصل الأطراف وتشمل الضعف أو الشلل. ومن علامات الخطر أيضا فقدان السيطرة على الإخراج أو حصر البول أو الحمى التي تصاحب الألم. تعتبر هذه الأعراض علامات خطر لأنها قد تكون ناتجة عن ضرر مؤقت في الأعصاب قد يتحول إلى ضرر دائم وأبدي إن لم يتم التدخل سريعا لإنقاذ العصب. يستدعي وجود أحد علامات الخطر مراجعة الطبيب دون أي تأخير إذا كان التدهور على مدى أيام أو أكثر أو مراجعة طوارئ المستشفى مباشرة إذا كان التدهور سريعا على مدى ساعات أو أقل.



أساليب علاج الدسك والعمود الفقري وتعريفها

بقلم الدكتور فراس رواقه



ما هو علاج الديسك وآلام العمود الفقري؟

يتباين العلاج من مريض إلى آخر تبعاً لاختلاف مسبب الألم وشدته ومكانه وأعراضه والحالة العامة للمريض والفحص السريري وعوامل أخرى. يقوم الطبيب باختيار العلاج الأنسب للمريض بعد فحصه والاطلاع على الفحوصات والتصوير الشعاعي أو الرنين المغناطيسي.

أساليب العلاج تشمل الأدوية والعلاج الطبيعي وتغيير نمط الحياة وعمليات جراحية وعمليات الأنيوب وعمليات المنظار وعمليات التردد الحراري وعمليات حقن في جذر العصب أو في المفاصل الوجيهة أو في مفصل الحوض. قد يشمل علاج المريض واحدة أو أكثر من هذه الأساليب تبعاً لحالة المريض.



ما هو الفرق بين عمليات المنظار (Endoscopic) والعمليات عن طريق الأنبوب (Tubular Microscopic)؟

عمليات المنظار أحدث وأفضل وهي مرحلة متطورة أكثر من عمليات الأنبوب. في عمليات الأنبوب يتم إبعاد الأنسجة للوصول إلى الديسك عن طريق أنبوب قطره حوالي واحد ونصف سينتيمتر وتتم الرؤية في العملية عن طريق جهاز تكبير الصورة (الميكروسكوب) موجود خارج جسم المريض. في عمليات المنظار تكون الرؤية عن طريق كاميرا مثبتة على جهاز المنظار داخل جسم المريض بحانب الديسك مباشرة ويتم إدخال الجهاز والأدوات عن طريق جرح صغير جداً. وبالتالي في عمليات المنظار مقارنة بعمليات الأنبوب يكون الجرح أصغر ويكون النزيف أقل ويكون احتمال حدوث المضاعفات والالتهاب أقل والحاجة إلى إزالة العظم أقل. في عمليات المنظار أيضاً تكون الرؤية أوضح وأدق حيث أن وجود زاوية في الكاميرا يوفر إمكانية كشف الأنسجة والأعصاب المحيطة بالكاميرا من جميع الجهات. كما يوفر جهاز المنظار ميزة مهمة لا تتوفر في عمليات الأنبوب وهي إمكانية الدخول إلى الديسك عن طريق مخرج العصب الجانبي (Transforaminal Approach) بدلا من المدخل الخلفي للعمود الفقري.

ما هو الفرق بين عمليات المنظار (Endoscopic) والعمليات

التقليدية (Conventional)؟

كلاهما يعطي نتائج جيدة فيما يتعلق بإزالة الضغط عن العصب ولكن هنالك فرق كبير فيما يتعلق بالآثار الجانبية للعملية. مميزات جراحة الدسك بالمنظار: مقارنة بالعمليات التقليدية جرح العملية يكون صغيراً جداً وبالتالي يكون الألم بعد العملية طفيفاً ويكون التعافي بعد العملية أسرع للعودة للحياة الطبيعية كما يمكن في بعض المرضى إجراء العملية تحت البنج الموضعي دون الحاجة إلى تخدير وتكون الرؤية أثناء العملية أوضح وأدق وبالتالي تكون العملية أكثر أماناً ويكون احتمال حدوث مضاعفات مثل التهاب الجرح أقل بكثير مقارنة بالعمليات التقليدية. من فوائدها أيضاً عدم الحاجة إلى إزالة جزء كبير من العظم للوصول إلى الديسك وبالتالي يلغي الحاجة إلى تثبيت الفقرات بالبراغي عند بعض المرضى ويقلل من احتمال حدوث عدم استقرار في الفقرات مستقبلاً.



ما هو احتمال عودة الديسك مرة أخرى بعد إزالته بعملية؟

احتمال عودة الديسك مرة أخرى بعد إزالته بعملية تبلغ عشرة بالمئة 10%. لا تختلف هذه النسبة باختلاف نوع العملية سواء كانت تقليدية أو بالمنظار. في معظم المرضى الذين يعود الديسك لديهم للظهور مرة أخرى يكون السبب عدم الالتزام بالتعليمات ما بعد العملية خاصة فيما يتعلق بطريقة النهوض من الفراش أو بسبب حركة مفاجئة يقوم بها المريض.

عمليات حقن جذر العصب وحقن مفاصل العمود الفقري:

هي أحد الأدوات التي تستخدم لعلاج الآلام في العمود الفقري. تتم عملية الحقن عادة تحت جهاز الأشعة السينية. ويتم فيها حقن مواد تخفف الألم والتهييج في مكان التأثير. تستخدم عملية الحقن في الحالات التالية:

- 1- علاج تهيج مفصل الحوض.
- 2- علاج تهيج المفاصل الوجيهة في العمود الفقري.
- 3- تخفيف الألم الناتج عن انضغاط العصب في المرضى ذوو الحالة المتوسطة.
- 4- تأكيد التشخيص أو المساعدة في التشخيص لمسبب الألم في العمود الفقري في حالة

وجود عدم يقين لمسبب الألم. يحدث ذلك في المرضى الذين يشكون من أعراض غير واضحة المعالم أو في المرضى الذين لديهم عدة ديسكات في الصورة ولا يعرف أي ديسك فيهم هو المسبب للألم. اختفاء الألم بعد الحقن يثبت أن المكان الذي تم الحقن فيه هو مصدر الألم وبالتالي يقود الطبيب إلى وضع خطة علاجية مستقبلية.

5- تخفيف الألم الناتج عن انضغاط العصب في المرضى الذين وضعهم الصحي لا يسمح بإجراء عمليات جراحية.

6- تخفيف الألم الناتج عن انضغاط العصب مؤقتاً في حال انتظار الدور لإجراء عملية جراحية. تختلف مدة تخفيف الألم من مريض إلى آخر وقد تتراوح من شهر إلى عدة شهور إلى اختفاء دائم للألم.

7- تخفيف الألم الناتج عن انضغاط العصب في المرضى الذين لا يرغبون بإجراء عملية جراحية وليس لديهم علامات خطر.



www.ferawclinic.com

د فراس رواقه

أخصائي جراحة الدماغ والأعصاب
والعمود الفقري وجراحة الدسك بالمنظار

- البورد الأوروبي في جراحة الأعصاب (FEBNS)
- اختصاص جراحة العمود الفقري بالمنظار - سويسرا - دافوس (AO Spine, Endoscopy)
- الاختصاص العالي في جراحة الدماغ والأعصاب في جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية

- البورد الأردني في جراحة الأعصاب والبورد العربي في جراحة الأعصاب
- عضو الرابطة السويسرية العالمية لجراحة العمود الفقري (AO Spine)

- علاج الام الظهر والرقبة والعمود الفقري
- علاج الانزلاق الغضروفي (الديسك)
- علاج تضيق القناة الشوكية
- تنظير العمود الفقري
- جراحة العمود الفقري
- علاج كسور العمود الفقري
- علاج أورام العمود الفقري
- علاج أورام النخاع الشوكي
- علاج متلازمة القناة الرسغية
- علاج إصابات الدماغ والجمجمة
- تصريف السائل الدماغي الشوكي
- علاج الاستسقاء الدماغي
- علاج أورام الدماغ والسحايا
- علاج القيلة السحائية
- علاج تعظم الدروز الباكر
- ترميم عظم الجمجمة



صعوبة المشي وتضيق القناة الشوكية

بقلم الدكتور فراس رواقه



-صعوبة المشي وتقطع عند كبار السن وتضيق القناة الشوكية القطنية:

يعاني كبار السن في كثير من الأحيان من صعوبة المشي أو تقطع المشي بحيث لا يستطيع المريض والوقوف والمشي أكثر من فترة محددة ينتج بعدها في الظهر والأطراف السفلية ألم أو ضعف ووهن أو خدران وتنميل بحيث يظطر المريض للجلوس لفترة يرتاح فيها قبل القيام لمواصله المشي. قد يرافق هذا أيضا انحناء في الظهر ورغبة في الاستناد أماميا إلى قطعة أثاث أثناء الوقوف. معظم الناس لا يعلمون أن هذه المشكلة لها علاج ويعتبرونها جزء طبيعي من التقدم في السن وبالتالي يتجاهلونها للأسف.

تنتج هذه الأعراض غالبا من تضيق القناة الشوكية القطنية وهي القناة التي تمر فيها الأعصاب داخل العمود الفقري في الظهر بحيث تتضخم مجموعة من الأنسجة في القناة الشوكية وتسبب تضيقا فيها يضغط على كيس الأعصاب والأعصاب التي يحتويها. قد يؤدي ذلك في الحالات المتقدمة إلى حصر في البول أو فقدان السيطرة عليه أو ضعف أو شلل في الأطراف السفلية إذا لم يتم التدخل لعلاج التضيق.

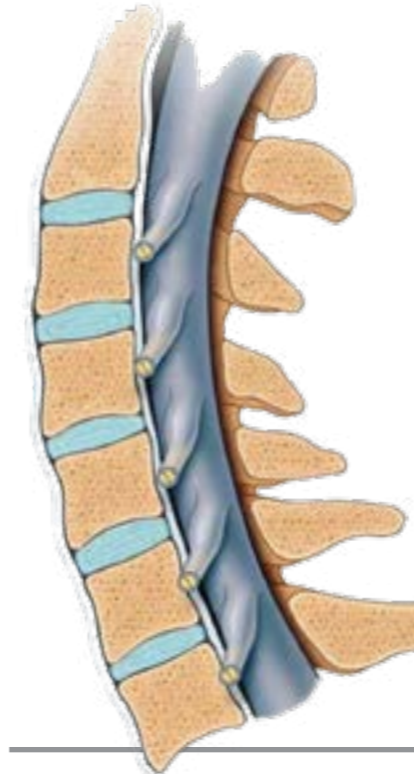


ما هو العلاج؟

يتم علاج تضيق القناة الشوكية عن طريق عملية توسيع القناة الشوكية القطنية. في العمليات التقليدية يتم إزالة الجزء الخلفي من عظم الفقرات والأربطة التي بينها وقد يرافق ذلك أيضا حاجة إلى تثبيت الفقرات بالبراغي والقضبان. من التقنيات الحديثة في علاج تضيق القناة الشوكية هي الجراحة باستخدام المنظار والتي يمكن استخدامها لعلاج بعض المرضى الذين يعانون من التضيق. من فوائد هذه التقنية مقارنة بالعمليات التقليدية أن جرح العملية يكون صغيرا جدا وبالتالي يكون الألم بعد العملية طفيفا ويكون التعافي بعد العملية أسرع للعودة للحياة الطبيعية كما لا يتم فيها إزالة الأربطة الخلفية للفقرات مما يحافظ على استقرار الفقرات ويلغي الحاجة إلى تثبيتها بالبراغي وتكون الرؤية أثناء العملية أوضح وأدق وبالتالي تكون العملية أكثر أمانا ويكون احتمال حدوث مضاعفات مثل التهاب الجرح أقل بكثير مقارنة بالعمليات التقليدية.

ما هي الأخطاء الشائعة لدى المرضى؟

من أكثر الأخطاء شيوعاً لدى المرضى هو تجاهل المشكلة؛ إذ غالبا ما يعتبر الناس صعوبة المشي جزءاً طبيعياً من التقدم في السن ولا يعلمون بوجود علاج للمشكلة ولا يدركون المخاطر التي قد تنتج عن عدم العلاج في حال تقدّم الحالة.



لين الشمالية قصة نجاح، متعددة المواهب ذات أحلام عالمية



ونظرا لجائحة كورونا والاضغاطات التي حصلت بدأت البحث عن عمل جديد حتى ظهر مرض كورونا الذي أغلق الفرص العملية على الجميع وفي هذه الفترة، ولان لين تحب الإنتاج والعمل فكانت تفكر كيف ممكن ان تجعل وقتها ووقت غيرها مفيد عندما كان العالم يشكو من الملل و تضيق الوقت في المنازل. ففتحت لين صفحة مجانية لتعليم اللغة الالمانية مجانا على الفيسبوك **Deutsch with Leen** وقامت بتصوير ٦٥ درس اي اتممت تعليم كورس كامل مما حظا بقبول كبير من المستخدمين للصفحة وقام الكثيرون بمتابعتها والدراسة حتى توالى الشكر والتقدير من البعض على مساعدتها لهم في اجتياز امتحان القبول للدراسة في المانيا... وذلك خلال فترة كورونا نظرا للاغلاقات وعدم وجود مراكز لتدريس اللغة وكذلك استغلال الوقت بما يفيد المجتمع.. وعندها انتهائها من اعطاء الدورة التعليمية للغة الالمانية عادت لين الى موهبتها وهوايتها وهي التصميم والصناعة اليدوية للمجوهرات فعند اخراجها صندوق العدة كانت لين تعطي افكاراً مميزة وجميلة، فتقول لين انه دائما ما كانت تتابع السوق وتجد انه الملابس والمجوهرات المنتشرة في المحلات تكون متشابهة و بالنسبة لها فطالما ما تكون الملابس المتوفرة اما شرقية او غربية ولكن تحب لين بتصاميمها دمج الشرقي والغربي لتظهر بأفكار غير مألوفة للجميع. وعندما قررت لين ان تستغل موهبتها لتبدأ بمشروع عمل لها، شاركت باول بازار وتلقت اعجاب كبير من الزوار فطورت لين نفسها و قامت بايجاد موقع لها في بوليفارد العبدلي في عمان حيث ان معظم زواره من شتى انحاء العالم والخليج العربي وليس فقط من الاردن. حصلت تصاميم لين من الازياء واعمالها اليدوية اعجاب كبير غير منقطع وقوة في مبيعاتها. وجدت لين نفسها في مجال عملها الان والذي هو اصلا هوايتها منذ أن كانت صغيرة وتسعى لين ان تصل في تصاميمها واعمالها الى جميع انحاء العالم. لذلك فإن لين مصممة وريادية من الطراز الرفيع شكلت نقطة تحول في كل مكان وزمان وغادرت اللحظات الأولى من حياتها لتحل في مستهل الوطن والتاريخ.



هادئة هدوء الواثق من نفسه، قوية لتحمل كل شيء، رقيقة وشفافة وعملية للدرجة التي يجبها الجميع في شخصية المرأة، فلين الشمالية عنوان حضاري في مجتمع متنوع الثقافات، حاملة ومتميزة بل أكثر من ذلك بكثير صاحبة رسالة، والجميل في المشهد أن لين الشمالية واحدة من أولئك المبدعات اللواتي يرقين لأن يكن رائدات في العمل، رقيقات في تنظيمهن، شغوفات وحالمات، مصمات ومثقفات، وللنساء رسالة وما أجمل أن توجه من هذه الرسالة الفتاة القوية الرائعة. لين حكاية ارادة واصرار وتحدي من نوع اخر دعونا نتعرف معا على فصول تلك الحكاية.. بدأت لين الشمالية مسيرتها العملية بعد تخرجها من الجامعة الالمانية بتخصص المحاسبة الدولية، وعملت في مجال دراستها في المنظمات ذات طابع العمل الانساني والتعاوني الغير ربحية، وكان عمل ممتع وجدي بالنسبة لها. هذا ودائما ما كانت تحرص عند انتهاء عملها على تقديم هدايا تذكارية من تصميمها، وتنتجها من افكارها لتترك عند مغادرة اي مكان عمل بصمة لها.



—• Aesthetic Medicine •—

Dr. Majd Alhadidi



—• Aesthetic Medicine •—



Sense of
Art with Medical
Knowledge ” ”



+962790044603

Dr. Majd Alhadidi

Dr. Majd Alhadidi

Phinix Clinic

Phinix Clinic

موقع : عمان دابوق ش غانم ولد علي مقابل مقهى عمرزوربا فوق حلويات النجمه مجمع النبرطه

Amman Daboq building 167floor 4

الدكتور خلف الجادر السرحان



العيادة الإستشارية
لجراحة الكلى
والمسالك البولية
وعقم الرجال
وزراعة الكلى

حاصل على شهادات عالمية

- شهادة البورد الأردني - مسالك بولية , (JBU)
- شهادة البورد الأردني - جراحة عامة , (JBS)
- دبلوم عالي في جراحة الكلى و زراعة الأعضاء من جامعة UCL البريطانية
- عضو جمعية جراحة الكلى و المسالك البولية الأمريكية AUA
- زميل كلية الأطباء البريطانيين FRCP
- زميل كلية الأطباء البريطانيين FRCP

شارع الخالدي، شارع أبو فراس الحمداني (امتداد شارع مستشفى فرح للتوليد) - مجمع البسمة الطبي - الطابق ٣

لحجز المواعيد او الاستفسارات : ٠٧٩٥٥٧٠٨٠٩ - ٠٦٤٦٥٨٠٥١

Km.jader@gmail.com

لمة صبايا...

اول كافيه للسيدات في الاردن

"لمة صبايا" خاص للفتيات فقط، هذه هي التسمية التي أطلقتها صاحبة المشروع، بأن يكون هنالك "كوفي شوب ومطعم" يكون مخصصا للسيدات. فداء، هي صاحبة المطعم، والذي يحظى منذ افتتاحه بإعجاب وزيارة العديد من السيدات اللواتي يجدن فيه مكاناً مناسباً ليكون محطة استراحة وترفيه لهن، في أجواء تتميز بالأريحية في الجلوس؛ إذ إن كل من يقدم الخدمات في المقهى من الفتيات، لتستقبل الألوان الزاهية الوردية "الزبونات"، مع أجواء أنثوية تغطي على المكان.

وفي حديثها عن فكرة "لمة صبايا" وأهدافه، أكدت فداء أن البذرة الأولى لفكرة المطعم والمقهى جاءت من شعورها بحاجة السيدات والآنسات لمكان يجتمعن فيه بأجواء آمنة، بحيث يسمح للفتيات بالجلوس لتناول الطعام أو الحديث والاجتماع مع صديقاتهن بكل راحة.

وتقول "إن المكان متنفس ترفيهي في بيئة تراعي الخصوصية وتؤمن للزبونات متنفساً مريحاً وفعاليات ثقافية متنوعة، بالإضافة إلى ضرورة تصحيح مفهوم "الكافيه" بحسب تعريفه العالمي بأن يكون مكاناً للالتقاء وتبادل المعلومات والثقافة والتعارف بين الأفراد أو إنجاز الأعمال".



وتشدد فداء على أن أكثر من دعم فكرتها هم أفراد عائلتها، وكان لتشجيعهم ودعمهم "أكبر الأثر على نفسي والذي دفعني للمضي قدماً وتحمل جميع الصعاب.

فداء أرادت بهذا المشروع استهداف فئة من المجتمع الأردني لم تخدم مسبقاً، وهن النساء اللاتي يردن حياة عصرية فيها الترويج عن النفس في بيئة راقية ومريحة لا تضر صحتهن وصحة بناتهن، وهذه الفئة هي الأكثر تجاوباً معها وإقبالها جيد، وحالياً تتراد منتسبات الجمعيات النسائية المكان كنوع من الترويج أو التغيير ضمن فعاليات مؤسساتهن، وكذلك طالبات المدارس والجامعات يجتمعن في كوكب الزهرة ويقضين وقتاً ممتعاً، إلى جانب تنظيم فعاليات ثقافية تهتم المرأة الأردنية بطرق مبتكرة وإبداعية.



بأسلوب عصري، وإيجاد المكان الأمثل للسيدات للتمتع بأوقاتهن والالتقاء مع الصديقات أو إنجاز أعمالهن في بيئة متميزة". وتتواجد الكثير من السيدات في الكافيه، كونه يقع في منطقة مناسبة في محافظة الزرقاء.

فداء حاولت تحويل مشروعها إلى قصة نجاح، وليس فقط مشروع تجاري، لتثبت أن بإمكان السيدة مهما كانت ظروفها أن تصنع مشروعها التجاري الخاص بها، من خلال دراسة جدوى عميقة ووجود محفزات وعوامل النجاح حولها.

ولكون الكثير من الأشخاص يفضلون الالتقاء وتناول الأطعمة على اختلافها، ولكون السيدات هن أكثر الأشخاص معرفةً بـ"الطبخ وأصوله"، فقد حرصت على أن يتوفر في الكافيه الكثير من الأطعمة على اختلاف أصنافها؛ إذ تؤكد أن إدارة الكافيه تحرص على أن تقدم مأكولات ومشروبات عالمية بعيداً عن المأكولات السريعة المشبعة بالدهون أو التي تعتمد على المنكهات والألوان الصناعية، ويخدم الشابات اللاتي يتبعن برامج معينة للتغذية. وتتمحور رسالة ورؤية "لمة صبايا" من خلال تأكيد فداء أن يكون "ملتقى الذواقة من سيدات وآنسات المجتمع اللاتي يجمعهن حب التميز والعيش



للتواصل...

00962781501419

حكاية اصرار فريدة



ومن مميزاتنا أنها سريعة التطور وهذا نلاحظه من خلال نشاطها، وهي دائماً في تحسن بفضل أخذ ملاحظات الجميع بعين الاعتبار. إيمان الزعبي ذات إرادة قوية تمكنت بمجهودها الخاص وموهبتها من الوصول إلى تحقيق هدفها ورسم ملامح مستقبلها بشكل نموذجي. تعشق البساطة، مهتمة بالتفاصيل من صلب أبيها، من رائحة أمها، تحب المحبة والتسامح، وكانت نيراس حياتها. لذلك نجد ان ابنة اربد دائماً متجددة، متوهجة، متفاعلة، شعار كوني استثنائي، من أجل الإرتقاء بالأدوار الطبيعية للمرأة، ورفع مكانتها وتعزيز دورها في كافة المجالات والميادين. وهو ما أكدته من خلال وضع اهداف مختلفة لجمعيتها ميرتها عن غيرها تمثلت التعليم الاكاديمي والتعليم المهني وكذلك العمل على تمكين المرأة والشباب بحيث يتم ضمهم بعد تخرجهم من الجامعة كمتطوعين لفترة محددة يحصل خلالها المتطوع على شهادة خبرة ويتم العمل على توفير فرص عملهم لهم. الحديث يطول ويطول حول انجازات إيمان ولا تكفي السطور هنا للحديث بتوسع ولكن وضعت لكم جزءاً من سيرتها ولماذا اخترتها السيدة الأكثر تأثيراً لمحافظة اربد.



إيمان الزعبي...

السيدة الأكثر تأثيراً في محافظة اربد

لم اكن قد كتبت قبل الآن عن إيمان الزعبي ابنة عروس الشمال التي احبها الجميع واصبحت مثار إعجاب في كل مكان تحط فيه، قبل الان وذلك لكونها بعيدة كل البعد عن الاضواء ومع اصراري وتدخل صديقة مشتركة رضخت لرغبتني وقبلت اجراء اللقاء.

الحديث عن إيمان الزعبي يقودنا للحديث عن الطموح، فما هي طموحاتها؟ هل تتمنى أن تكون شيئاً ما؟ لماذا لا تفكر قبلاً في أن تصبح ما ترغب به؟ الأمر ممكن جداً، خاصة انها من النماذج العديدة المتقدمة، التي تترك الفرصة للشباب، وتغذي أحلامهم بالتواجد في الأماكن التي يرغبون بأن يكونوا فيها بعد.

ما يهمني اليوم هو إيمان، او لنقل الملاك ، التي منحها الله سبحانه وتعالى، قدرة فائقة على التسامح والسمو بروحها، والارتفاع عن صغائر الأمور وفتاتها الذي قد يتحول في لحظة ما إلى معيق لمسيرتها الإبداعية، وبذلك فقط تمكنت من إحداث توازن جميل في شخصيتها، بتراكم إصرار لم يأتي بين ليلة وضحاها، إيماناً منها بأن الحياة زهرة قصيرة جداً، ولا بد أن تستثمر كل دقيقة فيها من أجل ترك أثر جميل، وإضافة شيء ما، وحتى لا تكون عبئاً على المجتمع الذي عاشت في ظلاله منذ ان ولدت.

إيمان تلك الزهرة تبرعت في كل مكان، فتميزت في كل شيء، حتى ارتوت، إيمان اسم أردني كالنخلة في سماء الإبداع.

استطاعت إيمان أن تسجل اسمها بحروف من ذهب، لتضيف للمشهد الوطني مشهداً يساهم في تنشيط حركتها على مستوى أعلى، وما يميز إيمان انها من الاشخاص القابلة للدعك.



قصة نجاح في عالم الجمال

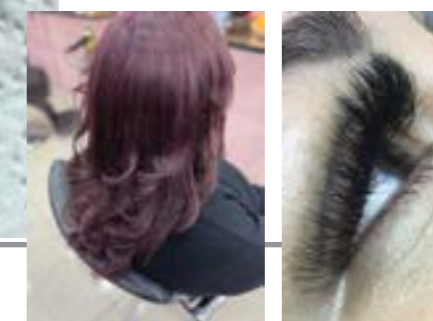
هادئة هدوء الواثق من نفسه، قوية لتحمل كل شيء، رقيقة وشفافة وعملية للدرجة التي يحبها الجميع في شخصية المرأة، عنوان حضاري في مجتمع متنوع الثقافات.
حاملة ومتميزة بل أكثر من ذلك بكثير صاحبة رسالة، والجميل في المشهد أن اسيل واحدة من أولئك المبدعات اللواتي يرقين لأن يكن رائدات في العمل، راقبات في العمل المنظم، شغوفات وحاميات، مصمات ومثقات، وللنساء رسالة وما أجمل أن توجه من هذه السيدة الأردنية الرائعة.



اسيل ريادية من الطراز الرفيع وذات صولات وجولات سواء على الصعيد التجميل أو على الصعيد الشخصي، فقد امتلكت اسيل وباقتدار كل مقومات النجاح، وعملت من اجل مجتمع ينبض بالحياه وليس من أجل شهرة أو مال فشكلت نقطة تحول في كل مكان وزمان وغادرت اللحظات الأولى من حياتها لتحل في مستهل الوطن والتاريخ فلم يبقى عليها سوى بعض الفصول القصيرة لتختتم رواية جميلة سيبقى الجميع يقرأها ويتذكرها بكل اجلال ومودة.

للتواصل..

00962797045100



سراء السايق..

عيش قصة شغف اصبحت نجاح

ان كان للنجوم أفلاك، وللعبير شذى، وللبحر لؤلؤ وصدف.. فإن للتميز أهله.. ورواده من هنا من الواجب علينا ان نتحدث سراء صاحبة مشروع "عيش" ... والتي بدأت شغفها بالتغذية منذ ايام الطفولة اذ كانت من الوزن الزائد، حيث استطاعت انقاص 14 كيلو من وزنها بالاستعانة باخصائية تغذية وعن ذلك تقول " هنا تأكدت انه بإمكاننا الوصول إلى نتائج بالارادة، لذلك قررت دراسة التغذية فالجامعة".



وتضيف "وجاء عيش ليكون بوابة لطموحنا وتحقيق غايتنا وامتداد لتجربتنا وحاملنا لرسالتنا.. بدأت منذ عام 2017 .. ومن وقتها وأنا أسيرة هذا الحلم وسائرة على خطى تحقيق كل ما هو مفيد في هذا العلم، عيش عمره سنوات ولكن في داخلي يكبر بشكل اسرع، فقد بدأنا 2017 كمتجر الكتروني لتصنيع المنتجات الغذائية وكمنصة لدعم العلم في مجال التغذية والحميات ، ومن ثم قمنا بتوسيع لتشمل كل ما هو مفيد في عالم التغذية والحميات ، ومن ثم قمنا بافتتاح العيادة التغذوية سنة 2022 لتقديم جميع الخدمات الصحية والتغذوية تحت سقف واحد".

وردا على سؤال مال واعمال حول ما يعنيه عيش لها؟ اجابت: احبه، لانه شغفي، ولانني احب الاستقلالية والقيادة لم اجد افضل من عيش لبلورة هذا العشق على ارض الواقع. وفيما يتعلق برسالة شكر توجهها، تقول سراء: شكرا للجنود المجهولين الذين دعموني وعلى راسهم ابني يحيى الذي صبر على قضائي معظم الوقت في العمل بعيدا عنه، ولكل شخص ساعدني ودعمني في مشروعي، شكرا من القلب لكم جميعا فانتم اهلي وناسي ومن امن برسائتي. هذا وتوجه سراء رسالة تقول جسمكم يستحق ان يقضي عمره الافتراضي وهو سليم معافي..وانتم قادرون على ذلك من خلال الارادة .. فالدنيا جميلة .. فلا تجعلوا الإبتسامة تفارقكم .. ونحن في عيش جاهزون للاجابة على اسئلتكم ومساعدتكم.

للتواصل ...



00962796418970

saraasayeq.aish

saraasayeq.aish

aishnutrition.net

الدكتورة فايذة السكر...

مثال حي للمرأة المسلمة الناجحة



وها هي الملاك الأتشي تأتي إلى الواقع لتضع نفسها بين أخواتها اللواتي شكلن بصمة واضحة في خط سيرهن، امرأة من زمن تتوق لعودته، تدخل في عالم ليس له قرار، بعيد عن عالم النسيان لتضع نفسها أمام الواقع الذي تعيشه المرأة التي كانت حتى وقت قريب في طي النسيان.

الدكتورة فايذة لها باع في العمل الثقافي ترى الواقع من خلال ما تكتب وتقرأ فهي تجد هذا الواقع بكل مافيه فلا تبالي لما قد يحصل حولها، أنها الرجولة الانثوية بكل معنى الكلمة.

وهناك حيث تجد فايذة نفسها في اماكنها التي افنت عمرها فيها، حيث تبتسم لها الحياة تارة، وتخدعها تارة اخرى، الا ان سيدة الوجد الاردنية ترقب بفرح شديد احلام الناس وتحاول ان تسعى في تحقيق المستطاع منها، الا انها ما غابت يوماً عن قضية تهتم الناس، او حالة ارادت مناصرتها، كيف يكون ذلك وهي التي نذرت نفسها من اجلهم.

عندما تسمع أو تقرأ هذا الكلام، تدرك فوراً أن قائله، اما شاعر حالم، أو مفكر يحمل بداخله شعلة متقدة تبوح بكل شي جميل، وترسم ملامحه التي يظهر فيها حاملاً معه نبراس الأمل والحب.

فكيف إذا كانت هذه الكلمات هي رسالة من ملك إلى بنات حواء، عندئذ ما الذي سيدور في خلدك؟.

فايذة السكر واحدة من ابرز الاكاديميات في الأردن، واحدة ممن يبهرن بجمال طبيعتهن وصدقهن، وتشنف الأذان لتستمع إلى كلماتهن المعبرة.

قرأت حديثها عبر صفحتها فانبهرت بتلك الكلمات وقلت: "حين تدخل تلك الصفحة، كن متوضئاً فنفحات الإيمان تنبع من تلك الكلمات"، نعم هي الواعظة و نائب رئيس رابطة علماء الأردن التي عرفت بثقافتها واطلاعها الواسع وبشاشة وجهها، وهي من الوجوه المحيية سواء على مواقع التواصل الاجتماعي، او في الحياة العامة نالت شهرة واسعة في العالم العربي، فهي سيدة حملت على عاتقها نشر رسالة الاسلام الخاصة بالمرأة وهي ناشطة اجتماعية مثقفة، جريئة يحسب لها ألف حساب.

عرفت عند الناس كقطعة الماس لهذا فهي دائمة البحث عن تلك المواضيع التي تتعلق بتسليط الضوء على القضايا التي تهتم الناس في المجالات المختلفة.

في داخل الدكتورة فايذة طاقة إيجابية ورغبة في الإبداع والتميز لأن هذا المسار يبعث في قلبها فرحاً فهي دائمة السعي لنشر رسالة الإيجابية قولاً وفعلاً، ولا تؤمن بالأحلام بل بوضع الأهداف والاجتهاد لتحقيقها، وتسأل الله التوفيق في تحقيق الجزء الآخر من امنياتها.



الدكتورة ميساء شديفات...

طبيبة العام 2023



تتمتع بكريزما عالية، منفتحة على كل الاتجاهات، ذات حضور جذاب، ومنطق خيالي، رؤيتها للحياة تنبع من تجربة كبيرة رغم صغر سنها، واحدة من أبرز الشخصيات النسائية اللواتي صنعن مستقبلهن بعصامية.

الدكتورة ميساء شديفات واحدة من القلائل اللواتي وضعن لهن بصمة في كافة مجالات الحياة، ذات رؤية واضحة، وهي طبيبة انسانية اذت رسالتها الطبية بكل اخلاص وتفاني.

تميزت واتقنت صنع المستحيل، وطوعته بذكاء، وحسن تقدير.

حصلت الدكتورة ميساء على درجة البكالوريوس افي لطب والجراحة من جامعة العلوم والتكنولوجيا الاردنية، وتميزت من خلال خبراتها على مدى خمسة عشر عامًا كطبيب في قسم النسائية و التوليد وجراحاتها والعقم والصحة الانجابية حيث عملت بعدة مستشفيات متعددة منها مستشفى الملك عبدالله المؤسس الجامعي و مستشفيات وزارة الصحة (البشير، بديعة، الزرقاء، المفرق) و الذي كان أيضًا هو المكان الذي أكملت فيه إقامتها في تخصص النسائية و التوليد.

منظمة كير CARE

الاتحاد الدولي لتنظيم الاسره IPPT

هيئه الإغاثة العربيه AMR

cap anamur اطباء الألمان

(german emergency doctors)

أطباء بلا حدود MSF الزعترى

(Médecins Sans Frontières)

حيث تركز عملها على الاهتمام وعلاج حالات اللاجئين اللواتي كن بحاجة الى رعاية خلال الحمل و ما بعد الإجهاض والإنعاش القلبي الرئوي وتنظيم الأسرة بعد الولادة وبعد الإجهاض في المستشفيات التعامل مع حالات العنف الأسري ضد النساء والأطفال متلازمة نقص المناعة المكتسب "الإيدز"، الأمراض المنقولة جنسيا واتخاذ القرار، الصحة الجنسية والإنجابية وبرنامج العنف القائم على النوع الاجتماعي للفتيات والشابات في الأردن.

كما وحصلت على شهاده المجلس الطبي الاردني في اختصاص النسائية و التوليد واكتسبت معظم الخبرة والمعرفة وعدد من المهارات والخبرات في الولاده الطبيعيه والعمليات القيصرية والعمليات الجراحية النسائية التي تجعلها الطبيب الاستثنائي الذي اصبحت عليه اليوم توجهه بافتتاح مركز طبي خاص سارع الخطوات ليصبح انجح المراكز في مدينة المفرق وهو مزود باحدث اجهزه الالتراسوند 4D، واجهزه الليزر واجهزه التجميل والترميم النسائية واجهزه تشخيص سلامة الجنين والكشف المبكر عن التشوهات الخلقية.

ولان الطب مهنة الانسانية فقد ربطت خلال سنوات خبرتها كان من جل اهتماماتها للعمل الانساني في مجال الخدمة الانسان وعملت على مدار ما يقارب ست سنوات مع منظمات العمل الانسان الطبي، مثل :

جمعية العون الطبي الدولي

جمعيه اهل الجبل الطبيه

سيده تركت بصمات في كل مكان

ميرفت الكيلاني ...

يحلو الحديث عن سيدات مميزات كُن وما زلن قصص نجاح للمرأة الاردنية في الداخل والخارج، ليكون حديثنا هذا عن سيده لها بصمة واضحة بمختلف المجالات.

ميرفت الكيلاني، سيده من سيدات الزرقاء اللواتي اثبتت وجودهن كسفيرات لبلادهن من خلال مشاريع متميزة فكانت قصة نجاح تُحتذى لكل سيده أردنية.



الكيلاني التي تحمل الشهادة الجامعية العليا في الثقافة الوطنية، حاصلة على الميدالية البرونزية والفضية في جائزة سموولي العهد سابقاً سموالأمير الحسن بن طلال وجائزة التميز العلمي وحاصله على الشهادة الكندية بعلوم الاجتماع والإتكيت الاجتماعي والتسويق وهي سيده مجتمع وناشطة إجتماعية حاصلة على الشهادة العليا في الثقافة الوطنية وهي عضو في الإدارة الملكية لحماية البيئة، وباحثه فيالعلوم التغذويه والأعشاب الطبيعیه .

كما انها عضوسابق في ملتقيات ثقافية شبابية والعديد من الجمعيات الخيرية .

من هنا فان ميرفت الكيلاني قصة نجاح أثبتت وجودها في العديد من المجالات، فهي شيف حلويات وطعام (عربي & غربي) .

وكذلك صاحبة محل Delicious Cake سابقاً ... الزرقاء الجديده مربع الفلاتر ، وصاحبة سنتر ميرا للسيدات سابقاً الزرقاء الجديده .

كما وعملت كمسؤولة تغذيه في المدرسه الأمريكيه الوحيده في الزرقاء ، و حالياً تعمل مديرة مكتب ومديرة مبيعات بشركه خاصه .

وكذلك مديرة مسبح ونادي رياضي للسيدات (La Villa Lady Fitness) الزرقاء الجديده شارع 16 سابقا وصاحبة مركز

" M.K lady care " للعناية بالسيدات بشرة وتكسير دهون .

كما انها مدرب دولي محترف معتمدوخبيرة بشرة و ليزر وباحثه في الاعشاب الطبيعیه والعلاج الوظيفي والطب البديل

وحاصله على جائزة سموالامير حسن بن طلال حفظه الله.

تقول ميرفت "انا إنسانه بسيطه متواضعه واحب الرقي بالتعامل واحب كل الناس واحب التعلم والتطور.

حكاية اصرار وقصة نجاح يشار لها بالبنان

ايناس الحنبلي..



المصادقية والموضوعية والدقة في المواعيد، أهم ثلاث عوامل لنجاحها، فما أن عرفت بتلك الصفات حتى أيقنت انها ستصل الى أعلى درجات الاحترام والتميز، ويزيدها نجاحا انها لم تتأثر يوماً بالانتماءات الجانبية، وإنما وضعت نصب عينها النهوض بأساليب التعليم بعيدا عن المصالح الشخصية. تبرز قيمة ايناس في المجتمع مقترنة بأساليب التدريس التي تنتهجها، فهي تمتلك قيمة وتحضر وأخلاقيات انعكست ذلك على واقع المرأة، فاصبحت حقيقة لا تحتاج منا إلى جهد بذكر في تدبرها، وكفي فقط أن نعرف أن لها بصمات واضحة في سبيل تحسين جودة البرامج التلفزيونية، وتطويرها لتجني ثمار ذلك حاضرا ومستقبلا.

تقول ايناس "نشأت في عائلة متوسطة الحال وبدأت عملي خلال دراستي الثانوية في احد المستشفيات وكنت اعمل وادرس في ذات الوقت لكي أتمكن من تأمين مصاريفي الشخصية، من ثم أنهيت دراستي الجامعية في تخصص التمريض وتزوجت ومن ثم سافرت الى الكويت وعملت بشهادتي في إحدى المستشفيات الحكومية"

وتضيف "بداية توظيفي كانت في قسم الاطفال وكان حبي لأحباب الله لا يوصف، فبالنسبة الي انهم الكائن الوحيد الذي يظل محافظ على براءته في ظل كل سموم الحياة، ومن هنا قررت أن اطور من نفسي حتى اصبح انسانة فعالة بالمجتمع، من هنا حصلت على دورات عديدة منها دورة تعديل سلوك، ودورة تطوير الالفاظ الحركية والحسيه عند الاطفال، ودورة برمجه عصبية لغوية، ودورة ارشاد نفسي تربوي.

وتستطرد القول "ومن هنا بدأت عملي مع اولادي اولا كيف اجعلهم نموذج نافع للمجتمع وعندهم تفكير ديني واخلاقي وفكري واجتماعي وعاطفي ونفسي صحيح حتى يستطيعوا بأن يقدموا الافادة لأنفسهم ومن ثم المجتمع، وبعد ان نجاح تجربتي مع 3 اطفال ومن صغرهم استطعت أن افتخر بهم أمام اهلي ومدرستهم والناس، قررت أن افتح حضانه اطفال أن أبدأ بتأسيس وتعديل سلوك للاطفال من عمر صغير بشكل عام وكيف يكونون نافعين حتى في صغرهم".

من الصفر، لا بل من تحت الصفر لتتجاوزته وتتصر على عقباته، وقد بدا ذلك واضحا في اختلاف مشاربها وتوجهاتها التي تجمع بين صفات معنوية طبعت بصماتها على كيانها فميزتها عن بقية الاكاديميين، ومنها الروح التواقفة للكمال قدر المستطاع، والأحاسيس المرهفة، والنفس الأبية العزيرة التي لا تقبل الضيم أو النفاق، والشغف تجاه المعرفة والسعي في طلبها من كل طريق، والشعور بالغرابة الداخلية الموجعة تجاه ما يحدث في مجتمعنا من أخطاء.

ان حكاية ايناس التي تجمع بين صور البهجة والسلام والأمل، كانت سببا في ان اغوص بين سطور حياتها لاكتشف عالما جديداً نعيش أيامه مع شخصيات قدمت الكثير، واستحققت جهودها أكثر من كثير.

انسانة واقعية تدرك أن مكاشفة نفسها لا تقيها حرجا ان تعترف امام الناس انها اخطأت، لهذا فقد اثبتت قدرة المرأة الأردنية على احداث تغيير تنموي في المجتمع الأردني واستطاعت ان تكون "رائدة وقائدة" فيه.

ومن صغرها اطلقت الفراشة لنفسها العنان لتحقيق رغباتها في الريادة والقيادة في ظل نظرة مجتمعية "ايجابية" لما تمتلكه من مقومات عززتها تجارب ناجحة للمرأة الأردنية في مجال التعليم المبكر وفي مختلف ميادين العمل ومجالاته.

في داخلها لا تخشى اية اسرار فستائره تنسدل ففضاءه احلامها، وكل صوت تسمعه هو تفاصيل عشقها لوطنها، تفاصيل حياة، فما اجمل ان تكون اردنية، فهي أمره تعشق الوطن واليه تحن.

لقد اختص الله فراشة الزنبق بلحظات قدسية عظيمة، واي قدسية واي تكريم يمكن يفى هذه المرأة حقها، ولكن وبفضل تلك اللحظات العظيمة استطاعت ايقونة التعليم الرائدة أن تكون الميثاق الغليظ الذي أخذه الله عليها، فهي الأكثر نزعة للسلام والخير والإنسانية، والأكثر حرصا على السلام والتوافق المجتمعي ولم الشمل وإنكار الذات.

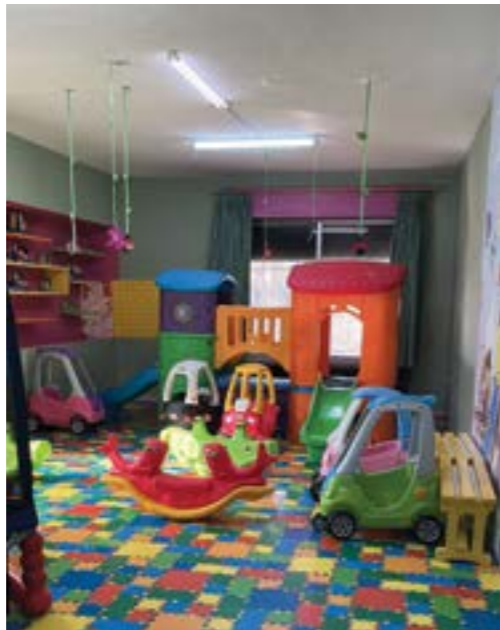
ايناس ريادية من الطراز الرفيع وذات صولات وجولات سواء على الصعيد الاكاديمي أو على صعيد صناعة النهج التعليمي المبكر، فقد امتلكت وباقتدار كل مقومات النجاح، وعملت من اجل مجتمع ينبض بالحياه وليس من أجل شهرة أو مال فشكلت نقطة تحول في كل مكان وزمان وغادرت اللحظات الأولى من حياتها لتلح في مستهل الوطن والتاريخ.

إنها تشبه عناقيد اللؤلؤ إلى حد بعيد، ليس فقط بالشكل، بل بالمضمون والعمق، وهي من نساء ذلك الزمن الجميل الحقيقي غير المموه والمشوّه، إنها من زمن الحقيقة والأحلام في الآن عينه.

عند ايناس للتراب رائحة تعشقها تعجب بذكريات قادمة من دهاليز طفولة لا تنسى، وما بقي من زمن جميل يربط ماضيها بحاضرها المكتوب، يمسك بها قبل الغوص في تفاصيل حياتها الملونة بألوان راية الوطن والمهدبة بهذب الشماغ الأحمر.

هذه السيدة تعتبر إضافة نوعية متميزة لأرشيف التعليم المعاصر، إذ أنه بتسليطها الضوء على ما حققه المجتمع من رفض للثقافة المجتمعية النمطية، فإن ايناس تقدم لنا نماذجاً حرة الروح، تستحق أن تكون قدوة لكفاح مجتمعي، وإنساني، وفكري، وإبداعي، يقتبس من حكاياتها وقوداً معنوياً لخطواته فيشجع ترددها، ويؤكد على صحة وجهتها.

ضيفتنا والتي يطلق عليها لقب فراشة الزنبق من الشخصيات المكافحة المهمة التي بدأت



بدات بفكرة لتولد بذرة تنبت زرعاً

ميس ابو عبد الله ... خطوتي التالية تعلم لغة الصم



وتتلخص أهداف المبادرة في دعم وتمكين ودمج الطلبة ذوي الإعاقة مع أقرانهم من الطلبة وكذلك دمجهم في المجتمع.

كما تهدف المبادرة إلى إبراز الدور الفاعل والحيوي لهذه الفئة في خدمة المجتمع وبناء الوطن وإزدهاره، ورفع الوعي وتغيير المواقف والأفكار النمطية المغلوطة وتوعية المجتمع بحقوقها وواجباتها، وتعزيز التكامل والتكافل المجتمعي.

ويرتكز برنامج المبادرة على كل من العمل على ريكيزة التنمية البشرية من خلال دعم وإبراز دور الطلبة ذوي الإعاقة وأصدقائهم في البرامج التعليمية والمشاركة الفاعلة في الأبحاث والدراسات والابتكارات.

كما أن ما يثبت إرادتها وعزيمتها لإكمال العمل التطوعي على أحسن ما يرام ما صرحت به ميس أبو عبدالله بأنها ترغب بتعلم لغة الإشارة وأخذ دورات تأهيل نفسي وتربوي يدعم مجال تعاملها مع ذوي الإعاقة من كافة الإعاقات.

ومن ضمن المخططات المستقبلية التي تسعى إلى إقامة مركز ونادي تأهيل وتدريب وترفيه لذوي الإعاقة يحمل نفس اسم الفريق ونهجه (تناغم).

هدفي مساعدة المحتاج ومد يد

العون للضعيف



للتواصل...

00962789661162



تمتلك قلباً كبيراً في حب الخير والعطاء مما أهلها لتكون سفيرة لنشر السلام والمحبة دائبة تعمل الخير دوماً أينما كانت ، تملأ الدنيا تفاؤلاً وتنشر السعادة بين كل المحيطين بها تعتبر ميس ابو عبد الله من النشطاء اجتماعياً الفعّالين فدوماً تواصل أعمالها الإنسانية التي بدأتها منذ سنوات دون كلل أو ملل وهي تسعى جاهدة لزرع قيم الإنسانية بكل معانيها السامية ، وهي صاحبة فكرة تناغم التي تهدف إلى دمج الاشخاص ذوي الاعاقة في المجتمع، تتصف بعمق ثقافتها وصراحتها وجرأتها وتفهمها العميق لضرورة تحقيق التكافل في المجتمع.

من النساء الرائدات في مجال العمل الاجتماعي والإنساني مع الأشخاص من ذوي الإعاقة في الأردن، أحبّت مجال التطوع، وعملت ناشطة في خدمة المجتمع، رغبةً منها في تطوير مهارات أبنائها، وبناء وطنها الاردن.

فتبنت إطلاق عديد من المبادرات والأعمال الخيرية، وكما تكلمت مساعيها بالنجاح في اطلاق (تناغم) وهي مبادرة اطلقتها الناشطة ميس ابو عبدالله، ومهمتها إبراز الدور الفاعل والحيوي وتهدف الى دمج ذوي الاحتياجات الخاصة في المجتمع.



وتأتي مبادرة (تناغم) ترجمة للقيم الأخلاقية السائدة في المجتمع الاردني وتجسيداً للتآزر والتكافل بين كافة فئاته بما فيهم فئة الاشخاص ذوي الإعاقة، وقد انضم إليها حتى الآن الكثير من الاشخاص من هذه الفئة والمتطوعين.

وتستعد المبادرة لتنظيم سلسلة من الحملات لإبراز دور الأشخاص ذوي الإعاقة في كافة الجوانب الاجتماعية والخيرية والأكاديمية والاقتصادية والبيئية.

وتسعى مبادرة (تناغم) لترجمة رؤيتها في أن تكون نموذجاً للدمج في تحقيق المسؤولية المجتمعية، ومهمتها تعزيز دور الأشخاص ذوي الإعاقة كفئة فاعلة وحيوية من المجتمع من خلال تسليط الضوء على دورهم في التكافل والتكامل المجتمعي ومساهماتهم في بناء الوطن وإزدهاره.

هنادي حداد...

مثالا حقيقيا للنجاح والطموح

كُتبت وشطبت، كُتبت وغيّرت، كُتبت وبدلت، كُتبت وما اكملت، وقفت طويلاً ثم نظرت وتأملت وهنا اعترف لقد احترت! عجزت! استسلمت! وبالنهاية قررت ان اكتب كلمات لكنها تبدو عاجزة حائرة عن البوح والوصف والإنصاف باختصار هي مثال للنجاح والطموح الوفي المخلص المبدع المجتهد المثابر القوي، هي سيدة عملها وايقونة علمها وابنة وطنها ونشمية ناجحة تحمل صفات نادره هي سيدة التحدي وثائرة استطاعت ان تفتح الافاق لغيرها للعمل والانجاز كل هذا يجعل الكلمات في غاية الصعوبة عند صياغتها لأنها تشعرنا دائماً بقصورها وعدم إيفائها حق من نهديه تلك الكلمات، وها انا جد الصعوبة ذاتها وانا احاول صياغة بضع كلمات إلى ينبوع عطاء تدفق بالخير الكثير ليروي الإنسان والمكان ويصنع الإنجاز باحتراف وتخطيط وسهر وحسن عمل وانتماء للوطن وعشق وحب للنجاح لا حدود له.



هنادي حداد..

نصيحتي للمرأة لا تستسلمي للظروف وتسلحي بالارادة فهي مفتاح النجاح

تطل علينا هنادي كل يوم متفائلة متألقة كما النجمة العاليه في سماء فيروزية اللون أثناء انجلاء الليل وبزوغ الفجر فهي القائدة في عملها، سيدة الإبداع والريادة والانجاز، روح المكان وقلبه، فخاب ظن المشككون بها وبقدرتها على العمل، فكان ردها أنجاز وإخلاص وصدق وقوة في ظل منظومة قيم وأخلاق، ورؤيا للمستقبل سارت بها إلى الأمام دون النظر للخلف، فأنهار المشككون بها ولم تنهار هذه النشمية الأردنية، أسرع نحو القمة، سعلت لكنها لم تمرض، لتبقى هنادي نشمية أردنية شامخة تعطي مثلاً حياً كيف تكون القدرة على السير بخطى ثابتة وجريته تقودها لنجاح باهر ولتعطي مثلاً لا يحتاج تفسيراً ولا تأويلًا... مثال مميز بعمل وفكر واحتراف منتج، وأخلاق وحب للناس يدرس.



درست هنادي حداد في عجلون وتخرجت بدرجة البكالوريوس في الموسيقى ومن ثم عملت "بجاستر بيب" وكان لدي شغف بعمل الحلويات، وعن ذلك تقول "احب الطبخ والحلويات بطريقة مميزة، ومن هنا عملت على تطوير نفسي من خلال الالتحاق بدورات اون لاين وبالاكاديميات برا الاردن وداخل الاردن وخلال هذه الفترة اكملت دراستي في مجال الموسيقى وكنت خلال هذه الفترة اعمل في تنظيم احتفال الاطفال فيها وممثلة لنساء المفرق بوزارة العمل من خلال الاجتماعات كنت ممثلة ونشاطات على الصعيد الوطني واعمال تطوعية بالجمعيات الخيرية ، وعندما جاء جلالة الملك عبدالله الثاني بن الحسين قاموا بدعوتي الى مأدبة الغذاء برفقة جلالتة انطلاقا من انني عنصر فاعل في المفرق".

واضافت هنادي لمال واعمال "مسيرتي مع النجاح لم تتوقف عند هذا الحد فاكملت الماجستير في تخصصي وخلال تلك الفترة كنت اعمل في ادارة كافيها وصالوات وكنت اقوم بتأسيس مشروع في مجال الحلويات فجهزت مطبخ صغير بالبيت وتوسعت الامور فقممت بافتتاح المحل فاستعنت بكادر عمل مميز، فاصبح محلي الذي اطلقت

عليه اسم كارمن الاسم الابرز بالمفرق من خلال تميزنا بالحلويات الغربية والكيكات الخاصة بنا".

اما عند طموحاتها المستقبلية تقول هنادي " الخطوة القادمة افتتاح فرع جديد لكارمن في عمان".

وتختتم هنادي حديثها لمال واعمال بالقول " طالما ان الانسان نيته وهدفه العمل الصادق المخلص لوجه الله تعالى، فان الله سيكون معه وستتحقق جميع اهدافه، فقد واجهتني صعوبات عدة تغلبت عليها من خلال معرفتي الطريقة الصحيحة لتقسيم الاولويات وبالتالي تحقيق النجاح ولا انسى بعد الله فضل لعائلتي وزوجي فهم الداعم الاول، مشواري لم يكن سهل ولكن تحقيق لاحلامي ممتع ، وعندما ارى الفرحة بعيون الزباين بالخدمة التي اقدمها لهم وكذلك فخرهم بي فانا بنت في مجتمع ذكوري كان صعب عليها الاستمرار ولكني استطعت تحقيق ذلك من خلال اخلاقي ومبادئ ومثابرتي

للتواصل.. 00962792221277



الدكتور اشرف القبج

تعدّ عيادة الدكتور أشرف القبج من المرافق الطبية الحيوية في عمان، التي تهتم بصحة القلب والأوعية الدموية. وتشمل خدماتها ما يلي:

* الفحص السريري للقلب، وقياس ضغط الدم والعلامات الحيوية الأخرى، والتحقق من النبض.
* عمل تخطيط للقلب لتحليل نشاط القلب الكهربائي، وتحديد أي تغيّرات أو عيوب في ضربات القلب.

* فحص الإجهاد لفحص كيفية استجابة القلب للتحمل البدني، ويمكن استخدامه لتشخيص العديد من مشاكل القلب.

* عمل فحص الإيكو للتحقق من وظيفة القلب، وتقييم حركة الدم والأوعية الدموية وصمامات القلب.

وتقدّم العيادة مجموعة أخرى واسعة من الخدمات للأشخاص الذين يعانون من مشاكل صحيّة في القلب أو الأوعية الدموية.

إن كنت تعاني من أيّة شكاوي تتعلق بالقلب، لا تتردد في التواصل على: 00962792858594



رولى ملكاوي ...

تُوجد منصة حقيقية لتمكين المرأة



عندما تنتقل المرأة من عالم افتراضي إلى عالم واقعي، فنجدها في أول كل صباح تستيقظ متحمسة لتشارك أكثر من 150 ألف سيدة فنجان قهوتها مع مشاعر ايجابية تمتلئ بمحبة حقيقية، أو ان تشارك مشروعها الجديد لدعمها، وبناء أسرة حقيقية تضم سيدات جمعهن الرغبة في بناء علاقة حقيقية بعيدا عن المآرب الشخصية.

جروب "ملتكى سيدات اربد-مملكتي" هو الجروب النسوي الاول على الفيسبوك في الاردن وهو الملتكى النسوي البحت النادر من نوعه والذي يضم سيدات تجمعهن علاقة متينة بنيت على الاحترام المتبادل والرغبة في تبادل الافكار وفرصة تسويقية لمشاريعهن وكذلك بوابة للتعرف على كل ما هو جديد حيث تأسس بتاريخ

ملتكى سيدات اربد-مملكتي...

الجروب النسوي الاول على الفيسبوك في الاردن

الاهداف التي حققها الملتكى والذي يسعى لتحقيقها:

- انشاء اول ملتكى نسائي باسم سيدات اربد باسلوب جديد ومبتكر ومتميز بافكاره .
- اثبات قدرة المرأة في مجارة ركب الحضارة الالكترونية بشكل مفيد ومتميز ومنفرد.
- اثبات دور المرأة في خدمة المجتمع.
- خدمة المرأة والطفل.
- تمكين المرأة في جميع المجالات واخراجها من الاطار التقليدي.
- مساعدة السيدات في تسويق منتجاتهن.
- رفع مستوى السيدات في كثير من القضايا التي تخص علاقتها مع زوجها وتربية اطفالها ومواضيع طبية خاصة بالنسبة للمرأة.
- التركيز على بناء جيل واعي ومثقف عن طريق توعية الام وتثقيفها.
- الوصول الى شريحة كبيرة من النساء وبناء ثقة بينهن من دون التعرف عليهن وجها لوجه.
- دعم اصحاب المشاريع الصغيرة والمتوسطة عن طريق الدعاية والاعلان.
- تعزيز الجانب الخيري والانساني ومساعدة من يحتاج العون في كل المجالات.
- التنظيم لحفلات وتجمعات نسائية ترفيهية وتثقيفية وتوعوية بالاضافة للرحلات الترفيهية والتعريفية بالمواقع الاثرية الاردنية وتنظيم البازارات لدعم السيدات اصحاب المشاريع الصغيرة.





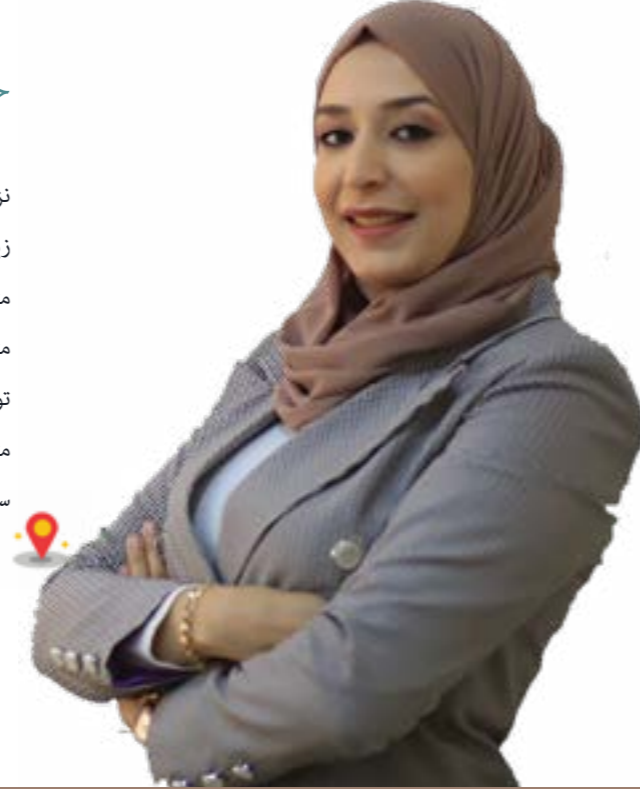
مركز تسنيم عبيدات بإدارة الاخصائية تسنيم عبيدات

جامعة العلوم والتكنولوجيا

نقدم خدمة الاستشارات عن بعد

خدماتنا..

نزل الوزن	ضغط
زيادة وزن	غدة
متابعة حوامل	مرارة
متابعة مرضعات	وفق أحدث الاجهزة
توحد	في مجال الوزن in body
متلازمة داون	
سكري	



مجمع عمان الجديد/مقابل صالة الاندلس / رويال سنتر/ط/3/مكتب ٥

00962792619540

Dietitian.tassnim



د.مجد برهم .. وللنجاح حكاية

الدكتورة مجد برهم على مقاعد الدكتوراة حاصلة على امتياز في ماجستير تعليم اللغة العربية لغير الناطقين بها لدى الجامعة الأردنية إضافة إلى حصولها على تخصصين بكالوريوس لدى الجامعة الأردنية بمعدل امتياز وحصلت على ثلاثين شهادة غير الاكاديميات أبرزها شهادة من البورد الأمريكي منظمة B 10 خبير أنسجة وشهادة في الذكاء الاصطناعي وشهادة في برمجة المواقع الإلكترونية تابعة لوزارة البرمجة الرقمية وعضو تدريس وافدين غير عرب لدى الجامعة الأردنية وحاصلة على شهادة حراك ثقافي من وزارة الثقافة وICDL و TOFAL و Digital marketing وغيرها الدكتورة مجد مواليد جاوا سنة ١٩٩٦ صاحبة مركز المجد الثقافي.

للتواصل..

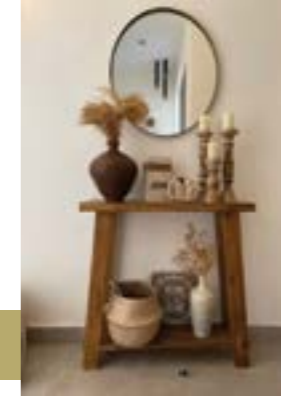
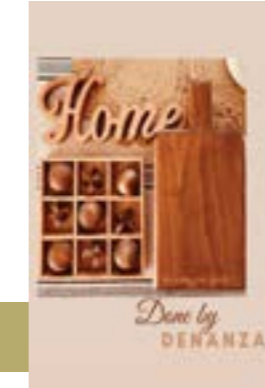
00962798228922



دانا الرمحي تجعل من الخشب حكاية نجاح

استطاعت المصممة المبدعة دانا الرمحي وضع بصمة خاصة لها في عالم التصميم، وتمكنت من الإبداع، لترسم قصة نجاح ملهمة، وتضع صورة للمرأة الناجحة في أبهى صورها.

بدأت دانا الرمحي بمشروع دينانزا بعام ٢٠٢٠ بعد أن إتبعته شغفها وحبها لديكور المنزل و التصميم الداخلي حيث بدأت بإشرافها على مراحل بناء منزلها و تصميمه بطريقه مختلفه.



وعن ذلك تقول " أتبعته به حبي لتميز و الخروج عن المألوف وإختياري لتحف منزليه يطغى عليها الطابع الريفي اليديوي البسيط حيث وجدت صعوبه بإيجاد ما احب بالسوق وإن وجد وجد بسعر مرتفع فبدأت بصنع قطع خشبيه لاستخدامه الشخصي و بتشجيع من عائلتي و زوجي و اصدقائي بأن ابيع مثل هادي القطع الخشبيه من هنا بدأت بمشروعي الخاص قبل ٣ سنوات ."

وهنا إنطلقت دانا بتصاميمها المختلفة والفريدة مجال الخشب بطريقه تعكس من خلالها التميز والاختلاف عن السوق المحلي حيث التمس متابعينها روحها بتفاصيل كل قطعه تصنعها بايديها بحب .

وردا على سؤال مال واعمال حول الداعم لها تقول الداعم الأول هو زوجي حيث ساعدني بتخصيص جزء من المنزل للعمل بمشروعي الخاص والذي يعتبر مجال ليس سهيل على الاطلاق العمل به من المنزل.

ويعود الفضل لنجاحي و صمودي و استمراريتي إلى زوجي واولادي و أفراد عائلتي و اصدقائي الذين آمنو بي بشكل كبير و ايضا نجاحي يكمن بدعم المختصين و المصممين في مجال الاخشاب الذين تعامل معهم بدعمهم لي باستمرار .

وتضيف "أطمح أن تصح دينانزا علامه تجاريه معروفه بالاردن و الوطن العربي بشكل عام و أؤمن دائما بمعتقدي

أتبع شغفك لتصل إلى احلامك."

و تعتبر دانا نوعا ما اول امراه اردنيه تعمل بهذا المجال من المنزل حيث تعمل على تنظيف و تلوين القطع الخشبيه بعد استلامها من مشاغل الخشب من الالف الى الياء لتصل إلى العميل بالصورة الجميله البسيطة، حيث يطغى الطابع الريفي البوهيمي على معظم القطع التي تصنعها .



00962796160152

تنسج من الفخار حكاية ابداع

فن الفخار احد اقدم الفنون في التاريخ...ومن قلب العاصمة عمان، جاءت حكايتنا مع الصلصال وإمضاء فارستنا التي استطعت ان تنسج لنفسها حكاية ابداع بالرغم من قلة الامكانيات لتختزل التاريخ وتريم حكايات على الاواني بأشكال لا مثيل لها...



مال واعمال ... كيف كانت البداية؟

سنا بل... عشقت الفن منذ الصغر فكان الوقت الذي افضيه بالرسم من أجمل الأوقات حيث انني لا اشعر بالوقت. وبالرغم من دخولي المجال الأكاديمي بقي للرسم مكانة خاصة جدا، كما انني كنت احرص دوما على اقتناء القطع الفنية والاعمال اليدوية المختلفة والتي ترونها تزين منزلي، وبقيت على هذا الحال حتى عرض علي زوجي ان ابدا انا بصناعة الاواني الخزفية وتشكيل الطين، من هنا بدأت حكايتي في عالم الابداع



مال واعمال ... اذا كان دخولك الى عالم الصلصال صدفة؟

سنا بل... لا فانا عاشقة العمل اليدوي الا انني وجدت شغفي بمادة الصلصال وبدأت بتجربتها وفعلا ذهلت من النتيجة كما ان كل من حولي اعجب بما صنعته من هنا بدأت انطلاقتي الحقيقية.

ومن جانب ومما لا شك فيه أن الصناعات والحرف التقليدية على مستوى دول العالم قاطبة تمر بمرحلة حرجة بسبب التطور التقني الذي تعيشه معظم تلك الدول وذلك لتدني الحاجة للعديد من المنتجات التقليدية وذلك بسبب تغير مُط ومستلزمات الحياة العصرية ونتيجة لوفرة مثيلاتها من المنتجات المصنعة ميكانيكياً وبأسعار منافسة ومدنية كثيراً عما يمكن صنعه يدوياً، وقد كان هذا سبباً لعزوف الكثيرين من العاملين في مجال الصناعات التقليدية للبحث عن سبل تعود عليهم بما يحتاجون من عوائد مالية أعلى ومكانة اجتماعية أفضل.. من هذا المنطلق وقمشياً مع قناعتنا بأن صناعة الفخار هوية وتراث لا يمكن أن تزول نهائياً لأنها مرتبطة بذوق جمالي منى هنا اخترت ان امتهن هذه المهنة.



مال واعمال... من أين تستلهمين هذه التصاميم المميزة؟

سنا بل ... من الطبيعة فهي الفن الاول الذي يستوقف الناظر ويبهره لتنوع فئاته، فلكل منها خصائص فريدة تسافر بنا بين الجبال والبحار وتسير في الغابات لتختار افضل الجماليات.

مال واعمال... لمن يريد رؤية هذه الأعمال المميزة أين يجدها وكيف يمكن

التواصل معكم؟

.... يمكن لمن يبحث عنها ايجادها....

[/https://www.instagram.com/sanabel.crafts](https://www.instagram.com/sanabel.crafts)



مال واعمال ... كيف كانت البداية؟

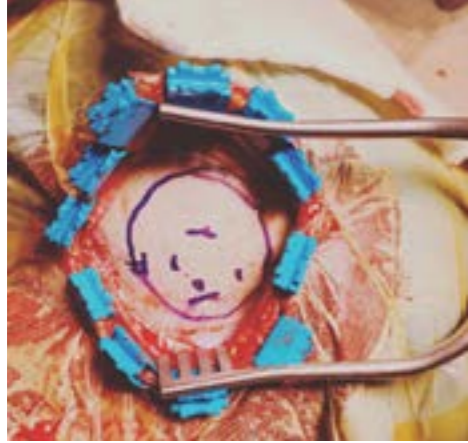
سنا بل... عشقت الفن منذ الصغر فكان الوقت الذي افضيه بالرسم من أجمل الأوقات حيث انني لا اشعر بالوقت. وبالرغم من دخولي المجال الأكاديمي بقي للرسم مكانة خاصة جدا، كما انني كنت احرص دوما على اقتناء القطع الفنية والاعمال اليدوية المختلفة والتي ترونها تزين منزلي، وبقيت على هذا الحال حتى عرض علي زوجي ان ابدا انا بصناعة الاواني الخزفية وتشكيل الطين، من هنا بدأت حكايتي في عالم الابداع



جراحة اورام الدماغ ما بين الماضي والحاضر

بقلم د. بهاء الدين محسن

ورم الدماغ ينتج عن نمو غير طبيعي للخلايا العصبية في الدماغ. بعض هذه الاورام حميد وبعضها الاخر خبيث (اورام سرطانية). نسبة الإصابة في اورام الدماغ خمسة اشخاص بين كل مائة الف نسمة في الاردن بحسب دراسة سابقة. مسببات هذه الاورام غير معروف في غالب الأوقات، جزء منها مرتبط في بعض الأمراض الجينية مثل متلازمة الورم العصبي الليفي، التصلب الجليدي او العلاج الشعاعي. يشمل العلاج بشكل اساسي الجراحة، العلاج الشعاعي (الجاما نايف)، او الكيماوي بحسب طبيعة الورم.



شهدت جراحة الدماغ الكثير من التطور التقني في العقد الأخير حيث أصبحت الجراحة أكثر امانا، تستلزم وقت اقل، بالإضافة الى امكانية الوصول الى الاماكن العميقة من خلال جروح صغيرة الحجم في قشرة الدماغ وبالتالي تعرض اقل كمية من الدماغ للاجراء الجراحي مما اسهم في سرعة التعافي والحاجة الى فترة نقاهة اقصر.

ابرز هذه التقنيات المستخدمة حديثاً الجراحة عن طريق الاناييب، المنظار، جهاز الليزر، جهاز الملاحة المزود بصور الاشعة التي تحتوي على الامكان الحساسة في الدماغ كمنطقة الحركة والكلام بالإضافة التطورات في الميكروسكوبات التي تسمح باستخدام الصبغات للشرايين و الاورام.

تطورات على الجانب الجراحي تشمل استخدام الجراحة المصوبة- الجاما نايف- والعلاج الكيماوي واستخدام الرقائق الشعاعية والتي تسهم بشكل كبير في اطالة عمر الانسان وتحسين نوعية الحياة بعد التشخيص في الورم.

بحسب طبيعة الورم بعد الجراحة بعضها مرتبط بنسب مقبولة في النجاة مثل الاورام السحائية (تنشئ من اغشية الدماغ) الاكثر شيوعا بين اورام الدماغ، غير ان الاورام السرطانية مثل الاورام الدبغية او الانتقالية ترتبط بنسب اقل من النجاة. يعد الاستئصال باكبر قدر امن من الورم احد عوامل النجاة او اطالته في العمر.

صور ورم دماغي حميد بعد الازالة عن طريق التداخلات المحدودة

الدكتورة أكابر الحاج علي

- بكالوريوس الطب والجراحة العامة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية
- تدريب الامتياز المستشفى الاسلامي ومستشفيات وزارة الصحة الأردنية
- برنامج الإقامة النسائية والتوليد المستشفى التخصصي 5 سنوات
- البورد الأردني في اختصاص امراض النسائية والتوليد وجراحتها
- البورد العربي في اختصاص امراض النسائية والتوليد وجراحتها
- اختصاصي نسائية وتوليد متوابع في المستشفى الاستشاري سابقاً
- استشارية أمراض نسائية والتوليد والعقم والأطفال الأنابيب مستشفى الأردن حتى الآن
- عشر سنوات مركز الدكتور جميل شعبان
- دورات متقدمة في أطفال الانابيب

الخدمات:

- استشارية الامراض النسائية والتوليد وجراحتها
- حقن مجهري واطفال انابيب ودراسة الاجنة وتحديد جنس الجنين بنقلية (PGD)
- تلقيح صناعي داخل الرحم (IUI)
- متابعه حمل عالي الخطورة وعمل الفحوصات اللازمه
- اجراء جميع العمليات النسائية (استئصال الرحم/ استئصال عنق الرحم / استئصال المبيض / استئصال كيس على المبيض / استئصال الاليف الرحمية)
- اجراء الولادات القيصرية الاولى والمتكررة وفك الالتصاقات الولاده الطبيعية بعد قيصرية سابقه
- علاج التهابات المهبلية بأنواعها
- علاج مشكلة سلس البول وعملياتها الجراحية (TVT-O)
- تركيب اللولب بأنواعه



00962775622020
009626/5622020

عيادة الدكتورة أكابر الحاج علي Dr. Akaber AlHaj Ali Clinic



الأردن، عمان، شارع جابر بن حيان - عمارة 37

مال واعمال تسلط الضوء على نوال فريحات..

مصممة الازياء الاولى في محافظة اربد

لتكون المصممة نوال فريحات من ابرز المساهمات في الحفاظ على اللباس التقليدي وتحديثه، وتظن تعلن تفوقها الكبير اردنياً، وعربيا حاليا، فهي التي أدركت التوازن القوي بين طبيعة المرأة وطبيعة العصر الذي توجد فيه فرسمت اجمل التطاريز وخطاتها بمساعدة سيدات يعرفن كيف يكون الابداع ويعرفن كيف يرضين أحاسيس الأنثى " فسعت جاهدة لتكون الرقم الصعب وتصبح رقم واحد في منطقة الشمال.

من هنا فانا اليوم لا أتحدث فقط عن مصممة ازياء، وإنما أتحدث عن امرأة إستثنائية، أتحدث عن أنثى جادت بكل ما تملك لتعلن وجودها على الأرض الصلبة، فوضعت لها قدماً بين أولئك الذين يقدمون كل ما لديهم ليكونوا نافعين لمجتمعاتهم ووطنهم، فقد وصلت الليل بالنهار وعملت من أجل طموحها، ولم تتوقف لحظة ولم تتردد لبرهة عن تحقيق أحلامها، فالإصرار والإرادة من أسس نجاحها، درست، وتعلمت واهتمت بزيادة ثقافتها، وتركت بصمتها في كل المجالات، ولم تهاب أو تتردد من أي ميدان كان، فوجدت نفسها، وولجت إليها، واعتمدت على حدسها ومشاعرها كونها أنثى قبل كل شيء وفاعلة بالمجتمع أولاً وآخرًا.

هي واحدة من القلائد اللواتي وضعن لهن بصمة في كافة مجالات الحياة، سيدة ذات رؤية واضحة، ولها بصمات في كل موقع ولجته متمسكة بابداعها.

ولا ن الصور اكثر تعبيراً من الكلام دعونا مع هذه المجموعة من تصاميمها.



للتواصل ...

00962797278254

دار نوال فريحات للمطرزات اليدوية

dar_nawal_friehat_ll



من الغريب جدا في هذه الزمن ان نرى من يمنح وقتنا كبيراً وجهداً مضاعفاً للابداع، ولا يبحث عن برستيغ أو صور او مايك، والاجمل انه يقدر العطاء والعمل ويبحث عن العقبات لاستكشافها وايجاد الحلول لها والعمل على انهاها، انها تقدر قيمة ما انجزته وفي ذات الوقت تحافظ على تواضعها بالرغم ما حققته من انجاز، ضيفتنا اليوم هي المرأة التي طمحت ان يصل اسمها الى مختلف دور الازياء ووصل، وهي المرأة التي تمتلك تفكيراً واسعاً لتصبح مصممة ازياء يشار لها بالبنان.



فوضعت نوال امام اعينها، مسؤولية الحفاظ على الثوب الاردني بطبيعته المحترمة المزركشة باجمل الالوان... لتشكل قصة نجاحها، قصة سطرته بفضل خبرتها وكفاءتها حتى أصبحت متفردة في طرازها وتفصيلها ومستواها، فتوشحت فصولها بعبر الإنجاز وإرادة التحدي لتعكس جدارة وتهييز المرأة الأردنية.



حكاية نجاح ... بدايات من الصفر

انها القادمة لتحقيق انجازا غير عادي، انجازا تقف فيه كل الوجوه والملامح لتفتخر بالعباءة والإنجاز، وتقف على اعتاب نجاحها، كل الأقدام ترتجف من اجل ان تبقى هذه القامة النسوية، كما نحب، كما نتعلم منها، لتبقى كما عهدناها الرقم الصعب.

علا طاشمان سنقولها هكذا بتجرد لأن أي لقب، قد لا يوفيها ما فعلت، وقد لا يملأ قلبك بالفكر ان حصرتها به، وهي التي دائما وستبقى تفتخر بأن نلقبها الشيف الاول في المنطقة.

علا طاشمان سيدة نفسها بنت نفسها بنفسها، وبدات بامكانيات ضئيلة لتصبح نجمة مضيئة في سماء الطهي وتصبح واحدة من ابرز المؤثرين على مستوى الوطن، حيث باتت تتسابق القنوات والوسائل الاعلامية على ان تفرد لها مساحة واسعة ما بين اخبارها وهاهي تترافض كفراشة الزنبقة لتصبح لجنة حكم في برنامج "ست النكهات" البرنامج الاشهر على مستوى الاردن.

علا طاشمان تأسرنا بحديثها وتجعلنا نشتهي تذوق طبخاتها ونحن نتابع فيديوهات على قناتها على اليوتيوب والتي تجاوز عدد مشتركها الـ 3 مليون مشترك، ينتظرون فيديوهاتنا على احر من جمر.

نعم قلّة من الناس من يلزمون خيطاً مستمراً في ميدان العطاء والبذل بين نهارهم وليلهم، على مدار الساعات والدقائق وكل اللحظات، يضيؤون عتمة الليل بنور حضورهم، مستمرين في عطائهم كنهج الأردن إذ يشقّ بلدات ومدن المملكة كشریان الدم الذي يجمع بين السط وناپلس والخليل والكرك وطوباس واريد.

علا طاشمان سطرت حياتها بتعب وكدّ ونسجت حكاية وفاء وتفاني، ارتبطت بالنجاح لتكمل المسيرة وتفي بالعهد الذي قطعته على نفسها بان تسير الى اعلى دون النظر الى الاسفل.

من هنا فلنا الشرف ان تكون الشيف الاعلامية علا طاشمان احدى شخصياتنا المؤثرة في هذا العدد.

الاعلامية الشيف علا طاشمان



مال واعمال تسلط الضوء على...

ام شهيم العبدالات..

شخصية العام 2023

ضيفتنا اليوم هي المرأة التي طمحت ان يصل اسمها الى مختلف مجالات العمل التطوعي، ووصل، وهي المرأة التي تمتلك تفكيراً واسعاً لتصبح ناشطة اجتماعية ورائدة من رائدات العمل التطوعي يشار لها بالبنان.

تمثل قصة نجاح الناشطة وداعمة المشاريع "ام شهيم العبدالات"، قصة سطرته بفضل خبرتها وكفاءتها حتى أصبحت متفردة في طرازها وتفصيلها ومستواها، فتوشحت فصولها بعبير الإنجاز وإرادة التحدي في المجالات كافة وعلى رأسها قطاعات الاعمال الخيرية والتطوعية لتعكس جدارة وتميز المرأة الأردنية.

المبدعون يتألقون كالنجوم في السماء ويحلقون بعلم أوطانهم فهم سند وذخر ومرآة للوطن أمام العالم قادرون على عكس الصورة الحضارية للمجتمع في جميع المحافل الدولية لتجدهم كالألئ في البحر متميزين عن غيرهم، وهذا هو حال ام شهيم العبدالات التي رغبت في في تكريس حياتها للإبداع فأبدعت، وتفوقت، وتميزت، وتبوأت المرأة مكانة مرموقة سواء في الأردن أو في العالم العربي، ولهذا فإننا عندما نتحدث عن التحديات التي تواجه هذه المرأة، فإننا نتحدث عن مدى قدرتها على الإبداع واللاحاق بالركب الإبداعي.



لنجد أن ام شهيم العبدالات تتميز بمميزات وسمات خاصة مستمدة من محيطها الاجتماعي والثقافي والفكري الذي تأسست عليه، فقد استطاعت صناعة اسمها وسط عمالقة الخير والاحسان، فرونقها وأناقته واضحة تماما، كعادة المرأة الأردنية.

وتظل ام شهيم تبذل لتظل واحدة ممن ساهموا كثيرا في صناعة النجاح، وتظل تعلن تفوقها الكبير اردنياً، وعربيا حاليا، فهي التي أدركت التوازن القوي بين طبيعة المرأة وطبيعة العصر الذي توجد فيه منذ الكلمة الأولى وهي من عرف كيف يتم الدمج الحقيقي لفئات المجتمع وهي صاحبة اليد البيضاء في اطلاق المبادرات والتي كانت اخرها توزيع الكاز على المحتاجين وعلى نفقتها الخاصة، فسعت جاهدة لتأصيل الفكرة منه بطرحها سؤالاً ذكياً لماذا لا تكونون كما افعل الان فهدي ان اقدم يد العون لآخي الانسان وان اكون بلسم الشفاء للمحتاج.

انا اليوم لا أتحدث فقط عن ناشطة، وانما أتحدث عن امرأة إستثنائية، أتحدث عن أنثى جادت بكل ما تملك لتعلن وجودها على الأرض الصلبة، فوضعت لها قدماً بين أولئك الذين يقدمون كل ما لديهم ليكونوا نافعين لمجتمعاتهم واطنانهم، ولا أعتقد أن الحرة ام شهيم العبدالات قد تخلفت عن هذا الركب، فقد واصلت الليل بالنهار وعملت من أجل طموحها، ولم تتوقف لحظة ولم تتردد لبرهة عن تحقيق أحلامها، فالإصرار والإرادة من أسس نجاحها، درست، وتعلمت واهتمت بزيادة ثقافتها، وتركت بصمتها في كل المجالات، ولم تهاب أو تتردد من أي ميدان كان، فوجدت نفسها، وولجت إليها، واعتمدت على حدسها ومشاعرها كونها أنثى قبل كل شيء وفاعلة بالمجتمع أولاً وآخرًا.

مؤسسة فريق الاصايل للعمل التطوعي ولدعم مشاريع وتمكين المرأة



هي واحدة من القلائل اللواتي وضعن لهن بصمة في كافة مجالات الحياة، سيدة ذات رؤية واضحة، ولها بصمات في كل موقع احتلته طوال فترات عمرها العملي.

ام شهيم ليست فقط تلك المرأة المستقلة المحبة للخير، والمتفانية فيه، ولكن هي ايضا سيدة مجتمع من الطراز الاول، ولديها اهم الصفات التي تؤهلها للعب هذا الدور مثل النضوج، والثقة بالنفس، والتحكم في زمام الأمور، ومما جعلها بالإضافة لكونها كاتبة، سيدة مجتمع من طراز فريد هو اجتماعيتها، وقدرتها على خلق أحاديث مع من حولها، وإظهار الإحترام لنفسها ولمن حولها، لذلك لن تجد احدا يمل من جلستها او حديثها الشيق، الذي تسخر له كل خبراتها، حتى تكون مميزة.

وتبقى ام شهيم العبدلات تتجول كالفرشات، تخلق بثقافتها وأفكارها في فضاءات لا حدود لها، وتنتقل بين زهرة وأخرى لتنشر لمسائها الإنسانية الساحرة هنا وهناك، فتداوي جراح هذا، وتشارك تلك أفراحها وأحزانها، وتتبادل الخبرات التي ترتقي بكل منهن.

ونظرا لأنها سيدة من طراز فريد، ومثال حي للقدره على التحدي، فقد بنت نفسها نموذجا حي لواقع الحال الذي يعيشه مجتمعها، وهي تمتلك إرادة حديدية قوية وغير عادية اهلتها لأن تبقى تبحر في بحر الريادة والإبداع.



ايقونة العمل الخيري والإنساني

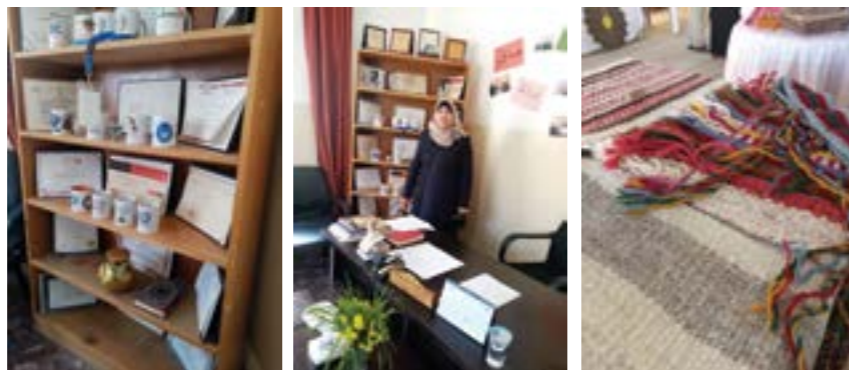
...نجاح عوידات

طموح نجاح لم يتوقف على التعليم الأكاديمي بل تعداه الى الاحساس بمشاعر الناس فرسالة المعلم هي ذاتها رسالة العطاء ونكران الذات فلم تقبل ان تكون ناشطه في العمل التطوعي فقط بل اصرارها على مساعدة مجتمعها جعل تؤسس جمعية الكرام عام 2011، لتحقيق الجمعية نجاحات مكويكة وتعقد اتفاقيات تعاون مع 58منظمة دوليه لكافة البرامج، كما وتكفل الجمعية 375يتيم. من جانب اخر لم تغفل نجاح عوידات الاطفال فهي مديرة مطبخ انتاجي لتغذية المدارس حيث تقدم يوميا خمس الاف وجبه لطلبة المدارس الاردنية.



نجاح احمد عوידات
في سطور..

- عضو في الاتحاد النسائي
- عضو في اللجنة التسويه لمحافظة المفرق
- عضو في اللجان المجتمعيه مع العديد من المنظمات
- حاصله على تكريم من الديوان الملكي، لافضل ناشطه العمل التطوعي
- رئيسة جمعية الكرام للأسر العفيفة والأيتام الخيره
- مندوبه الشمال في منظمة النهضه الديمقراطيّه والتنمية



للتواصل..00962772055650

لمع اسمها في سماء المفرق ومحافظات الشمال، لا بل تعدى ليصل الى جميع انحاء الوطن، حيث ارتبط اسمها هذا بمصطلحات قريبة الى القلب تداعب النفس والروح، وباتت مثلاً يحتذى به للعمل الخيري، وصورة زاهية ملثية بالانسانية والدفء والمحبة والحنان لكل محتاج في زمن اصبحت به الحاجة منتشرة بين الناس فتعدت ان تكون ناشطه في العمل التطوعي الى ما هو اكبر من ذلك . نعم انها رائدة تتجلى فيها الانسانية ومعاني العطف والرحمة، فابوابها مشرعة لاستقبال كل محتاج... فقد وضعت الأسس والثوابت الاساسية لكيفية الخروج من القوقعة الى قمة النجاح وتعمقت في العمل الخيري والإنسانية والتنموي واصبح يشار لها بوصفها عنواناً للعطاء ورمزا للانسانية، والصورة المشرقة لمن يبحث عن مساعدة غيره دون النظر الى اي مآرب اخرى ايقونة الإنسانية. وتصبح النموذج الصحيح للمرأة الاردنية الذي نريد..



رحلة نجاح مع النجاح رحلة تدرس فقد تزوجت بعد صدور نتائج الثانوية العامه، الا ان رغبتها في التعلم بقيت راسخة في وجدانها فالتحقت بالتعليم بعد ان اصبح لديها خمسة اطفال، وذلك من خلال بوابة كلية المفرق الاهليه، بتخصص لغه عربيه وحصلت على المرتبه الرابعه على 75طالب وطالبه . وبعد انهاها لمرحلة التعليم الجامعي المتوسط تم تعيينها في وزارة التربية والتعليم.

الا ان طموح لم يتوقف عند هذا الحد فأكملت دراسة البكالوريوس وحصلت على شهادة التعليم الجامعي بتخصص اللغة العربية بتقدير جيد جدا وهنأ وكان دروب النجاح خلقت لنجاح حيث حصلت على بعثة لدراسة الماجستير من وزارة التربية والتعليم في تخصص الادارة العامة وتخرجت بتقدير ممتاز .

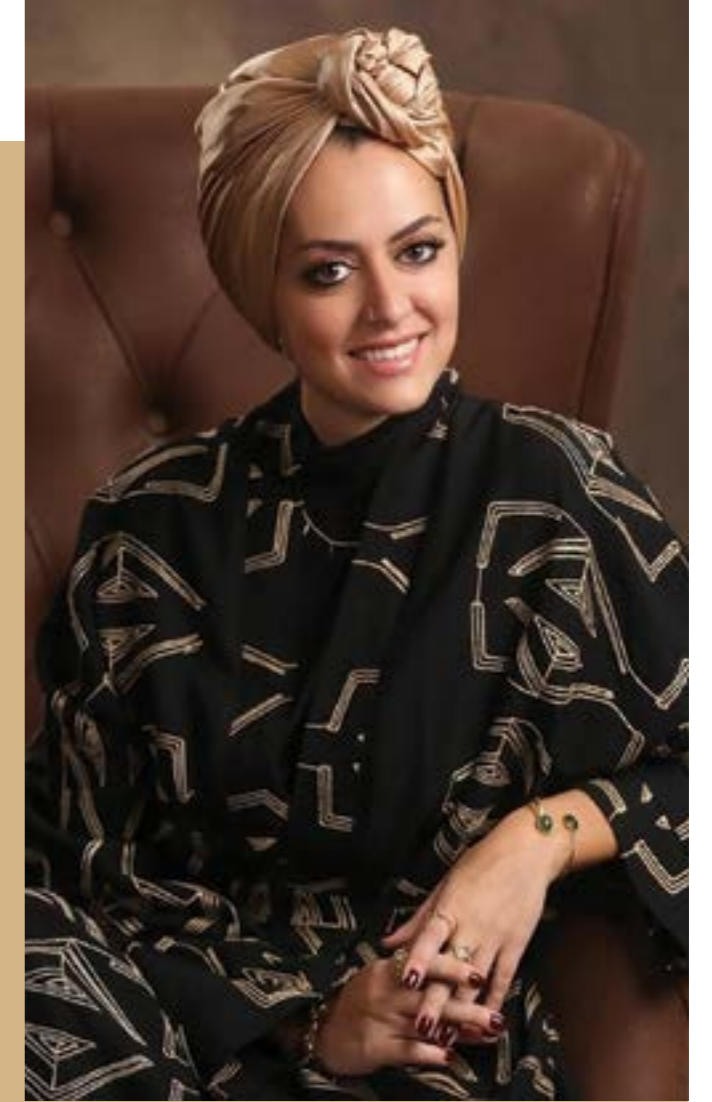


حنين الطاهر...

فراشة الزنبق

التنوع و الاحترام والذات، أهم ثلاث عوامل لنجاحها، فما أن عرفت بتلك الصفات حتى أيقنت انها ستصل الى أعلى درجات الاحترام والتميز، ويزيدها نجاحا انها لم تتأثر يوماً بالانتماءات الجانبية، وإمّا وضعت نصب عينها خدمة مجتمعها بعيدا عن المصالح الشخصية. ثلاث ساعات كاملة قضيتها أمس في الاستماع الى لقائي معها، للتعرف على ملامح هذا الفتاة التي طوعت المستحيل لتصبح واحدة من أبرز المؤثرات على مستوى الوطن.

فلقد اختص الله فراشة الزنبق بلحظات قدسية عظيمة، واي قدسية واي تكريم يمكن يفي هذه المرأة حقها، الطاهر ريادة من الطراز الرفيع وذات صولات وجولات سواء على صعيد عالم الجمال أو الريادة او القيادة . فقد دمجت بين عالم التجميل والوعي واصبحت مدربة للجمال الواعي، فقد امتلكت وباقتدار كل مقومات النجاح، وعملت من اجل مجتمع يبيض بالحياه وليس من أجل شهرة أو مال فشكلت نقطة تحول في كل مكان وزمان وغادرت اللحظات الأولى من حياتها لتحل في مستهل الوطن والتاريخ.



إنها تشبه عنقايد اللؤلؤ إلى حد بعيد، ليس فقط بالشكل، بل بالمضمون والعمق، وهي تعتبر إضافة نوعية متميزة لأرشيف النجاح من خلال اطلاقها لمجتمع ثوري منطلق من ذاتها فهي نائرة تسعى الى التغيير ورفض للثقافة المجتمعية النمطية، من هنا فإن حنين الطاهر تقدم لنا نماذجاً حرة الروح، تستحق أن تكون قدوة لكفاح مجتمعي، وإنساني، وفكري، وإبداعي، يقبس من حكاياتها وقوداً معنوياً لخطواته فيشجع ترددها، ويؤكد على صحة وجهتها.



ضيفتنا والتي يطلق عليها لقب فراشة الزنبق من الشخصيات المكافحة المهمة التي بدأت من الصفر، لا بل من تحت الصفر لتتجاوزته وتتصر على عقباته، وقد بدا ذلك واضحاً في اختلاف مشاربها وتوجهاتها التي تجمع بين صفات معنوية طبعت بصماتها على كيانها فميزتها عن بقية أقرانها، ومنها الروح التواقة للكمال قدر المستطاع، والأحاسيس المرهفة، والنفس الأبية العريزة التي لا تقبل الضيم أو النفاق، والشغف تجاه المعرفة والسعي في طلبها من كل طريق، والشعور بالغبرة الداخلية الموجهة تجاه ما يحدث في مجتمعنا من أخطاء.

ان حكاية حنين التي تجمع بين صور البهجة والسلام والأمل، كانت سببا في ان اغوص بين سطور حياتها لاكتشف عالماً جديداً تعيش أيامه مع شخصيات قدمت الكثير، واستحقت جهودها أكثر من كثير.

انسانة واقعية تدرك أن مكاشفة نفسها لا تقيها حرجا ان تعترف امام الناس انها اخطأت، لهذا فقد اثبتت قدرة المرأة الأردنية على احداث تغيير تنموي في المجتمع الأردني واستطاعت ان تكون "رائدة وقائدة" فيه.

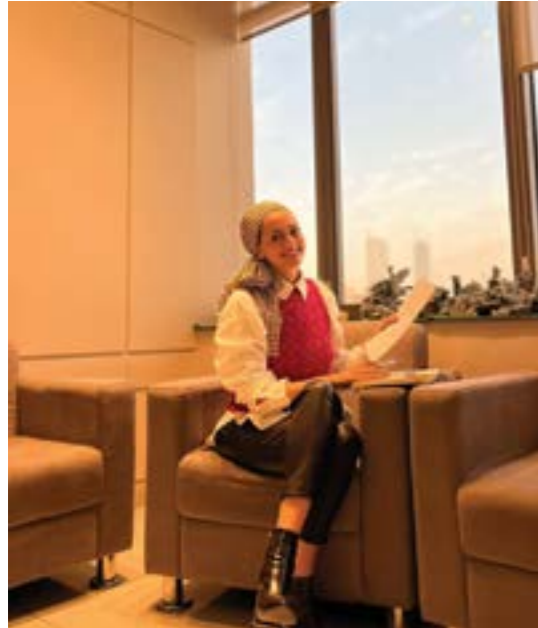
ومن صغرها اطلقت الفراشة لنفسها العنان لتحقيق رغباتها في الريادة والقيادة في ظل نظرة مجتمعية "إيجابية" لما تمتلكه من مقومات عززتها تجارب ناجحة للمرأة الأردنية في مجال الإعلام وفي مختلف ميادين العمل ومجالاته.

عندما يتعلق الأمر بالريادة والابداع، والتأثير في الحياة العامة، وعندما تكون الريادة دائما هدفا يسمو على كل شيء في الحياة، وعندما يكون هناك نساء قادرات على صناعة المستحيل، يقفز إسم حنين للواجهة، حيث يتبادر للذهن، إن هذا الإسم يحمل في ثناياه، الكثير من الأشياء التي لا يمكن تجاوزها.

فحنين تتقن العديد من الأدوار وتجمع بها العديد من الصفات بامتياز وبإستثنائية لا يستطيع أي من الرجال إتقانها، فهي خلقت معها منذ التكوين بالصبر والرقّة والحنان والحب والغيرة والجمال والأنوثة والطيبة المتواضعة.

وخلاصة الامر هي فتاة، قفزت فوق المستحيل، وتعهدت بماء الورد حتى أصبحت قطعة سرمدية ، كما انها اللواتي يمكن وصفهن بالعصاميات.

في داخل الطاهر لا تختبئ اية اسرار فستائره تنسدل وفضاءه احلامها، وكل صوت تسمعه هو تفاصيل عشقها لوطنها، تفاصيل حياة.



للتواصل..

00962790400126

زينب الشمالي... سيدة العام



باقلام ماسيه واحبار ذهبيه سنخط على اوراق مصنوعه من الزمرد حتى نفى المراره العربيه ما الت اليه وما وصلت اليه في عام التحدي والابتكار واثبتت الذات وكسر الحواجز التي كانت تحط من قيمة المراره بمجتمعاتنا العربيه سابقا حتى اثبتت للعالم بان المراره ليست فقط نصف المجتمع بل تعدت ذلك لتصبح هي المجتمع فهناك نموذجنا دعنا لسرد تلك المقدمه وهي سيده اخترقت كل حواجز الصمت النسوي وتسلفت قمع الابداع بعقليتها المتزنه وابداعها العملي نعم انها زينب الشمالي تلك السيده التي عزفت اجمل سمفونيه بعالم الابداع والابتكار ونقشت باناملها الذهبيه بصخور التحدي اسمها الاعم الذي ابهر كل الاوساط المجتمعيه في عام علم النفس والمشاكل الاجتماعيه وحصدت كثيرا من النجاحات واشعلت دروب النجاح بشموع الابداع... لن تقف زينب عند حد معين بل اخترقت كل الصعوبات لعل ابرزها دراستها الجامعيه وانهاهاها التخصص بعد زواجها وانجابها، وابت الا ان تمارس ابداعها على ارض الواقع وابت الا ان تكون سيده يشار لها بالبنان فكان لها الانجاز واستحققت ان تتوج بلقب سيده العام. زينب الشمالي تلك السيده التي جعلت من نفسها ركيزه اساسيه لبناء المجتمعات وايصال صوت الحق الانثوي للعالم اثبتت بعقريه تفكيرها ان المراره ليست مجرد اداة تحريك بيد الشعوب بل هي اداة لانعاش قلوب المجتمعات ...

زينب الشمالي تلك السيده التي جعلت من نفسها ركيزه اساسيه لبناء المجتمعات وايصال صوت الحق الانثوي للعالم اثبتت بعقريه تفكيرها ان المراره ليست مجرد اداة تحريك بيد الشعوب بل هي اداة لانعاش قلوب المجتمعات فدعونا نتعرف من هي الدكتوراه زينب الشمالي...



المؤهلات الدراسية:

-درجة البكالوريوس في تخصص الإرشاد النفسي 2018-2021

جامعة إربد الأهلية، إربد

المعدل التراكمي: ممتاز

حصلت على المركز الأول على الدفعة.

-درجة الماجستير في تخصص الإرشاد النفسي 2021-2022

جامعة اليرموك، إربد

المعدل التراكمي: ممتاز

عنوان رسالة الماجستير: "أساليب الحياة وعلاقتها بأعراض الشخصية الهستيرية لدى طلبة جامعة اليرموك".

الخبرة العملية:

مركز تفاؤل للتأهيل والاستشارات الأسرية (إربد - الأردن) -2022 الوقت الحالي

- مؤسسة وصاحبة مركز تفاؤل للتأهيل والاستشارات الأسرية.

- أعمل مديرة للمركز بالإضافة إلى عملي كأخصائية ومعالجة نفسية وأسرية.

حيث يقدم المركز الخدمات التالية:

• استشارات نفسية

• تعديل السلوك

• الإرشاد الأسري والدعم النفسي

• معالجة صعوبات التعلم

• تدريب وتطبيق اختبارات الذكاء والشخصية

فترات التدريب

أخصائية نفسية متدربة في مستشفى الأمير راشد بن الحسين العسكري، إربد

تعاملت مع عدة حالات لديها مشاكل نفسية مثل: الاكتئاب، القلق والتوتر، الوسواس القهري.

الدورات التدريبية والشهادات المعتمدة

• اختبار ستانفورد بنيه للذكاء الصورة الخامسة

• النموذج النفسي

• المدرب الوطني المعتمد TOT

• اختبار مينوستا المتعدد الأوجه للشخصية

• الامتحان الوطني المكافئ للتوفل

النشاط الاجتماعي

جمعية مبرة الملك حسين للأيتام، إربد -2021 الوقت الحالي

عضو مجتمع ومرشدة نفسية

• تقديم استشارات نفسية للأيتام.

• تقوية صلة الجمعية مع المجتمع المحلي.

• المشاركة في اللقاءات العامة المبررة.

• عضو في اللجنة الإعلامية للجمعية.

• على علاقة وثيقة مع الجمعية منذ عام 1998.



بأنة العالم ...

نجمة إبداع في سماء التصميم

منجمة

استطاعت المصممة الأردنية بأنة العالم ان تصنع بصمتها الخاصة في عالم الأزياء من خلال تعاملها مع القماش على أنه لوحة فنية وتحوله لتصميم يروي العلاقة المتميزة بين الام وابنتها يمزج بين ما وصل لنا من خيال الجدات وافكارهن واتقانهن وبين اللمسات العصرية المطورة والجميلة. بالرغم من اختلاف دراستها الجامعية في تخصص الصيدلة وعملها فيه عن عالم التصميم الذي اطلقت عليه اسم ريمة على اسم ابنتها ، والتي أثارت بها ضجة كبيرة على مواقع التواصل الاجتماعي، بتصميمات جديدة وجذابة من الملابس للأم وابنتها معاً بنفس الشكل واللون، حيث عبّرت بتلك التصميمات عن مدى حب كل أم لطفلتها الصغيرة التي تشعر أنها جزء منها.



وفي هذا السياق قالت بأنة في حوارها لجمال واعمال: «بدأت في تنفيذ حلمي كمصممة أزياء، عندما جاءت ملهمتي الأولى إلى الدنيا وهي طفلي الصغيرة، فكان شعور الأمومة لأول مرة إحساس رائع فكانت أشعر وكأنه أصبح لدي توأم صغير على الأرض أتمنى لشاركها كل شيء، في لعبها وطعامها وحتى في ملابسها، وكنت أفكر في أننا نرتدي ملابس شبيهة ببعضها بنفس الشكل واللون». وأضافت: «من هنا بدأت بتصميم أزياء مناسبة لي وأقوم بتصميم ملابس لها مشابهة وبعد تنفيذ التصميمات والحصول على الملابس جاهزة وارتديها أنا وبنتي كنت أشعر بفرحة كبيرة جداً وهي أيضاً لأنها ترتدي مثلي، وبالفعل انتشرت الفكرة بشكل كبير ونالت إعجاب الكثير من الأمهات وكانوا يطلبون مني تنفيذ تصميمات لهم ولبناتهن مشابهة، ومن هنا بدأت عملي في هذا المجال». وأشارت إلى أنها في كل قطعة من تصميمها تكون حريصة على أن تعكس طاقة إيجابية وبهجة على عائلتها والأمهات التي تتابعها، وهو ما جعل الناس يطلقون عليها «صانعة البهجة». هذا وتلقى تصميم العالم الإعجاب والتقدير من العاملين في مجال الأزياء نظراً لقدرتها على إظهار أنوثة وجمال المرأة دون أن تكشف عن مفاصلها.



00962797495606

الدكتور يمان التل

العلوم والتكنولوجيا وهو حاليا الوحيد في الأردن الذي يحمل شهادة اختصاص فرعي في الطب الجنسي وأمراض الذكورة إضافة لتخصصه الدقيق في جراحة الأورام بالمنظار وخبرته الواسعة في طب المسالك البولية، كما يوجد له العديد من الأبحاث في جراحة الكلى والمسالك البولية.

والمسالك البولية.
التخصص في جامعة امبريال

بعد ذلك التحق بمستشفيات جامعة امبريال العريقة في لندن في تخصص جراحة الأورام والمناظير وتخصص في علاج أورام الكلى والبروستاتا وجراحة المنظار والتدخلات الدقيقة لعلاج سرطانات الكلية بالمنظار.

رائد أمراض الذكورة في المنطقة

إضافة الى تخصصه في علاج الأورام حصل الدكتور يمان التل على تخصص فرعي في أمراض الذكورة وحاز على البورد الأوروبي في طب الجنس وجراحته، من هنا يعد الدكتور يمان التل رواد جراحة الذكورة في الشرق الاوسط.

التخصص في الروبوت الالي

تم اختياره من مستشفى جايز وسانت توماس العريق في لندن للتخصص في جراحة الروبوت الآلي وأصبح أحد أوائل الجراحين العرب الحاصلين على إجازة في جراحة الروبوت الآلي من الكلية الأوروبية لجراحة الروبوت.

العمل الأكاديمي والإعلامي

عمل الدكتور يمان التل بعد عودته إلى الأردن كعضو هيئة تدريسية في كلية الطب في جامعة العلوم والتكنولوجيا في الأردن
للدكتور يمان التل اهتمام واسع في نشر التوعية الجنسية وله العديد من المقابلات الإعلامية و المقالات الصحفية في هذا المجال وكذلك في التقديم التلفزيوني.



الدكتور يمان التل

أول طبيب أردني متخصص بالطب الجنسي

لتفوق والنبوغ علامة ودلالة وهبها الله

لخلفه والكثير ممن يمتلك هذه الصفة كانوا ممن أحسنوا اختيار مشوار حياتهم المهني بما يتناسب مع مفردات ذلك النبوغ، وبلا شك ان حالة النجاح هي نتيجة طبيعية لمن طور ما يمتلكه من تميز وذكاء.

ويعد الدكتور يمان التل واحد من اولئك الناجحين الذين احسنوا اختيار طريقهم من خلال دراسته لما يلبي طموحه ويجعله يتميز عن غيره.

تخرج الدكتور يمان التل من جامعة العلوم والتكنولوجيا في الأردن في عام ٢٠٠٢ ثم انتقل إلى بريطانيا ليتم اختصاصه في جراحة الكلى و المسالك البولية حيث حصل البورد البريطاني في تخصص المسالك البولية ثم التحق ببرنامج الاختصاص العالي في المنظار و أورام الكلى

والمسالك البولية بمستشفى جامعة إمبريال في لندن ووسع تدريبه ليشمل أمراض الذكورة و الطب الجنسي ودعامات الانتصاب وحصل على البورد الأوروبي في الطب الجنسي و زراعة الدعامات ثم التحق ببرنامج جراحة الروبوت الآلي في مستشفى جايز احد أكثر برامج الاختصاص العالي تنافسية على مستوى العالم كما كان من أوائل جراحي المسالك البولية والكلى العرب الذين يحصلون على رخصة معتمدة ك جراحة الروبوت الآلي. وجراحة سرطان البروستاتا و الكلى و المثانة.

وبعد خبرة تجاوزت العشر سنوات في أعرق مستشفيات بريطانيا عاد الدكتور يمان إلى الأردن في نهاية ٢٠١٧ ليساهم بتطوير جراحة الكلى و المسالك البولية في الأردن والتحق أكاديميا بجامعة



الدكتور يمان النل

ضعف انتصاب نادر جدا
هل مرض البروستات خطير؟
تضخم البروستات الحميد ليس خطرا بمعظم
الحالات ويختلف عن سرطان البروستات ويجب
مراجعة أخصائي المسالك البولية للفحص
والتأكد.

ومن الجدير بالذكر ان الدكتور يمان النل
استشاري المسالك البولية يوفر جميع وأفضل
الخيارات الجراحية المتوفرة لعلاج البروستات.

عملية البروستات آمنة جدا اذا تمت على يد
جراح مسالك بولية خبير و متمرس و على
المريض ان يتحرى عن الجراح و عدم تجنب
العملية خوفا من الأعراض مما يؤدي إلى أن
يعيش المريض بمعاناة.

أفضل علاج لتضخم البروستات في الاردن....
الدكتور يمان النل

استشاري مسالك بولية الاردن
البروستات هي غدة صغيرة أسفل المثانة وتحيط
بمجرى البول مسؤولة عن إنتاج جزء من السائل
المنوي

ويعود السبب في تضخم البروستات عند الرجال
الى تقدم العمر مما يشكل ضغطا على مجرى
البول وبالتالي يؤدي الى:

- ضعف تدفق البول
- تقطع في البول
- حصر البول
- التبول الليلي
- حصى المثانة



تجريف البروستات: TURP
هي العملية التقليدية ونتائجها طويلة الأمد
تبخير البروستات بالليزر: **green light**
خيار متوفر لبعض الحالات وهو خيار آمن لكن يجب
اختيار المرضى المناسبين
إزالة البروستات بالليزر: **HOLEP**
هذا العلاج مناسب أحجام البروستات الكبيرة و يجنب
المريض فتح البطن ومن الجدير بالذكر اننا نجري
هذه العملية في الاردن

المكابس: urolift
هو علاج حديث نسبيا ليس له مضاعفات يستخدم
لبعض الحالات حاليا غير موجود في الاردن و لكن
الدكتور يمان يقوم بإجراء العملية بلندن.

مضاعفات عملية البروستات
سلس بولي نسبته أقل من ١ بالمائة او اقل لم تحدث
مع أي حالة من حالات التي أجراها الدكتور يمان
فدئ مرتجع تحدث مع بعض المرضى وهو ليس
بالأمر المقلق و ليس له تأثير على القدرة الجنسية

الدكتور يمان النل



وتساعد بعض العلاجات الطبيعية في تحسن
هذه الأعراض من تضخم البروستات مثل
زيت القرع و **sol plameto** هذه
العلاجات ليس عليها أدلة علمية قوية لا
تغني عن مراجعة دكتور مسالك بولية
مختص.

العلاج الجراحي لتضخم البروستات
نلجأ الى العلاج الجراحي في الحالات التالية:

- التهاب متكرر
- ارتداد بولي
- حصر بول متكرر
- حصر البول
- الخيارات الجراحية لتضخم البروستات
فتح عنق المثانة :
عملية بسيطة تجرى لبعض المرضى في
سن مبكرة

تضخم البروستات الحميد اسبابها وعلاجها الدكتور يمان النل

غدة البروستات عند الرجال هي غدة صغيرة تحيط بمجرى
البول بحجم الجوزة تقريبا ٢٠ جرام
مع التقدم في العمر تتضخم غدة البروستات مما يؤدي عند
الى انسداد مجرى البول
الأعراض الناتجة عن تضخم غدة البروستات هي
ضعف دفع البول.
صعوبة في التبول.
الاستيقاظ ليلا للتبول بكثرة.
صعوبة التحكم في البول والحاجة الملحة للتبول.
شعور بعدم تفرغ المثانة.

كيف يتم تشخيص تضخم البروستات الحميد
هذه الأعراض لها أسباب أخرى لكن تضخم البروستات
الحميد هو أكثرها شيوعا

اذا شعرت بأحد الأعراض المذكورة أعلاه راجع طبيب
مختص في جراحة الكلى والمسالك البولية حيث يقوم
الطبيب بفحص البروستات من خلال فتحة الشرج وإجراء
فحص دم فحص ال بي اس اي **PSA** وتحليل البول و
فحص دفع البول. هذه الأعراض قد تكون أحيانا نتيجة
تضخم بروستات غير حميد فمن يشعر بها مراجعة طبيب
المسالك البولية للاطمئنان.

وفي بعض الأحيان يحتاج المريض الى صورة تليفزيونية
وتخطيط للمثانة

علاج البروستات

الحالات البسيطة من تضخم البروستات لا تحتاج الى علاج
ويمكن للمريض التعايش مع المرض أما الحالات المتوسطة
من تضخم البروستات تعالج دوائية ب مثبطات الفا و
مثبطات ه ألفا ريدكتيز وتسبب هذه الأدوية قذف مرتجع
وهو غير مقلق

عيادة استشارات

- نتعاون مع الاهل لتطوير القدرات الادراكية والمعرفية والحركية لأطفالهم

حيث نركز على عدد من الجوانب اهمها:

- تقليل النشاط الزائد لدى الاطفال
- تقليل التشتت وتحسين فترات التركيز والانتباه
- تطوير وتحسين القدرات الادراكية والمعرفية
- زيادة وتحسين المخزون اللغوي
- تحسين التواصل البصري والتفاعل الاجتماعي
- تطوير وتحسين التأزر البصري الحركي
- التغلب على المشاكل السلوكية والنمائية
- تحفيز التطور الحركي الطبيعي والمهارات الحسية
- تقوية العضلات والمهارات الحركية الكبيرة والدقيقة



اخصائية صحة الطفل والنمو والسلوك

(د. منال كساب)

اخصائي التأهيل والعلاج الوظيفي

(احمد الجابري)

عيادة استشارات
للتشخيص والتدريب
والتأهيل

الأردن - اربد

عيادات مستشفى ابن
التفيس ط3

0795910770

0798726559



الدكتور اشرف القبيج

تعدّ عيادة الدكتور أشرف القبيج من المرافق

الطبية الحيوية في عمان، التي تهتم بصحة القلب والأوعية الدموية. وتشمل خدماتها ما

يلي:

* الفحص السريري للقلب، وقياس ضغط الدم

والعلامات الحيوية الأخرى، والتحقق من النبض.

* عمل تخطيط للقلب لتحليل نشاط القلب

الكهربائي، وتحديد أي تغيّرات أو عيوب في

ضربات القلب.

* فحص الإجهاد لفحص كيفية استجابة القلب

للتحمّل البدني، ويمكن استخدامه لتشخيص

العديد من مشاكل القلب.

* عمل فحص الإيكو للتحقق من وظيفة

القلب، وتقييم حركة الدم والأوعية الدموية

وصمامات القلب.

وتقدّم العيادة مجموعة أخرى واسعة من

الخدمات للأشخاص الذين يعانون من مشاكل

صحيّة في القلب أو الأوعية الدموية.

إن كنت تعاني من أيّة شكاوي تتعلق بالقلب،

لا تتردد في التواصل على: 00962792858594

فريال الكوفحي...

ايقونة الاكلات التراثية الاردنية



لم تكن الانثى بيوم من الايام، رقماً سهلاً في الحياة العملية او المجتمعية، وخاصة اذا كان الامر يتعلق بشخصية نسائية، قادرة على ان تقلب الموازين وتجعل من الاطباق الشعبية التي تسارع الى التفتن في اعدادها النساء حكاية نجاح من نوع اخر، فقد استطاعت فريال الكوفحي، ان تسطر اروع الامثلة، لتصبح سيدة مختلفة وليست كأي شخصية عادية، بل لها احترامها وتقديرها، تسعى ان توفر لنفسها ولغيرها حياة كريمة فهي تحمل في داخلها رسالة ان الخير يجب ان يعم وان على الانسان ان يحب لغيره ما يحب لنفسه وهي صاحبة خلق رفيع ، وعقل سليم ، وقلب طيب، تساعد الاخرين دون توقف.

حكايتنا كما قلنا اليوم مختلفة فدعونا نتعرف عليها اكثر بهذه السطور...



ام محمد وزيت الزيتون

مستخدمة معلومات علمية بحتة اكدت فريال الكوفحي "ام محمد" انها تستخدم زيت الزيتون الاصلي في تحضير اطباقها نظرا لكونه أحد مصادر الدهون الغذائية التي تلعب دور أساسي في أي نظام غذائي صحي.

كما يتميز زيت الزيتون كمصدر غذائي ممتاز للدهون يفضله الأشخاص المهتمين بالتغذية والاكل الصحي.

مشيرة الى ان هذا الامر جعل اطباقها مرغوبة ومطلبا لكل من يبحث عن الاكلات التراثية ك"مكمورة، كشك، لزاقيات، المطبق بأنواعه، الكباب" على اصولها.

وهو ما يلمسه الزائر للجنح الخاص بها في المعارض والبازارات والذي نرى خلاله الجميع يتهافت للوصول لمنتجاتها، على الرغم من وجود ما يزيد على 30 فرنا.

وعن ذلك تقول "كوني عضو بالشبكة النسائية الاردنيه لزيت الزيتون واصبح لدي معرفه بكيفية انتاج زيت الزيتون البكر الممتاز واعرف صفاته الحسيه الايجابية التي يتميز بها زيت الزيتون الذي انتجه من مزرعتي، فانسني استخدم هذا الزيت العالي الجودة لتحضير الاكلات الشعبيه التراثيه لامتيز بالجوده العاليه لمنتجاتي ومطبخي".

بداية الحكاية

بدأت الفكرة منذ عام 1993 في بلدة حور في محافظة اربد لتنتقل بعدها الى مركز المدينة عام 2015، وذلك لعشقها للأكلات الشعبية الصحية مكوناتها الطبيعية، ومتسلحة بعزيمة واصرار استمدتها من دعم زوجها وفيما بعد ابناؤها الثمانية، برغم من صدمتها في بدايتها بنظرة ابناء قريتها لعملها، الا ان دعم عائلتها جعلها تتخطى تلك الصعاب وكأنها لم تكن.

بل لقد وصلت فارستنا القمة حيث استطاعت ان تلحق ابناؤها في الجامعات، فحصلوا على اعلى شهادات في تخصصات الطب والهندسة والتمريض والصيدلة وغيرها وكل ذلك بمساعدة زوجها ودعمه.

ملكة المكمورة

"المكمورة" الاكلة الاردنية المتميزة التي جاءت من عروس الشمال اربد التي اشتهرت بزراعة القمح مع موسم قطف الزيتون، فهما المكونان الأساسيان للأكلة.

وتتكون المكمورة من طبقات من العجين المغطس بالزيت وبينها قطع اللحم أو الدجاج المطهوه مع البصل.

هذا وتفتن ام محمد بتحضير المكمورة حتى اصبحت ملكة المكمورة لما تتميز به مكمورتها من مذاق فريد لا يضاهاى.

الكوفحي وكورونا

كغيرها من المتضررين اثرت تداعيات ازمة كورونا على ام محمد وجعلها تستغني عن عدد من العاملين لديها بالرغم انها ما زالت تعمل على توفير فرص عمل للسيدات اللواتي وصل عددهن الى ما يزيد عن 60 امرأة.

00962795654865



فريال الكوفحي...

وتستمر حكاية النجاح

غيث عماد...

قصة شاب ملهم اسس مجتمع للمؤثرين



غيث عماد شاب استغل العقل وضمه الى كونه نظيف اليد واللسان، فاصبحت المعينات امامه كالماء، تسير جارية ولا يشعر بها، فهو الواثق الخطى، السائر برضى والديه نحو المجد والعليا.

احيانا يعجز القلم عن الكتابة او المدح للاخرين، وخاصة اذا كان القلم سيكتب عن اشخاصاً لهم احترامهم وتقديرهم، وعلمهم، وصناع قرار، ويجيدون ابجديات الحروف ومخارجها .

فغيث الذي اسس مجتمع ملهم بمفهومه الحقيقي وجمع حوله المؤثرين الحقيقيين وليس الاشخاص الذين يتسابقون الى جمع اللايكات، وكل مؤثر ابدع في مجاله بإمكانه ان يكون جزءاً من مجتمع ملهم، وذلك بعد حصولهم على برنامج تدريبي خاص ليكونوا مؤثرين حقيقيين في المجتمع.

فله كل تقدير، لما قدمه، ويقدمه، في سبيل ان يرى من حوله مجتمع مثالي من خلال المؤثرين الحقيقيين والذي يجهزهم غيث من خلال تسليحهم بالمهارات الحقيقية ليكونوا مؤثرين حقيقيين وليسوا مزيفين، حاملاً رسالة هي جزء من تعريف المؤثر من وجهة نظر ملهم وهي وضع تعريف صريح وواضح للمؤثر وهو الشخص الذي ينجح بتغيير ذاته ومن ثم المجتمع من حوله.

وخلاصة الامر عندما نتحدث عن الانجاز فهو اهلاً له، وعندما نقول الطموح فهو عنوانه، وعندما نشير الى التفاؤل فهو احد اركانه، وعندما نختم احاديثنا بالنجاح فهو من صنعته.

فغيث اسم على مسمى، اسم صنع نفسه بنفسه، قاد مسيرة من النجاح حتى اوصل غيره الى بر الامان، وساعدهم في تحقيق رؤيتهم والتعبير عن ذاتهم فصنع النجاح وساعد على صياغته.

غيث عماد صانع التغيير، وقائد ثورة جديدة للنهوض بالشباب، غير الكثير من المفاهيم الخاطئة، حتى اصبحت السوشل عالماً جديداً واصبح للتأثير رؤية مختلفة، فقدم الكثير الكثير فحق مدحه، لمثلك تكتب الكلمات وترفع القبعات.. فهو من الشخصيات التي لها وزنها واعتبارها واحترامها، استطاع ايجاد نقلية نوعية لا مثيل في عالم التأثير، ماهر وذكي، ذو شخصية قوية، ولسان فصيح.

غيث عماد...

من سائق تاكسي الى صانع قاده ومؤثرين

حكايتنا اليوم حكاية شاب ملهم أسس مجتمع للمؤثرين واجه صعوبات كثيرةً وتحول من سائق تاكسي الى صانع قاده فجاء ملهم ليروي حكاية قادة عرفوا المعنى الحقيقي للتأثير وزرعوا في نفوس الكثيرين.

فاصبحت الحروف تقف محتارة من اين تكون البداية، اهي من حكاية شاب مكافح عمل لفترة بعد تخرجه ككاتب على تطبيق كريم ام من حكاية ريادي اعمال استثمر في العقل فكان صاحب تأثير وجمع حوله المؤثرين، واصبح يمتلك شركة انتاج فكان رجلاً عرف كيف يصنع الانجاز ليصفه الناس بانه صاحب انجازات لا تتوقف.





مال واعمال.. ما هي أعراض الأزمة القلبية

د.دينا العوران... تختلف من شخص لآخر إما تكون واضحة أو مخفية خصوصاً عند مرضى السكري (وذمة رئوية متكررة) أو كبار السن (هذيان dementia أو خفض الأطراف)

أما الأعراض الواضحة :

- ضغط على الصدر (تصغره أو...) لأكثر من بضع دقائق
- إستمرار الألم وانتشاره إلى الذراع والكتف.
- الظهر - الأسنان والفك.
- ألم زائد أعلى البطن .
- ضيق في التنفس.
- زيادة التعرق (التعرق البارد).
- عدم التوازن.
- إغماء .
- غثيان وتقيؤ.

مال واعمال... ما هي بعض الأمراض الأخرى التي تتشابه بها أعراض الأزمة القلبية ؟

- د.دينا العوران...
- نقص 3 الف .
- ألم في السن أو الفك .
- انسداد الصمام التاجي.



الأزمة القلبية و تشابهها مع بعض الأمراض

مال وأعمال.. ما هو سبب الأزمة القلبية؟

د.دينا العوران... تراكم الكتل الدهنية في الشريان التاجي للقلب التي يقوم بإعاقة تدفق الدم إلى المناطق المختلفة بالقلب الذي قد يؤدي إلى إحتيالية تدمير جزء من عضلة القلب إذا استمر هذا الانسداد لفترة طويلة فقد تؤدي إلى:

الذبحة الصدرية .

الذبحة الصدرية الغير مستقرة.

الجلطة القلبية.

وقد تحدث الأزمة القلبية نتج تشنج في الشريان التاجي الذي يقوم بإعاقة تدفق الدم في القلب لبعض أنواع المخدرات مثل الكوكائين cocaine.



- لقلق أوالاكتئاب .
- التهاب غشاء التامور pericardial .
- ارتداد المريء .
- قرحة المعدة أوالاثني عشر .
- اضطراب في المعدة (بسبب تراكم غاز في الصدر) .
- التهاب الرئتين أوجلطة دموية في الشريان الرئوي .
- شد عصبي (رفع أثقال ، في يد GYM أوالجلوس أمام الكمبيوتر لفترة طويلة) .
- ألم في الصدر عند المراهقين (10-18) سنة .
- ورم في المريء (صعوبة في البلع) .
- الام النمومثل تكبير الثدي في المراهقة عند الذكور والإناث .
- مال واعمال... ماذا يفعل المريض إن أصيب بالذبحة الصدرية وهو لوحده ؟**
- د.دينا العوران...
- التنفس بعمق مرة كل ثانيتين .
- السعال بعمق ويستمر بذلك في أن نجد المريض المساعدة.
- مال واعمال... ما هو العلاج ؟**
- د.دينا العوران...
- 1.تناول مسكنات الألم - مخفض للكوليسترول في الدم لتوسيع شرايين القلب ومميعات الدم .
- 2.القسرة القلبية وتوابعها أن لزم ذلك .
- 3.عملية القلب المفتوح إن لزم ذلك .
- ما هي الوقاية من الأزمة القلبية :**
- معالجة عوامل الخطورة المذكورة أعلاه .
- تناول الأسبرين 100mg بعد سن الخمسين .
- إتباع حمية غذائية مناسبة (غنية في الألياف والدهون الغير مشبعة وقليلة في الدهون المشبعة)



عملية تبخير البروستات REZUM

بروكير UROCARE
عيادة الدكتور محمد أبو هرفيل
استشاري جراحة الكلى والمسالك البولية



د. محمد نزار أبو هرفيل



تقدم عيادة بروكير تقنية علاج مبتكرة و هي التبخير لعلاج حالات تضخم البروستات الحميد ، حيث يتم إجراء هذه العملية بإدخال حقنة رفيعة في البروستات باستخدام المنظار ، و تحتوي هذه الحقنة على 5 مليلتر من بخار الماء و الذي يحقن داخل البروستات فيقضي على الأنسجة الزائدة و بالتالي تنكمش البروستات.

عادة ما تستغرق مدة هذه العملية من 10 الى 15 دقيقة ، وهذا يتوقف على عدد الحقن اللازمة (عادة ما تكون من 2 الى 12 حقنة) ، و من الممكن استخدام التخدير الموضعي أو التخدير العام في هذه العملية . و لحين الشفاء الكلي لتورم البروستات بعد العملية ، يجب وضع قسطرة لبضعة أيام لضمان تصريف البول، و تظهر النتيجة الكلية لنقصان حجم البروستات بعد مرور عدة أسابيع .

بعض الأعراض المتعلقة بتضخم البروستات و التي من الممكن علاجها عن طريق عملية التبخير:

- انخفاض مستوى تدفق البول .
- صعوبة إفراغ المثانة أو حصر البول المتكرر .
- كثرة التبول ، سلس البول و شدة الالاح في البول.
- نزيف من البروستات .
- عدم الاستجابة للعلاجات الطبية المختلفة.
- في حالة سرطان البروستات الذي لا يحتاج للاستئصال الجراحي فمن الممكن إجراء هذه العملية للتقليل من تضخم البروستات الناتج عن المرض .
- و لكن هناك حالات لا ينصح فيها باستخدام هذا العلاج و منها حالات الغدد الكبيرة التي يزيد حجمها عن (100 مل) و حالات زراعة دعامات القضيب او زراعة صمام التحكم في البول .

بالمقارنة مع التداخلات الاخرى الخاصة بتضخم البروستات:

- هذه العملية تتميز بالسهولة و البساطة بحيث يخرج المريض من المستشفى في نفس اليوم.
- عدم تعرض العضلة العاصرة لأي تلف و بالتالي تجنب حدوث سلس بولي لا ارادي.
- لا تؤثر العملية على الانتصاب .
- الحفاظ على عملية القذف.
- تكون نسبة خطر النزيف ضئيلة ، بما أن الأبرة المستخدمة رقيقة جدا ، و يتم ادخالها لبضعة ملليمترات فقط، و لذلك يستعمل العلاج حتى مع المرضى الذين يتناولون الأسبرين و مضادات التخثر.
- يمكن إجراء هذه العملية للمرضى الذين يعانون من امراض عامة غير مستقرة تمنعهم من إجراء تداخل جراحي.

في بعض الأحيان عند إجراء هذا العلاج قد تحدث بعض المضاعفات البسيطة كالعدوى أو النزيف بعد العلاج وعادة ما تكون مدة هذه الأعراض قصيرة .

بروكير UROCARE
عيادة الدكتور محمد أبو هرفيل
استشاري جراحة الكلى والمسالك البولية



د. محمد نزار أبو هرفيل

- ◀ استشاري جراحة الكلى و المسالك البولية .
 - ◀ الزمالة الألمانية في جراحة اورام و مناظير المسالك البولية / جامعة هايدلبرغ .
 - ◀ البورد الاردني و العربي في جراحة الكلى والمسالك البولية.
 - ◀ الاختصاص العالي في جراحة الكلى و المسالك البولية / جامعة العلوم و التكنولوجيا الاردنية .
 - ◀ بكالوريوس الطب و الجراحة / جامعة العلوم و التكنولوجيا الاردنية .
 - ◀ خبرة تزيد عن 15 سنة في عمليات جراحة المنظار وأورام المسالك البولية بأنواعها و تفتيت الحصى بالليزر .
 - ◀ معتمدون لدى شركات التأمين .
- عيادة الدكتور-محمد-أبو-هرفيل

الموقع: اربد- مجمع العيادات التخصصي -
مقابل المستشفى التخصصي - الطابق الثاني.

للاستفسار وحجز المواعيد:
0795322319

الموقع: اربد- مجمع العيادات التخصصي -
مقابل المستشفى التخصصي - الطابق الثاني.

للاستفسار وحجز المواعيد:
0795322319

عيوب و تشوهات الأوعية الدموية

بقلم د.: محمد بدران

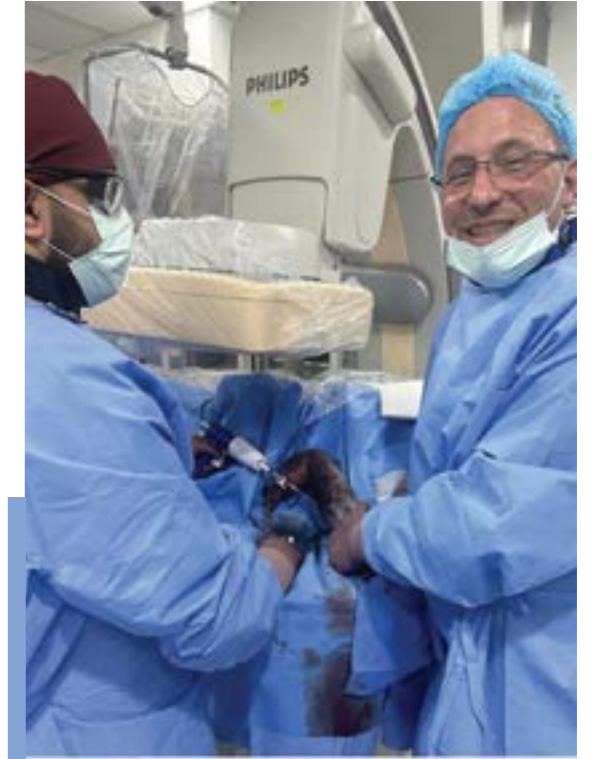


عيوب الأوعية الليمفاوية:

يسبب انتفاخاً صلباً بسبب تجمع السوائل الليمفاوية في أكياس مائية والتي قد تصاب بالنزيف أو الالتهاب و الألم. نسحب السوائل بإبرة صغيرة و نحقن مادة حارقة في الكيس لمنع رجوعه.

هل أنتم بعيدون عن أخطار عيوب الأوعية الدموية الخلقية؟

تصيب الشذوذ الخلقية للأوعية الدموية ١٠٪ من البشر في أي موضع من الجسد، إلا أنها تسبب المشاكل عند القليل من الناس، و تنقسم إلى نوعين رئيسيين، و هما العيوب الخلقية و الأورام الدموية .



تشابك الشرايين و الأوردة :

نادر و يتسبب بالألم و الانتفاخ و أحياناً النزيف الشديد. بعدة تصوير الشرايين و الأوردة بالقسطرة، نقوم بإغلاق مناطق التشابك بتقنيات طبية متطورة.



العيوب الخلقية

عادة تتواجد هذه العيوب منذ الولادة و تزداد تدريجياً مع العمر، لا سيما عند البلوغ و الحمل .
وحمات الجلد غير المؤلمة هي أشهرها، و تكون زهرية اللون و تلاحظ عند الطفل منذ ولادته و أكثرها في العنق. تكون حرارتها مثل باقي الجلد. العلاج بالليزر قد يناسب البعض الذين يشعرون بالخجل من الشكل.



عيوب الأوردة:

يسبب كتلة أو انتفاخاً طريئاً الملمس، و أحياناً مع تلوون أخضر إلى أزرق في الجلد و الذي ينمو مع الوقت.
قد لا يتم اكتشاف المرض إلى أن يتسبب بالألم أو النزيف.
العلاج بحقن الأوردة المسببة للمرض بمادة مصلبة حارقة فعال جداً.



الأورام الدموية:

أشهرها ورم الرضيع الدموي و الذي يظهر في الشهر الأول من الولادة و يزداد ثم يتقلص ببطء بعد السنة الأولى من العمر حتى يختفي بعد اربع سنوات.
عادة يظهر كنتوء مطاطي أحمر اللون في الجلد أو تحته.
و غالباً في الوجه و الرأس، و الصدر و الظهر. دواء عن طريق الفم يجعل الورم يختفي بسرعة.
لا ترددوا في مراجعة طبيبك المختص للحصول على أفضل النتائج المرجوة.

د محمد فاروق بدران

استشاري الأشعة التداخلية

خبير عيوب و تشوهات الأوعية الدموية

MY VEINS
Dr. Mohamed Farouk Badran

كلية طب الجامعة الأردنية
تدريب الأشعة، مستشفى لشيفسي و
مستشفى - لندن - بريطانيا
تدريب الأشعة التداخلية
مستشفى ليفربول الجامعي الملكي
استشاري في مستشفى ميد إكس،
لندن فوردي بريطانيا
استشاري الأشعة التداخلية و التشخيصية
مستشفى الملك فيصل التخصصي و مركز
البحوث
استشاري الأشعة التداخلية
عمان - الأردن
نائب رئيس الجمعية العربية للأشعة
التداخلية
رئاسة الكلية الملكية البريطانية للأشعة
عضو جمعية الأشعة التداخلية البريطانية و
الأوروبية
عضو الجمعية العالمية لدراسة تشوهات
الأوعية الدموية الخلقية

مستشفى فرخ - شارع في زيادة - الطابق الأول ☎ 07 999 07 620

الدكتور محمد باكير

اخصائي طب وجراحة الفم و زراعة الأسنان

جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية

باحث في مجال طب الأسنان

وله عدة أبحاث منشورة في مجلات علمية مرموقة عالمياً

حاصل على شهادة دراسات عليا في البحث العلمي من جامعة هارفارد

- كلية الطب

متخصص في تجميل الأسنان باستخدام تقنية تصميم الإبتسامة

الرقمي DSD

متخصص في عمليات زراعة الأسنان الموجهة بالحاسوب بدقة

عالية باستخدام تقنيات 3D

خبير في تجميل الوجه غير الجراحي

عن طريق حقن Botox & filler، البلازما، الميزوثيرابي وأنزيمات

إذابة الذقن المرزدوج.



طب الأسنان الرقمي

Digital Dentistry

د.محمد باكير

يعتبر تخصص طب الأسنان من القطاعات الطبية الأكثر تطوراً وبشكل سريع خلال السنوات الأخيرة في مجال استخدام التقنيات الحديثة والتكنولوجيا، حيث تم استبدال أساليب علاجية تقليدية تعتمد بشكل كبير على مواد قد تكون مزعجة للمرضى وتعطي نتائج لا تخلو من الخطأ البشري بتقنيات جديدة هي نتاج أبحاث علمية تسعى لنقل طب الأسنان لمستوى يحقق دقة العلاج وراحة المريض واختصار الوقت.



تجميل الأسنان والابتسامة وإعادة تأهيل الفم كان لهم النصيب الأكبر في عجلة التطور حيث يتم الآن استخدام الماسح الضوئي intra oral scanner لنقل مقاسات الفم والأسنان إلى جهاز الحاسوب ليتم تصميم الإبتسامة بما يتناسب مع ملامح الوجه DSD ثم صناعة الأسنان بطريقة CAD/CAM وهي تقنية تقوم على ربط برنامج الحاسوب الخاص بتصميم الإبتسامة بجهاز يحتوي على ذراع روبوتي يتحرك في عدة محاور يعمل على نحت الأسنان المكونة من مواد مثل الزيركونيا أو E_max بواسطة أدوات حفر صغيرة تدور بسرعة كبيرة جداً ليتم تثبيتها داخل فم المريض لاحقاً.

زراعة الأسنان الموجهة بالحاسوب

Computer guided implant surgery

يتم إجراء عمليات زراعة الأسنان اليوم بطرق تضمن دقة عالية و مضاعفات قليلة حيث تعتمد التقنيات الحديثة على برامج ثلاثية الأبعاد لتشخيص الحالة ودراسة الخطة العلاجية باستخدام الحاسوب ويات باستخدام الطيب محاكاة العملية قبل إجرائها لتحديد موقع زراعة الأسنان داخل عظم المريض بشكل مسبق ومن ثم طباعة الموجه الجراحي باستخدام أجهزة ثلاثية الأبعاد لإجراء العملية خلال دقائق دون الحاجة لشق اللثة بشكل كبير وكشف العظم. يقوم الدكتور محمد باكير باستخدام جميع التقنيات الحديثة داخل العيادة ويسعى لمواكبة التطور المستمر في طب الأسنان لتقديم أفضل خدمة علاجية تليق بمراجعين المركز من جميع أنحاء العالم.



Dr.bakeer



Dr.bakeer



00962796283098

00962792986918

dr.mkbakeer@gmail.com

mk.bakeer@alumni.harvard.edu

الأردن، إربد، شارع الملك عبدالله الثاني السلام سنترالطابق 2 قرب آرابيلا مول

الاطفال و الحرمان البيئي

اصبح المنزل في هذه الايام هو المنتفس الوحيد للأطفال في مراحل الطفولة المبكرة، وازداد الامر سوء مع جائحة كورونا التي منعت ملايين من الأطفال متنفساتهم الطبيعية، مثل رياض الأطفال والمدارس والزيارات العائلية و المنتزهات والحدائق العامة، واصبح الكثير من الأطفال لا يعرف معنى اللعب الحر في الحديقة، ولمس الطين والعشب ومحاولات تسلق الأشجار.

الطفل المحروم بيئياً هو ذلك الطفل الذي وصل إلى درجة لم يطور معها قدرته المعرفية والفكرية وصورته الذاتية الإيجابية عن نفسه، وغالباً ما يكون الحرمان البيئي ناتجاً من كم محدود وجودة رديئة لتواصل الطفل مع قرانه ومع الأشخاص البالغين حوله خاصة والديه.

عادة ما ينخفض التفاعل المذكور بسبب وجود الطفل في منزل به واحد أو أكثر من العوامل الآتية:

- منزل به والدان تحصيلهما التعليمي منخفض .
 - منزل يغيب عنه الأب أكثر الوقت .
 - منزل به عائلة كبيرة تكثر به النزاعات الأسرية ويكون مزدحم بالاطفال حيث لا يعطى كل طفل حقه بالعناية
 - الانهماك النفسي للوالدين والاحباط والانسحاب الاجتماعي .
- وإذا تزامن مع هذه العوامل عزل الطفل وتعلقه بالتلفاز او الموبايل كبديل للتواصل مع البيئة المحيطة فإن ذلك يؤدي الى وجود تأخر في المهارات اللغوية للأطفال في سن ما قبل المدرسة.

الحرمان البيئي يؤدي الى فشل في النمو والتطور، نظراً إلى نقص التحفيز البيئي، في ظل ظروف من العزلة الاجتماعية ناهيك عن تأثيرات الحرمان البيئي في النمو العقلي والبدني ونظام التغذية، ويمتد الأمر أيضاً إلى التأثير في العمليات النفسية الأساسية. تعد أبرز أعراض الحرمان البيئي هو تأثر الكلام واللغة عند الأطفال حيث ان الطفل يصبح لا يمتلك وعياً أو مخزوناً لغوياً يكافئ قرانه، مما يؤثر في تطور الكلام واللغة بشكل كبير فيفقد الطفل المفردات والقدرة على بناء الجمل ويفقد الطفل القدرة للتعرف إلى معنى الكلام وعلى فهم أنفسهم والتعبير عنها في جمل بسيطة وعلى التعبير اللفظي خلال عمليات التواصل الاجتماعي، وقد تظهر كذلك بعض المشكلات السلوكية.

للاسف ان الطفل المصاب بالحرمان البيئي لا يتم تشخيصه بسهولة وقد تظهر اعراض معينة تستدعي الاهل للشعور بالغرابه اتجاه طفلهم مثلاً حين يضحك الطفل بشدة بسبب كلمة عادية جداً، أو يكرر كلمه ويضحك بعنف أو يصرخ بشده، ولا يستجيب عند مناداته أو الحديث معه.

يرتبط الحرمان عموماً، بمجموعة من النتائج المؤذية على المدى البعيد اذا لم يتم علاجها سلوكياً من خلال جلسات منتظمة، فحسب دراسة حول علاقة الحرمان ببنية الدماغ، حيث وجد مجموعة من الباحثين من خلال تصوير الدماغ بالرنين المغناطيسي لمجموعة من الشباب الذين تعرضوا للحرمان الشديد أن الحرمان في مرحلة الطفولة المبكرة يرتبط بارتفاع معدلات الاضطرابات العصبية والنمائية العقلية في مرحلة البلوغ، ولاحظوا تغير بنية الدماغ، ويكون أقل من حجم دماغ أقرانهم. وأكدت الدراسة اهمية التدخل المبكر و العلاج السلوكي المبكر وعدم الاهمال والاسراع بالعلاج حيث ان الضرر يكون غير قابل للإصلاح لاحقاً، فحتى لو حدثت عمليات إثراء لاحقة في مرحلة متأخرة، يبقى الأثر ممتداً للأبد في بنية وأداء الدماغ وحجمه.

هناك مجموعة من العوامل التي من شأنها أن تعالج الحرمان البيئي واهمها:

- التدخل المبكر والبدء بجلسات تعديل السلوك وأنشطة تحفيز الكلام واللغة للأطفال الذين يعانون من خلل في أنماط الكلام واللغة في مرحلة ما قبل الدراسة، وكذلك للأطفال الأكبر سناً.
 - تكوين نماذج إيجابية وجيدة للكلام مع فتح موضوعات ممتعة.
 - زيادة الوعي بالأصوات.
 - توفير حوافز للطفل من أجل مواصلة الحديث مع عدم توقيفة والتعديل المستمر للنطق والكلمات.
 - تحسين مفردات الطفل والتأكد من إتاحة الفرصة للحديث خلال المواقف الاجتماعية المختلفة.
- وهنا يجب التنبيه لخطأ شائع يؤدي الى زياده اضطراب الطفل وهو الدمج المبكر قبل البدء بتأهيل الطفل اولاً من خلال جلسات التأهيل السلوكي. فيجب تأهيل وتدريب الطفل قبل ارساله للدمج لكي لا تزداد حالته سوء.

عيادة استشارات

- نتعاون مع الاهل لتطوير القدرات الادراكية والمعرفية والحركية لأطفالهم

حيث نركز على عدد من الجوانب اهمها:

- تقليل النشاط الزائد لدى الاطفال
- تقليل التشتت وتحسين فترات التركيز والانتباه
- تطوير وتحسين القدرات الادراكية والمعرفية
- زيادة وتحسين المخزون اللغوي
- تحسين التواصل البصري والتفاعل الاجتماعي
- تطوير وتحسين التأزر البصري الحركي
- التغلب على المشاكل السلوكية والنمائية
- تحفيز التطور الحركي الطبيعي والمهارات الحسية
- تقوية العضلات والمهارات الحركية الكبيرة والدقيقة



عيادة استشارات
للتشخيص والتدريب
والتأهيل

الأردن - أريحا

عيادات مستشفى ابن
النفيس ط3

0795910770

0798726559

اخصائية صحة الطفل والنمو والسلوك

(د. منال كساب)

اخصائي التأهيل والعلاج الوظيفي

(احمد الجابري)

رفرفة اليدين عند أطفال التوحد

تُعد رفرفة اليدين عند أطفال التوحد مصدر راحة للشخص الذي يقوم بها، وتساعد على التكيف مع مشاعر الخوف أو العصبية أو الإثارة الحسية أو الملل. يمكن أن يساعد اختصاصي السلوك أو المعالجين المتخصصين بفهم أسباب حدوث مثل هذه السلوكيات التكرارية، وعادةً ما يُعزى القيام بهذه الحركات إما بسبب (فرط التحفيز (Overstimulation) أو (انخفاض التحفيز (Understimulation) وتُعد الإشارة إلى أهمية التمييز بين الرفرفة أو السلوكيات التكرارية والحركات اللاإرادية الناجمة عن حالات طبية؛ مثل النوبات التشنجية.

في أي سن تبدأ؟

يقوم بعض الأطفال برفرفة اليدين خلال مرحلة النمو المبكرة، ولكن ينبغي الانتباه إلى مدى استمرار القيام بهذه الحركات، حيث إن بعض الأطفال تنخفض ممارستهم لهذه الحركات مع تقدمهم في السن؛ بشكل عام عند بلوغهم حوالي 3 سنوات، ولكن إذا استمر الطفل برفرفة اليدين بشكل يومي، فهناك ما يدعو للقلق.

متى تستدعي زيارة الطبيب؟

في حال تسبب السلوك بحدوث مشاكل في المدرسة أو مشاكل اجتماعية

كيف يمكن السيطرة عليها؟

تعد الخطوة الأولى للحد من السلوك النمطي التكراري هي تحديد المثيرات والأسباب لهذا السلوك أو التعرف على الوقت والمكان الذي يميل الشخص للقيام بهذه الحركات فيها؛ حيث يتم تعويضه وتحفيزه على القيام بنشاطات أخرى تصرف تفكيره عن الرفرفة (كالضغط على الكرة المطاطية - اللعب بالمعجون أو الصلصال - شباك اليدين معًا بقوة - تحية كف بكف) ..

اللعب

اللعب هو الوسيلة الأساسية التي يستكشف بها الأطفال محيطهم، من خلال تجارب اللعب الممتعة يتمكن الأطفال من الاستكشاف والتعلم والحصول على الخبرات الضرورية للحياة تقول المربية البريطانية والمحلة النفسية سوزان ايزاكس: "كلما طالت فترة اللعب في حياة الانسان كلما كان اذكى من غيره"، فاللعب يلعب دورا اساسيا في نمو الاطفال.

يكاد يجمع علماء الاحياء على ان اللعب عند الاطفال هو تهيئة للدوار التي سيقومون بها عندما يصبحون كبارا.

يستطيع الطفل من خلال اللعب ان يجمع الكثير من حقائق الحياة ثم يعمل على تحليل و فهم هذه الحقائق وفهم اسرار الحياة فاللعب يساعد الطفل على النمو والتطور الجسدي والعضلي، يطور القدرات العقلية والادراكية، يحسن التفاعل الاجتماعي والعاطفي، كما انه يؤثر على مزاج الطفل كمصدر متعة له.

في اللعب يتم تمكين الاطفال من التعلم بشروطهم الخاصة وبطريقتهم الخاصة وفي الوقت الذي يناسبهم، هذه الحرية هي ما يميز اللعب عن الانشطة الأخرى.

يسمح اللعب للأطفال بأخذ زمام المبادرة، واختبار حدودهم الجسدية والعقلية، واستكشاف مواقع القوة والضعف، واستنتاج الاسئلة والاستفسارات حول كل شيء.

يمكن ان تختلف تجارب اللعب من اللعب الحر الى اللعب المخطط المنظم الهادف لغايات التعلم والاثراء المعرفي والحركي والحسي.

اللعب هو سياق ممتع ومحفز للغاية، يمكن الاطفال من استكشاف الاحتمالات وحل المشكلات التي يصعب الوصول اليها في الحياة العادية.

عيادة استشارات

إذا كان طفلك يعاني من واحد أو أكثر من الأعراض والمشكلات التالية :

- النشاط الزائد
- التشتت ونقص فترات التركيز والانتباه
- ضعف و تأخر القدرات الادراكية والمعرفية
- محدودية وانعدام المخزون اللغوي
- ضعف التواصل البصري والتفاعل الاجتماعي
- ضعف التأزر البصري الحركي
- المشاكل السلوكية والنمائية
- العناد والصراخ المستمر
- القصور والتأخر الحركي
- ضعف العضلات
- التشوهات العظمية و محدودية حركة المفاصل

احجز موعدك معنا للتقييم والاستشارات والجلسات العلاجية

اخصائية صحة الطفل والنمو والسلوك

(د. منال كساب)

اخصائي التأهيل والعلاج الوظيفي

(احمد الجابري)

خبرة طويلة في التعامل مع جميع حالات الاصابات والاضطرابات النمائية والادراكية والحسية

عيادة استشارات للتشخيص والتدريب والتأهيل

الأردن - أريحا

عيادات مستشفى ابن النفيس ط3

0798726559 -- 0795910770