

مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# ماهي الرعاية التلطيفية؟

هي نوع من انواع الرعاية الصحية التي  
تقدم للمريض والقائمين على رعايته من  
ذويه بهدف الحد او التخفيف من  
معاناتهم في مواجهة المرض

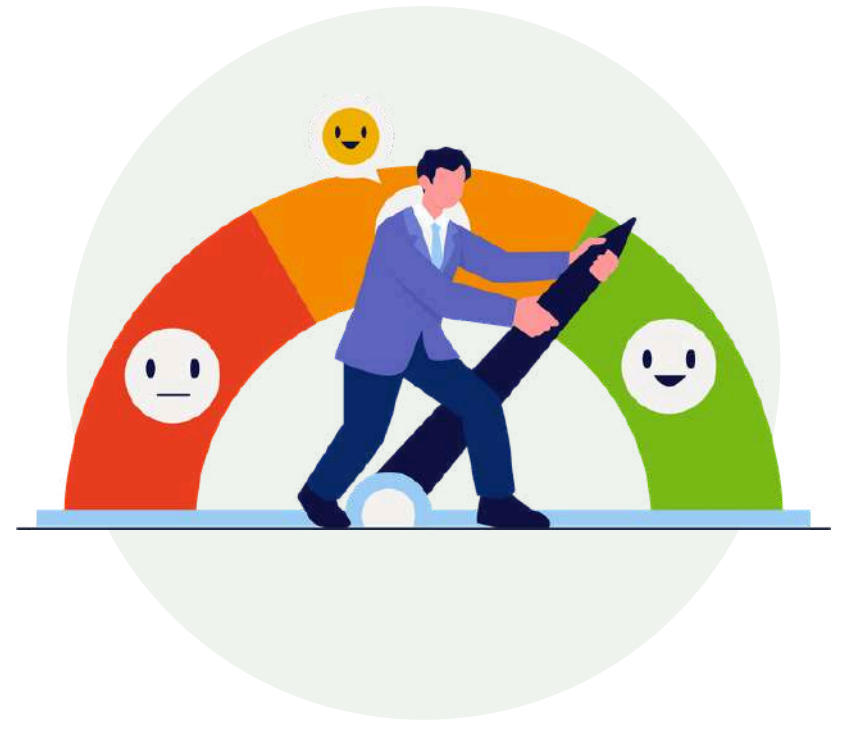


مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي

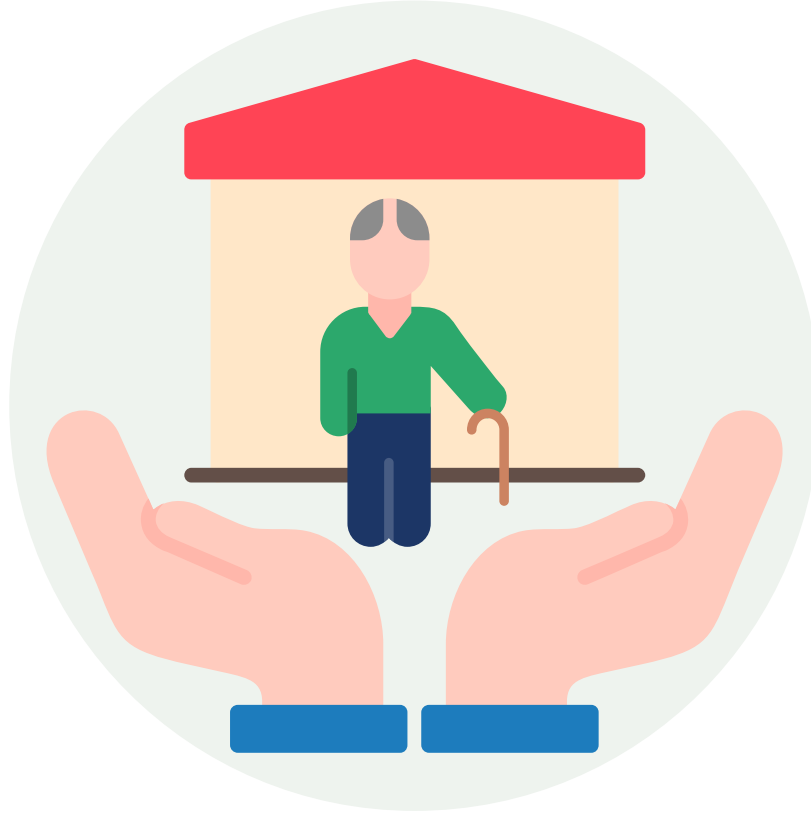


# اهداف الطب التلطيفي؟

تخفيف المعاناة الجسدية  
والنفسية والروحية والاجتماعية  
للمريض وتحسين جودة الحياة



مساعدة المريض على العيش  
بكرامة



تمكين المريض من الاعتماد على  
نفسه قدر المستطاع



خدمة المريض بواسطة  
فريق متعدد التخصصات



دعم الاسرة نفسياً واجتماعياً  
وروحياً اثناء رحلة المرض وبعد  
وفاة المريض لا قدر الله



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# ماذا يقدم الطب التلطيفي؟



علاج المشاكل الطبية الأخرى  
بحسب حالة المريض



علاج الأعراض كالألم  
وضيق التنفس



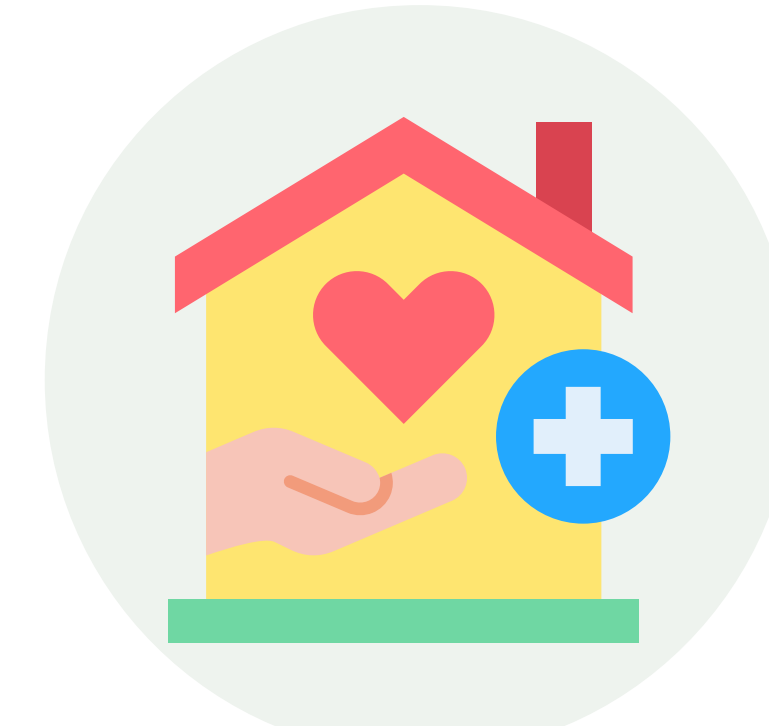
تقديم المشورة للمرضى الذين  
لا يزالون تحت العلاج



الدعم النفسي والاجتماعي  
والروحي للمريض واسرته



مواصلة ودعم الأسرة  
بعد الفقد



الرعاية المنزلية او التنويم  
العاجل في النزل الصحية



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# لمن تقدم الرعاية التلطيفية؟

توفر للأفراد من كافة الأعمار المصابين بمرض  
خطير او يهدد الحياة ، مثل :

السرطان ، الأمراض العصبية المستعصية ، الخرف

الزهايمر ، مرض باركنسون ، السكتة الدماغية

الفشل الكلوي ، الفشل الكبدي ، السكتة الدماغية

امراض القلب المزمنة ، مرض الرئة المستعصية

اضطرابات نخاع العظم والدم التي تتطلب زراعة الخلايا الجذعية

التليف الكيسي ونقص المناعة المكتسب

الأعراض التي يمكن تحسينها ، مثل :

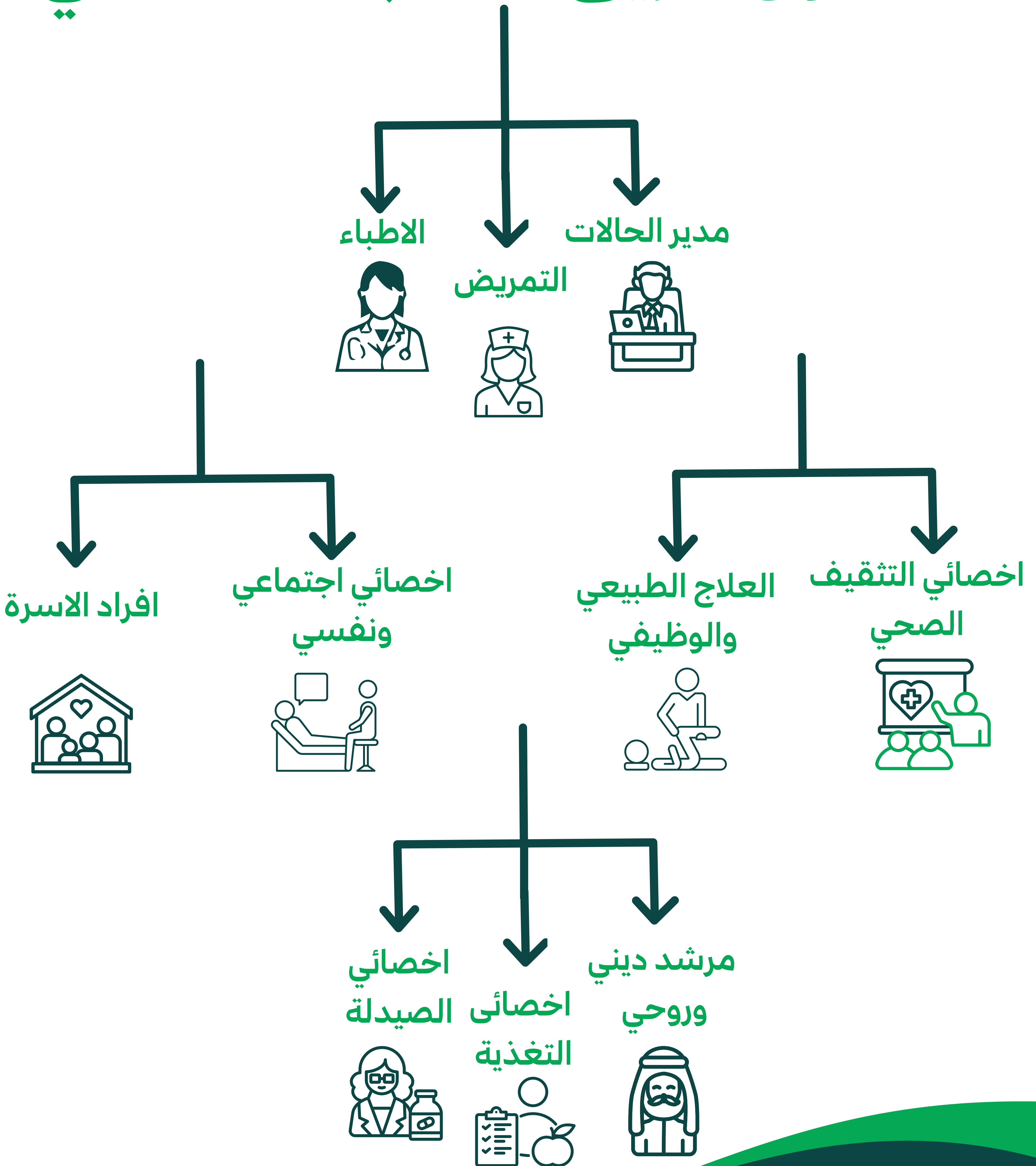
- الألم ، الإرهاق ، ضيق التنفس ، الغثيان ، القيئ ، الإمساك ، فقدان الشهية اضطرابات النوم ، القلق ، التوتر ، الاكتئاب او الحزن



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# ممن يتكون فريق الطب التلطيفي؟





مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# اماكن تقديم الخدمة وآليات الوصول

## آلية الوصول

التحويل عبر العيادات  
الخارجية او اقسام الطوارئ  
او من خارج المملكة

## الاماكن

- العيادات الخارجية
- العيادات الإفتراضية
- وحدات الرعاية التلطيفية
- النزل الصحية وعددها اكثر  
من 21 نزل صحي

## الخطة العلاجية

يقيم الفريق الحالة ويضع  
خطة بإشراف الاستشاريين ،  
ثم تناقش مع المريض  
وأهله لاختيار المكان  
الأنسب ( المنزل او النزل )



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# تطور الخدمات في المملكة

بدأت الخدمة منذ 3 عقود في مستشفى الملك فيصل التخصصي.

تم افتتاح اول نزل طبي للأطفال في مستشفى اليمامة بالرياض.

بدأت الخدمة في مستشفى القوات المسلحة بالجنوب وتم انشاء القسم  
سنة 2022م

تقدم خدمة الرعاية التلطيفية في 5 مراكز اورام على مستوى الخدمات الصحية  
التابعة لوزارة الدفاع.

عدد المرضى وذويهم المستفيدين من هذه الخدمة في المستشفى العسكري  
بالجنوب في عام 2025م وصل قرابة 1680 مريض.

تعاقد المستشفى العسكري مع النزل الصحي في مستشفى تداوي الخاص في  
ابها.

يوجد حالياً اكثر من 100 استشارياً متخصصاً.

تقدر الحاجة السنوية للرعاية التلطيفية في المملكة ب 83,503 شخص.

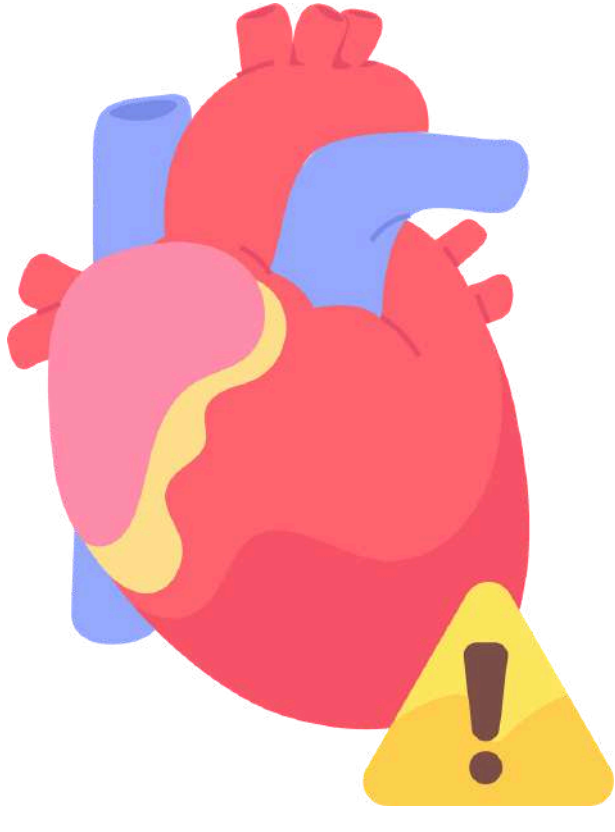
توزيع الاحتياج حسب المرض : السرطان (31%)، الخرف والامراض العصبية (6%)،  
امراض القلب (40%)، الامراض المزمنة المتقدمة : رئة ، كبد ، كلى (10%)، الامراض  
المعدية (5%)، امراض الاطفال (7%)، اخرى (10%)



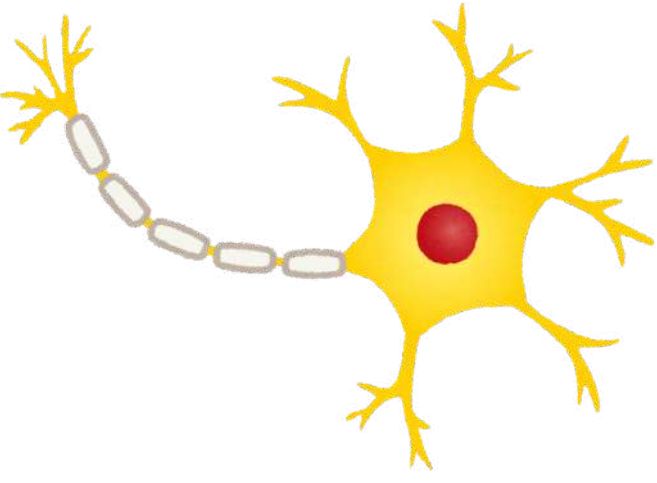
مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



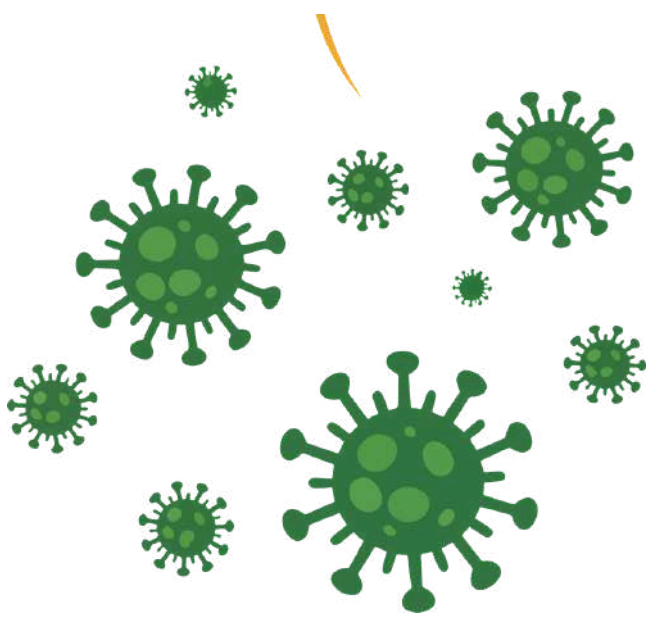
# تقدير الاحتياج السنوي (70 - 80) الف حالة



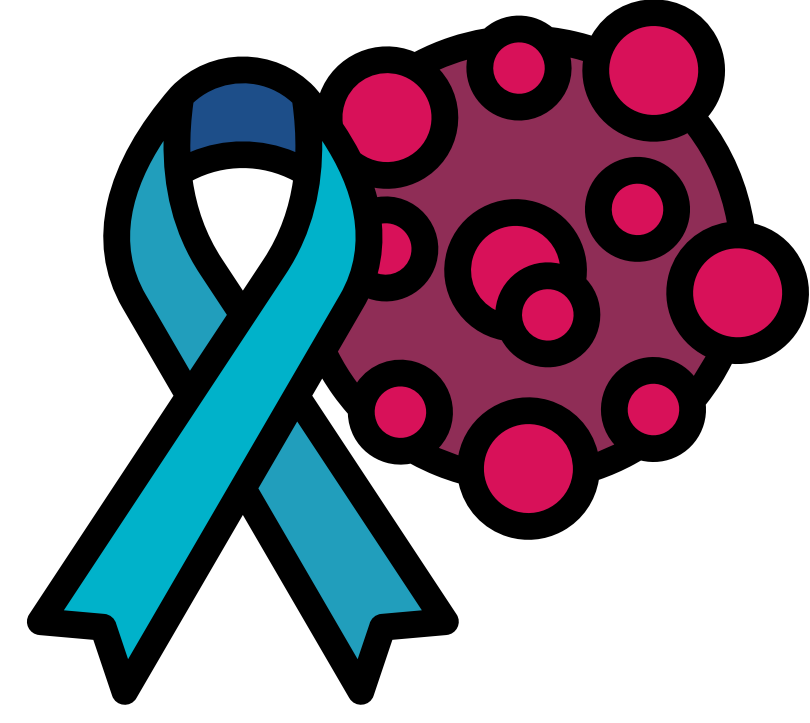
امراض القلب  
26-30 الف مريض



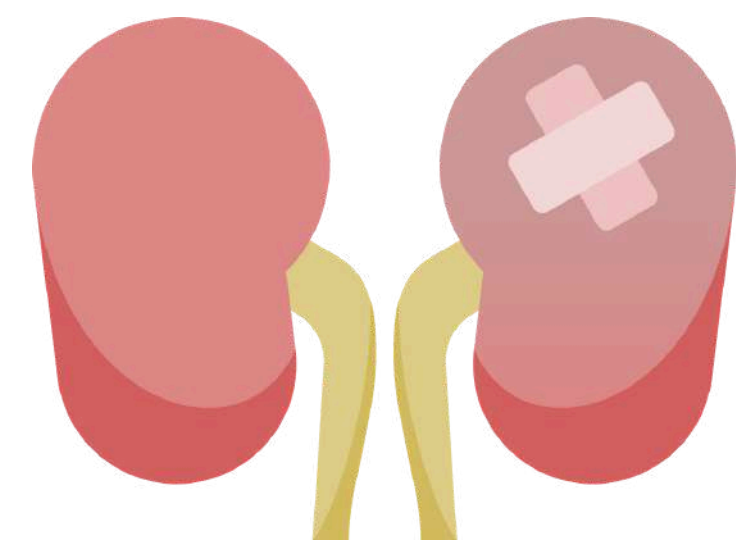
الامراض العصبية  
4-5 آلاف



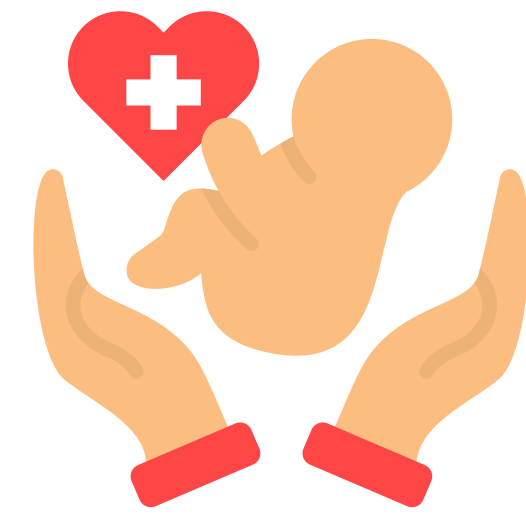
الامراض المعدية  
3-4 آلاف



السرطان  
24-27 الف  
واكثر من 30 الف حالة سنوياً  
وتصل الى مرحلة متقدمة



الفشل العضوي  
كلى، كبد، رئة  
7-8 آلاف



امراض الاطفال  
5-6 آلاف

مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# ماهي الرعاية التلطيفية ؟

الرعاية التلطيفية هي رعاية طبية متخصصة تهدف إلى تحسين جودة حياة المريض وأسرته في مواجهة المرض الخطير. وخلافاً لما يعتقد كثير من، فهي لا تعني التخلي عن العلاج أو الاستسلام للمرض - بل تعني محاربة السرطان والحفاظ على جودة الحياة في آن واحد. تُقدّم الرعاية التلطيفية بالتوازي مع العلاج الكيميائي والإشعاعي والجراحي، منذ لحظة التشخيص وعبر جميع مراحل العلاج لدعم جودة الحياة، وإدارة الأعراض، وتعزيز الصمود - من لحظة التشخيص وعبر كل مراحل العلاج





## مستشفى القوات المسلحة بالجنوب التثقيف الصحي



# ماهي ؟

- أكثر من مجرد رعاية نهاية الحياة  
الرعاية التلطيفية مناسبة في أي عمر وفي أي مرحلة من مراحل المرض الخطير، ويمكن تقديمها جنباً إلى جنب مع العلاج الشفائي أو العلاج الفعال.

# مفهوم خاطئ شائع

- الرعاية التلطيفية لا تعني التخلي عن العلاج أو الاستسلام للمرض بل تعني محاربة السرطان والحفاظ على جودة الحياة في آن واحد.  
المرضى الذين يتلقون الرعاية التلطيفية مبكراً يتحملون العلاج بشكل أفضل ويعيشون أطول.

# لماذا مبكراً؟

- التكامل المبكر يُحسّن النتائج  
أثبتت الأبحاث أن إدخال الرعاية التلطيفية مبكراً - خلال العلاج الكيميائي أو الإشعاعي النشط - يُحسّن نتائج المرضى وأسرهم بشكل ملحوظ، يتمكن المرضى من إتمام مسار علاجهم بشكل أكثر نجاحاً، مع أعراض جانبية أقل وسيطرة أفضل على الأعراض وشعور أكبر بالتحكم في مسيرة العلاج.

مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# اهداف الرعاية التلطيفية ؟

تحسين جودة حياة المريض وأسرته



تخفيف الألم والأعراض الجسدية  
المرتبطة بالمرض والعلاج



دعم المريض على إتمام مساره العلاجي  
الكامل دون انقطاع



احترام قيم المريض وإرادته في اتخاذ  
القرار



توفير التواصل الشفاف والمعلومات الواضحة  
للمريض وأسرته



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# اهداف الرعاية التلطيفية ؟

دعم الأسرة ومقدمي الرعاية عاطفياً وعملياً



تجنب التدخلات الطبية غير المجدية



التكامل مع منظومة الرعاية الصحية الشاملة



↑ 25% ، تحسّن في مؤشرات جودة الحياة عند التكامل المبكر  
للرعاية التلطيفية

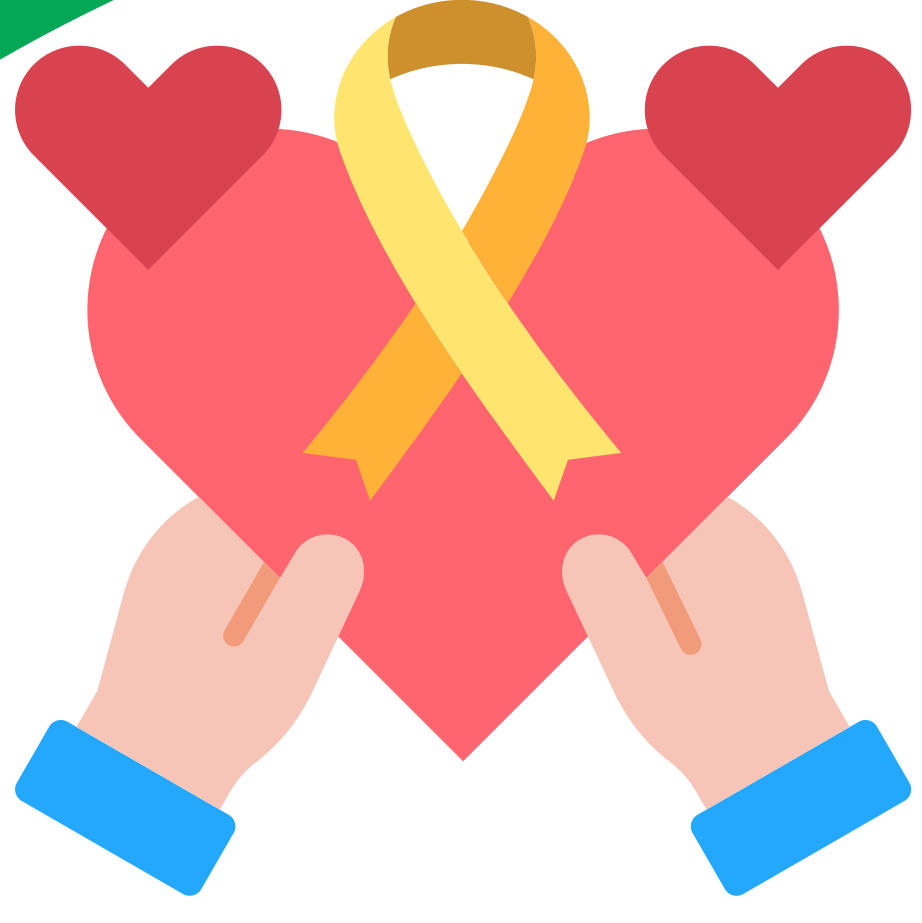


↓ 30% ، انخفاض في زيارات الطوارئ ودخول المستشفى غير  
المخطط له



2.7 شهر+، متوسط بقاء أطول في بعض الدراسات دون علاج  
سرطاني إضافي





## مستشفى القوات المسلحة بالجنوب التثقيف الصحي



# خدمات الرعاية التلطيفية: عبر أربعة محاور

نتعامل مع الإنسان كلياً... جسده وعقله وعلاقاته وروحه

### الرعاية الجسدية

- يقدم الفريق تخفيفاً متخصصاً للأعراض الجسدية الناجمة عن السرطان وعلاجه.
- يُدار الألم باستخدام نهج متعدد الوسائل يجمع بين الأدوية والتقنيات غير الدوائية.
- تُعالج أعراض الغثيان والقيء وفقدان الشهية المصاحبة للعلاج الكيميائي والإشعاعي.
- يُتعامَل مع الإرهاق وضيق التنفس واضطرابات النوم والوذمة اللمفية ومضاعفات الجلد، بما يضمن للمريض أفضل حال ممكنة طوال رحلة علاجه.

١

### الرعاية النفسية

- يُقدّم دعم نفسي قائم على الأدلة للمريض وأسرته، يشمل الكشف عن القلق والاكتئاب وعلاجهما، والإرشاد النفسي للتكيف مع صدمة التشخيص وضغوط العلاج.
- تُعالج مخاوف الخوف من الانتكاس وتغيّر صورة الجسم وفقدان الهوية الذاتية عبر أساليب معرفية سلوكية وتقنيات اليقظة الذهنية.
- وفي الحالات الحادة تتوفر إسعافات نفسية أولية فورية.

٢

### الرعاية الاجتماعية

- تمتد الرعاية لتشمل الأسرة بأكملها والشبكة الاجتماعية المحيطة.
- يدعم الفريق التواصل الأسري الصحي وإدارة الأدوار المتغيرة في ظل المرض.
- يُقدّم توجيه مالي للوصول إلى المستحقات والإعانات المتاحة، فضلاً عن دعم العودة إلى العمل وتنسيق الخدمات المنزلية.
- حين يكون أحد الوالدين مريضاً، يُقدّم دعم مخصص للأطفال يتناسب مع أعمارهم.

٣

### الرعاية الروحية

- تُتاح الرعاية الروحية لجميع المرضى بصرف النظر عن معتقداتهم.
- تفتح مساحة آمنة لاستكشاف أسئلة المعنى والأمل والإرث.
- تُيسّر الممارسات الدينية والثقافية داخل المستشفى وتُحترم المعتقدات التقليدية.
- تُعالج الضائقة الوجودية بنفس الجدية التي يُعامَل بها الألم الجسدي، ويُبنى التخطيط المسبق للرعاية على قيم المريض وإطاره الروحي

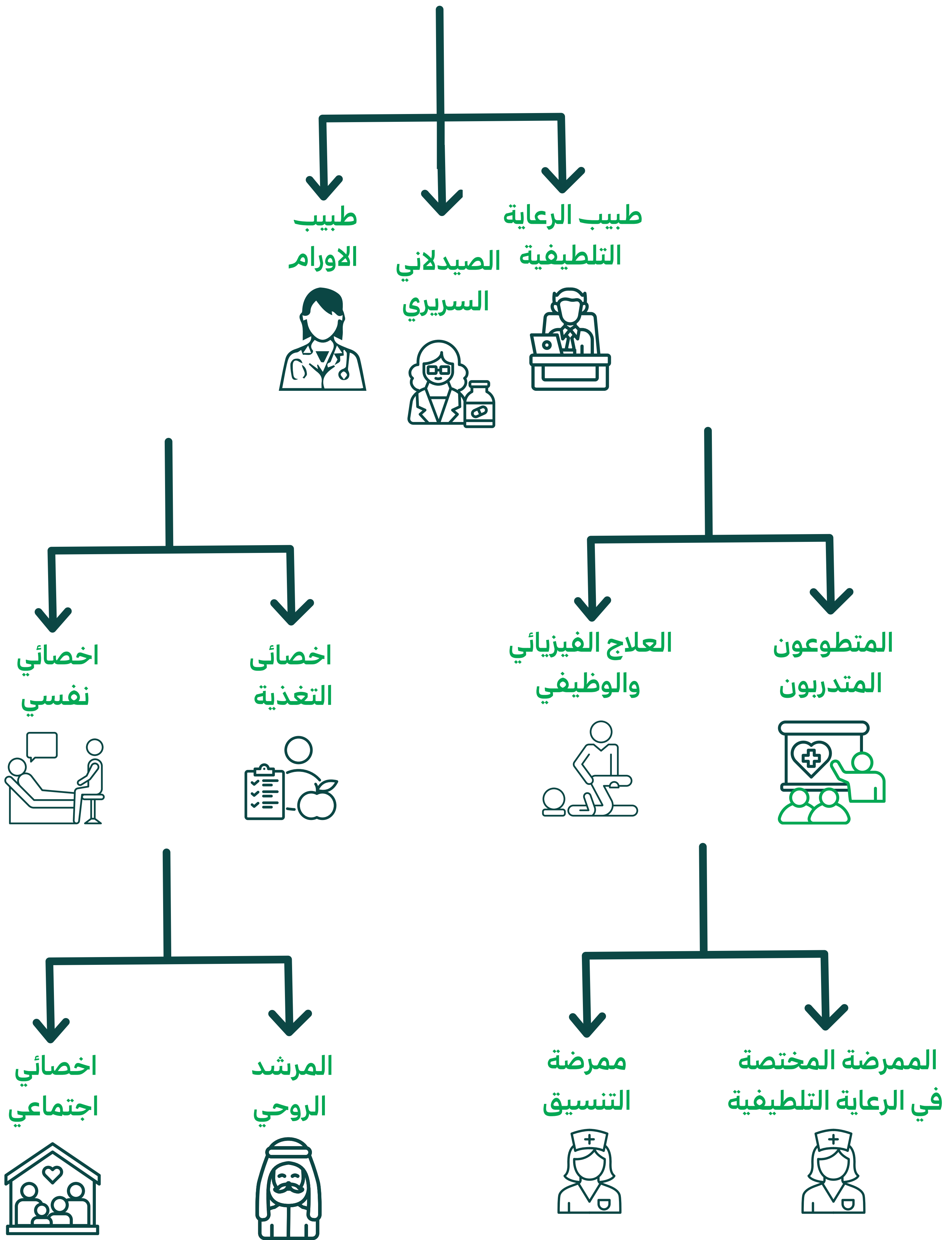
٤



## مستشفى القوات المسلحة بالجنوب التثقيف الصحي



# ممن يتكون فريق الرعاية التلطيفية؟

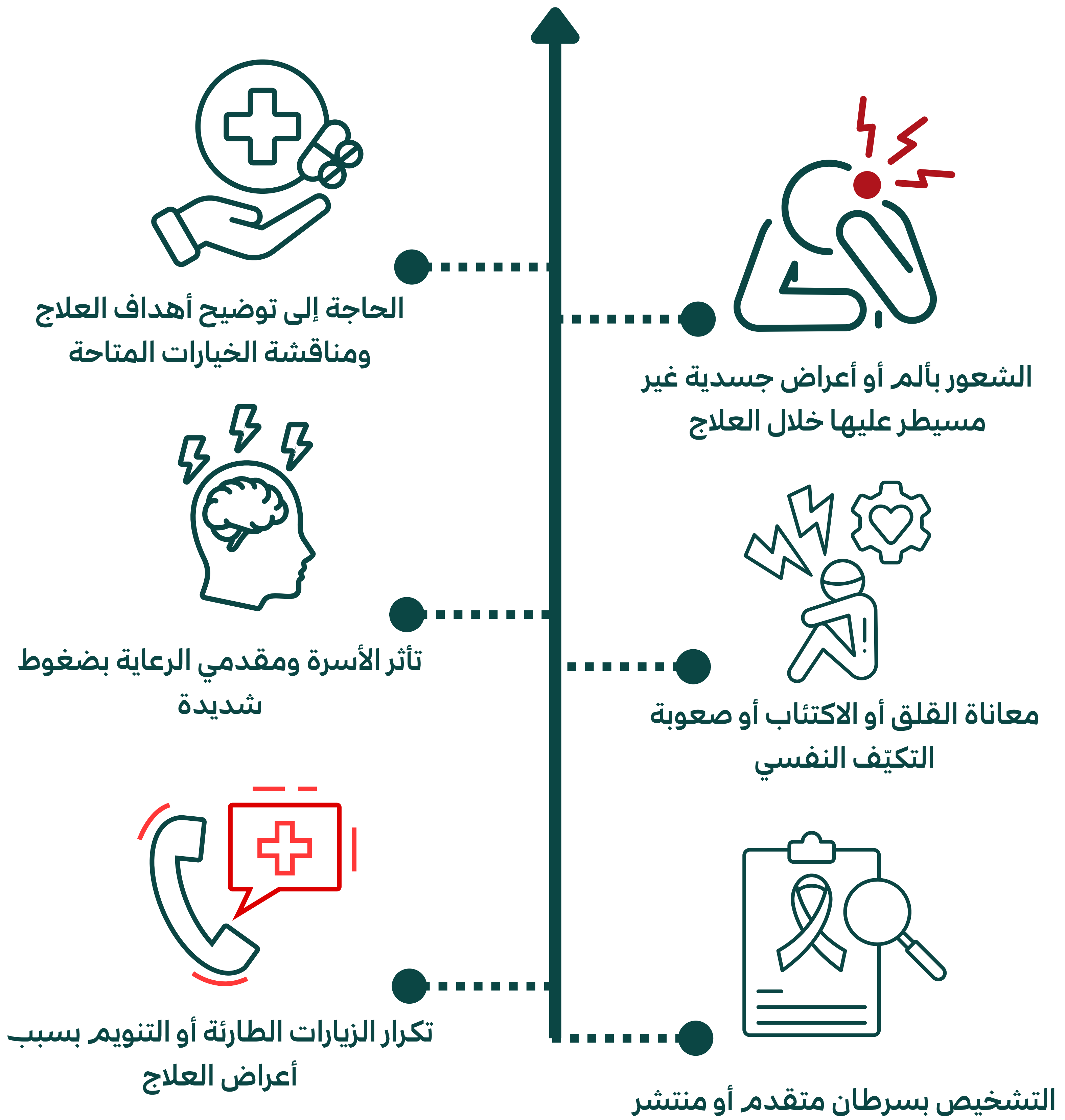




مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# متى تطلب الرعاية التلطيفية؟





## مستشفى القوات المسلحة بالجنوب التثقيف الصحي



# كيفية الوصول إلى خدمة الرعاية التلطيفية:

### عبر الفريق الطبي المعالج



الطريقة الأكثر شيوعاً هي أن يُحيلك طبيب الأورام أو الطاقم التمريضي مباشرةً إلى فريق الرعاية التلطيفية. لا تتردد في طلب هذه الإحالة إن شعرت بالحاجة إليها.

### عبر الطلب الذاتي



يحق للمريض أو أحد أفراد أسرته التواصل مباشرة مع قسم الرعاية التلطيفية في المستشفى دون الحاجة إلى إحالة رسمية في كثير من المراكز الصحية.

### عبر الرعاية المنزلية



للمرضى غير القادرين على التنقل بسهولة، يمكن تنسيق زيارات منزلية من قِبَل أعضاء الفريق لمتابعة الأعراض وتقديم الدعم اللازم في بيئة المنزل.

### في العيادة الخارجية



تتوفر عيادة خارجية متخصصة للرعاية التلطيفية يمكن حجز موعد فيها بالتزامن مع مواعيد عيادة الأورام، مما يُتيح الحصول على الدعم دون زيارات إضافية مستقلة.

### عبر الخط الساخن او التواصل الهاتفي



تتوفر في كثير من المراكز خدمة متابعة هاتفية بين المواعيد للإجابة على الاستفسارات العاجلة والتنسيق السريع عند ظهور أعراض مفاجئة.

### خلال الإقامة في المستشفى



إذا كان المريض مقيماً في المستشفى لتلقي العلاج الكيميائي أو غيره، يمكن طلب استشارة فريق الرعاية التلطيفية عبر الممرضة المسؤولة أو الطبيب المناوب.



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# توصيات التغذية المبنية على الأدلة

توصيات يومية بسيطة لصحة افضل  
وتقليل خطر الإصابة بالسرطان



01

## ركز على التوازن



تناول نظاماً غذائياً غنياً  
بالفواكه والخضروات والحبوب الكاملة  
والبروتينات الخالية من الدهون



02

## قلل من الأطعمة المعالجة



قلل من تناول الأطعمة المصنعة،  
واللحوم المصنعة، والمشروبات  
السكرية



03

## حافظ على وزنك



الحفاظ على وزن صحي يُعدّ من أفضل  
الاستراتيجيات الغذائية للحد من خطر  
الإصابة بالسرطان



تذكر دائماً: التغذية الصحية، النشاط البدني المنتظم،  
والابتعاد عن التدخين عوامل مهمة لحياة صحية أكثر.





مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# غذاء صحي خطوة لحياة أفضل

المحافظة على الوزن الصحي لتقليل خطر الإصابة بالسرطان



- زيادة الوزن وارتفاع نسبة الدهون في الجسم يزيدان من خطر الإصابة بأكثر من 10 أنواع من السرطان
- اختيار أطعمة قليلة السعرات والسكر، وغنية بالألياف يساعدك على التحكم بوزنك وحماية صحتك



تحكم بالتوتر



نم جيداً



اشرب الماء



تحرك يومياً



وزن صحي

01

اجعل وجباتك  
بسيطة وصحية

لست بحاجة لقائمة  
مكونات معقدة لتحضير  
وجبة صحية ولذيذة



02

الخضار والفواكه  
المجمدة خيار ممتاز

طالما أنها غير مضاف  
لها صلصات أو سكريات، فهي  
تحتفظ بنفس القيمة الغذائية  
تقريباً مثل الطازجة



03

اختر الحبوب  
الكاملة

الألياف مهمة للتحكم  
بسكر الدم وإدارة الوزن مثل :  
خبز القمح، الأرز البني، الشوفان



04

تناول اطعمة  
تقلل الالتهاب

اختر أطعمة طبيعية تساعد  
على تقليل الالتهاب ودعم  
صحتك



- الاسماك الدهنية  
مثل السلمون والسردين
- الزبادي والبروبيوتيك  
مثل الزبادي الطبيعي
- الحبوب الكاملة  
مثل الأرز البني والشوفان

05

اختر الأطعمة  
الكاملة أولاً

الأطعمة الكاملة غير المصنعة  
أكثر فائدة لجسمك



06

اقرأ الملصق  
الغذائي دائماً

اختر المنتجات ذات المكونات  
القليلة (يفضل أن تكون 2-3  
مكونات فقط)  
راقب كمية السكر والملح

التحقيق الغذائي	
عن المنتج الذي تم اختياره	
المنتجات الغذائية 230	
الطاقة	1000
الدهون المشبعة	20
الدهون الكلية	40
الدهون المتحولة	0
الدهون النباتية	20
البروتين	10
الكربوهيدرات	100
السكر	10
الألياف	5
الصوديوم	100
الحديد	10
الكالسيوم	100
الزنك	10
النحاس	10
المغنيسيوم	10
الفوسفور	10
البوتاسيوم	100
النيون	10
الفلور	10
البروتين	10
الكربوهيدرات	100
السكر	10
الألياف	5
الصوديوم	100
الكالسيوم	100
الزنك	10
النحاس	10
المغنيسيوم	10
الفوسفور	10
البوتاسيوم	100
النيون	10
الفلور	10





مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# لن تُلغي خطر الإصابة بالسرطان



بتناول أطعمة معينة فقط  
ولكن إذا تم التركيز على تناول  
وجبات متوازنة وصحية  
والحفاظ على وزن صحي ، فهذا  
سيسهم كثيراً في تقليل  
خطر الإصابة بشكل عام



اهتم بالصحة النفسية



نم جيداً



تناول اطعمة متوازنة



تحرك يومياً



حافظ على  
وزن صحي





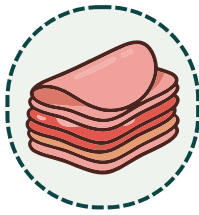
مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# غذاؤك خطوة يومية نحو الوقاية

ارشادات غذائية لحياة صحية  
وتقليل خطر الإصابة بالسرطان

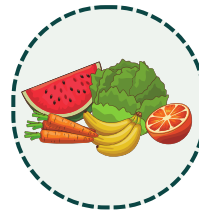
الغذاء الصحي لا يعني الحرمان، بل يعني اختيار ما يحمي الجسم،  
يدعم المناعة، يحافظ على الوزن، ويقلل التعرض لعوامل غذائية  
مرتبطة بزيادة خطر بعض أنواع السرطان



تجنب اللحوم المصنعة  
قدر الامكان



قلل من السكريات  
والمشروبات المحلاة



اكثر من الخضروات  
والفواكه والحبوب  
الكاملة



لا تعتمد على المكملات  
كبديل للغذاء المتوازن



حافظ على وزن صحي  
ونشاط بدني منتظم



في يوم التوعية بالسرطان  
ابدأ من طبقك فالتغيير الصغير المتكرر يصنع فرقاً كبيراً



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# طبق الوقاية الذكي

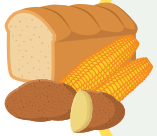
النمط الغذائي الوقائي يعتمد على غذاء متوازن غني بالخضار والفواكه والحبوب الكاملة، مع تقليل اللحوم المصنعة، الأطعمة المعالجة، والمشروبات المحلاة، إضافةً للحفاظ على وزن صحي والنشاط البدني



اختر البروتين الاقل معالجة والافضل جودة  
اختيارات ممتازة : السمك، الدجاج، البيض، العدس، الفول، الحمص،  
الفاصوليا، الزبادي، المكسرات بكميات معتدلة  
يفضل تجنب : النقانق، المرنديلة، السلامي، اللانشون، اللحوم المدخنة  
او المصنعة، البرجر المصنع



خضروات وفواكه ملونة  
اختر الواناً مختلفة يومياً : اخضر، احمر، برتقالي، بنفسجي، ابيض  
الالوان تعني تنوعاً في الألياف، الفيتامينات، والمعادن والمركبات النباتية  
امثلة : الخيار، الجزر، الطماطم، البروكلي، التفاح، البرتقال، التوت، الرمان



كربوهيدرات ذكية  
ليست كل الكربوهيدرات ضارة ، الأهم هو النوع والكمية.  
اختيارات ممتازة : الشوفان، الارز البني، القمح الكامل، الخبز الاسمر، البطاطس،  
البطاطا بكمية معتدلة  
قلل من : الخبز الابيض، الارز الابيض، المعجنات، الحلويات، الكيك، البسكوت



يرتبط تقليل اللحوم الحمراء وتجنب اللحوم المصنعة خاصة بانخفاض خطر سرطان القولون والمستقيم، ويوصى بعدم تجاوز كميات معتدلة من اللحوم الحمراء



# ما الذي نقله ؟ وما البديل الأفضل؟

## 01 السكر والمشروبات المحلاة

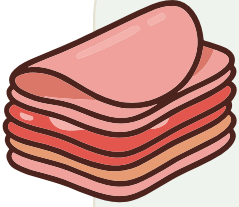


المشروبات المحلاة تضيف سعرات عالية دون شبع حقيقي، وقد تساهم في زيادة الوزن، وزيادة الوزن نفسها عامل مهم مرتبط بارتفاع خطر عدة أنواع من السرطان



بدائل افضل

## 02 الأطعمة فائقة المعالجة



ليست المشكلة في وجبة واحدة، بل في ان تصبح عادة يومية.  
**قلل من:** الشيبس، الوجبات السريعة، الحلويات الصناعية، اللحوم المصنعة والمعالجة



بدائل افضل

## 03 الطبخ بطريقة صحية



اختر طرق طهي **صحية** مثل الشوي الهادئ، السلق، البخار، أو القلاية الهوائية باعتدال واستخدم الزيوت بكميات قليلة  
تجنب: القلي المتكرر، حرق الطعام، استخدام الزيوت، الاكثار من الملح والصلصات.



بدائل افضل

## 04 المكملات ليست طريق الوقاية



لا توجد حبة سحرية تمنع السرطان ويوصى بعدم استخدام المكملات الغذائية بهدف الوقاية من السرطان، بل الاعتماد على الطعام المتوازن قدر الإمكان.  
استخدم المكملات فقط عند وجود سبب طبي واضح او نقص مثبت،  
وباستشارة مختص





مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## خطوات بسيطة تبدأ من اليوم..



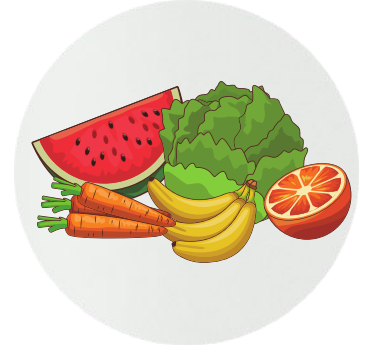
نم جيداً



تناول البقوليات  
اسبوعياً



استبدل الحبوب  
البيضاء بالكامل



تناول الخضار والفواكه  
في كل وجبة



حافظ على وزن صحي



قلل الحلويات والوجبات  
السريعة



اشرب الماء بدل  
المشروبات المحلاة



قلل اللحوم  
الحمراء



لا تنتظر المرض  
لتبدأ التغيير



تحرك يومياً



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# رسالة خاصة للأطفال واليافعين



**العادات الصحية تبدأ مبكرًا**  
علم الطفل أن الطعام الصحي ليس  
عقوبة، بل قوة.  
اجعل البيت مليئًا بالاختيارات الجيدة،  
وقلل وجود المشروبات الغازية  
والحلويات اليومية، الطفل لا يحتاج إلى  
المثالية بل يحتاج إلى قدوى وتكرار  
وتشجيع.



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# مفاهيم خاطئة وحقائق عن سرطان الأطفال

المعلومة الصحيحة تطمئن الأسرة وتدعم الطفل  
اسألوا الطبيب... وتجنبوا الشائعات



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



ليس كل ما يُشاع صحيحاً



اسأل الفريق الطبي عند الشك



الدعم يبدأ بالفهم الصحيح



المعلومات الموثوقة تقلل الخوف



المعرفة الصحيحة تساعد  
الأسرة على اتخاذ قرارات أفضل  
بثقة وطمأنينة





مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## مفاهيم أخرى مهمة



### حقيقة

غالباً يكون مؤقت



### خرافة

تساقط الشعر دائم



### حقيقة

الشرح المناسب  
لعمره يطمئنه



### خرافة

الحديث مع الطفل  
يزيد خوفه



### حقيقة

يمكنه ممارسة جوانب كثيرة  
حسب حالته توجيه الفريق الطبي



### خرافة

الطفل لا يستطيع  
مواصلة حياته



يجب اخذ المعلومات من المصادر  
الموثوقة وسؤال المختصين



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## خُرافة أم حقيقة



### حقيقة

السرطان غير معد



### خرافة

السرطان معد



### حقيقة

كثير من الكتل غير  
سرطانية ولكن تحتاج  
إلى فحص



### خرافة

كل كتلة تعني سرطاناً



### حقيقة

كثير من الحالات قابلة  
للعلاج والتحسين



### خرافة

لا فائدة من العلاج



المعلومة الصحية تقلل الخوف وتزيد  
الطمأنينة

مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# علامات الإنذار المبكر لأورام الأطفال

التوعية المبكرة.. تصنع فرقاً



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## متى يجب مراجعة الطبيب ؟

استمرار الاعراض او تكرارها



اذا ظهرت كتلة او تورم غير معتاد



اذا كان الطفل اقل نشاط من المعتاد



اذا كان هناك ما يثير قلق الاسرة



هذه العلامات لا تعني دائماً وجود  
سرطان ، لكنها تستدعي تقييماً طبياً  
مبكراً

مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## علامات أخرى مهمة

آلام عظام او عرج مستمر



صداع متكرر خاصة مع قيء صباحي



انتفاخ بالبطن او كتلة محسوسة



تغير في العين مثل لمعان ابيض او حول



تكرار الالتهابات بشكل غير معتاد



الاستشارة المبكرة افضل  
من الانتظار

مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## اعراض تستدعي الانتباه

بعض الاعراض قد تحتاج تقييماً طبياً  
اذا استمرت او تكررت

شحوب وتعب مستمر



حمى متكررة او طويلة



فقدان الوزن او ضعف الشهية



كدمات او نزيف بدون سبب واضح



تضخم غدد او تورم غير طبيعي



وجود هذه العلامات لايعني دائماً سرطاناً ،  
لكن الفحص المبكر مهم



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# كيف ندعم الطفل المصاب بالسرطان نفسياً واجتماعياً؟

الدعم النفسي جزء اساسي من العلاج



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## متى نطلب مساعدة إضافية؟

إذا استمر الحزن أو القلق بشكل واضح



إذا ظهرت صعوبة في النوم أو الأكل



إذا أصبح الطفل معزلاً أو شديد الخوف



إذا احتاجت الأسرة دعماً نفسياً أو اجتماعياً



طلب المساعدة النفسية أو  
الاجتماعية خطوة قوة وليست ضعف



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## كيف ندعم الاسرة والمجتمع؟



نراعي مشاعر الاخوة والاخوات



تجنب الشفقة والعبارات المخيفة



تشجيع التواصل مع المدرسة والاصدقاء



طلب المساندة عند الحاجة



التعاون مع الاخصائي النفسي والاجتماعي



الدعم المشترك يخفف  
العبء عن الطفل والاسرة



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## كيف ندعم الطفل؟



تتحدث مع بصدق وبأسلوب يناسب عمره



نستمع لمشاعره دون تقليل او لوم



نشجعه على اللعب والتعبير والرسم



نحافظ قدر الامكان على الروتين اليومي



نمدحه على شجاعته ونحتفل بإنجازاته



الاحتواء والطمأنينة  
يساعدان الطفل على  
التكيف مع العلاج



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



# سرطان الأطفال قابل للعلاج لاتفقدوا الأمل

المعرفة والالتزام والدعم تصنع فرقاً  
كبيراً



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## ما الذي يساعد على نجاح العلاج؟

الاكتشاف المبكر



الالتزام بالمواعيد



متابعة تعليمات الفريق الطبي



الدعم النفسي للطفل والأسرة



التغذية الجيدة والنظافة والراحة



كثير من حالات سرطان الأطفال  
تستجيب للعلاج، والأمل جزء مهم من  
الرحلة



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## دور الأسرة في رحلة العلاج

الالتزام بالمواعيد والأدوية



سؤال الفريق الطبي عند عدم الفهم



تشجيع الطفل وطمأنته



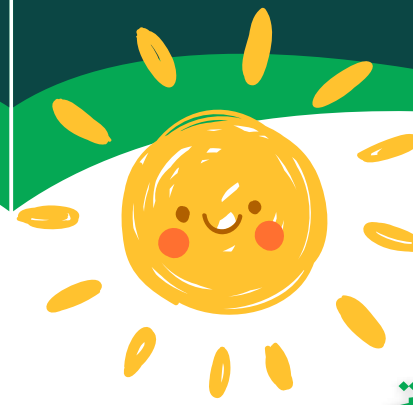
تدوين الاعراض والملاحظات



عدم إيقاف العلاج دون استشارة



كل خطوة منتظمة تقرب الطفل  
من التعافي بإذن الله



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## رسائل مطمئنة

المعرفة الصحيحة تمنح الأسرة قوة وطمأنينة



أورام الأطفال تختلف عن أورام الكبار



كثير من الحالات تستجيب للعلاج



الخطة العلاجية يضعها فريق متخصص



الآثار الجانبية يمكن التعامل معها



المتابعة الدقيقة جزء مهم من النجاح



الأمل الواقعي والدعم المستمر  
يساعدان الطفل والأسرة طوال الرحلة



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



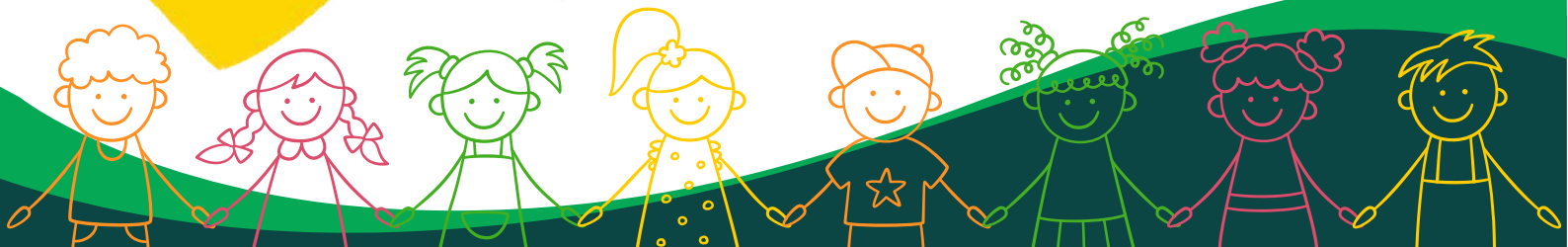
دليل الأسرة في

# أورام الأطفال

رحلة علاج آمنة تبدأ بالمعرفة ، وتنمو بالأمل  
وتكتمل بالشراكة مع الفريق المعالج



هذا الدليل يساعد الأسرة على فهم طبيعة رحلة علاج أورام الأطفال ، ومعرفة العلامات التي التي تستدعي المراجعة ، وكيفية دعم الطفل في المنزل بثقة وهدوء





مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## ماهو طب أورام الأطفال

هو تخصص طبي يُعنى بالأطفال والمراهقين المصابين بالسرطان وأمراض الدم الخبيثة، من التشخيص إلى العلاج والمتابعة طويلة المدى

- وضع خطة علاج مناسبة لنوع الورم ومرحلة المرض
- تقليل المضاعفات وعلاج الألم والغثيان والعدوى وفقر الدم
- دعم الطفل نفسياً واجتماعياً ومساعدة الأسرة على فهم الرحلة
- متابعة النمو والدراسة والتطعيمات والآثار المتأخرة بعد انتهاء العلاج

الهدف ليس العلاج فقط ، بل علاج آمن يحافظ قدر الإمكان على جودة حياة الطفل وكرامته وابتسامته



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



## علامات لا يجب تجاهلها

متى نراجع الطبيب ؟



ألم عظام مستمر، عرج، صعوبة  
مشي، أو ألم يوقظ الطفل من  
النوم



حمى أو مرض لا يتحسن أو يتكرر  
دون سبب واضح



شحوب شديد، تعب غير  
مفسر، نزيف أو كدمات  
متكررة



كتلة أو تورم جديد في الرقبة أو  
الإبط أو البطن أو أي مكان آخر



انعكاس أبيض داخل العين أو  
تغير مفاجئ في حركة العين



نقص وزن واضح، تعرق ليلي  
شديد أو فقدان شهية مستمر



صداع متكرر، خاصة مع قيء  
صباحي أو تغير في النظر

وجود علامة واحدة لا يعني سرطان بالضرورة  
لكنه يعني ان التقييم المبكر افضل  
واكثر اماناً



مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



رحلة العلاج

## من التشخيص إلى المتابعة

### التشخيص الدقيق

فحص سريري، تحاليل، اشعة، وخزعة عن الحاجة



### خطة علاج واضحة

شرح نوع الورم، مرحلة المرض، الهدف، المدة المتوقعة



### العلاج المتخصص

كيميائي، جراحي، اشعاعي، مناعي، او موجه حسب الحالة



### الرعاية الداعمة

وقاية من العدوى، تغذية، علاج الألم والغثيان، دعم نفسي



### المتابعة والنجاة

مواعيد منتظمة لمراقبة الاستجابة والنمو والآثار المتأخرة





مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



في المنزل

## كيف نحمي الطفل اثناء العلاج؟

قياس الحرارة عند التعب أو القشعريرة، وعدم إعطاء خافض حرارة قبل استشارة الفريق إذا كان الطفل على علاج كيميائي



غسل اليدين جيداً وتقليل الاختلاط بالمصابين بالزكام أو العدوى



الالتزام بالمواعيد والأدوية كما كتبت، وعدم إيقاف أي دواء من تلقاء النفس



العناية بالفم يومياً واتباع الفريق عند وجود تقرحات أو ألم أو صعوبة بلع



تقديم وجبات صغيرة ومتكررة وسوائل كافية حسب تعليمات التغذية



حماية القسطرة أو المنفذ الوريدي من الشد أو البلل أو العبث



تشجيع اللعب الهادئ والدراسة والتواصل الاجتماعي الآمن عندما تسمح الحالة





مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



متى نذهب للطوارئ فوراً

## إنذارات طارئة أثناء العلاج



أي عرض يقلق الأسرة؛ ثقة الأهل  
بملاحظتهم مهمة



نزيف لا يتوقف، قيء متكرر،  
إسهال شديد، أو علامات جفاف



ضيق نفس، زرقة، ألم صدر،  
إغماء أو تشنجات



درجة حرارة 38°م أو أكثر، أو  
قشعريرة شديدة، خصوصاً  
الكيميائي أو مع نقص المناعة



خمول شديد، تدهور سريع، ارتباك  
أو عدم القدرة على الشرب



احمرار أو ألم أو إفرازات حول  
القسطرة أو المنفذ الوريدي



ألم شديد غير محتمل أو صداع  
شديد مفاجئ

لا تنتظر موعد العيادة عند ظهور علامات الخطر، تواصل  
مع الفريق أو توجه للطوارئ حسب التعليمات





## مستشفى القوات المسلحة بالجنوب التثقيف الصحي



### من يقف مع الطفل

## فريق أورام الأطفال



**الصيدلي السريري**  
مراجعة الجرعات  
والتدخلات وتثقيف الأدوية



**اخصائي التغذية**  
خطة غذائية مناسبة  
للنمو والتحمل العلاجي



**المررض المتخصص**  
اعطاء العلاج بأمان ومراقبة  
الاعراض وتثقيف الأسرة



**الطبيب الاستشاري**  
تشخيص ، خطة علاجية ،  
متابعة الاستجابة



**الأسرة**  
الملاحظة اليومية ، الالتزام بالخطة  
وصوت الطفل الأول



**الدعم النفسي والإجتماعي**  
مساندة الطفل والأسرة  
في التكيف والعودة للحياة



**العلاج الطبيعي والوظيفي**  
الحركة ، القوة ، العودة  
للأنشطة اليومية





مستشفى القوات المسلحة بالجنوب  
التثقيف الصحي



رسالة للأسرة

## الأمل معرفة ، والمعرفة أمان

- سرطان الأطفال مرض صعب، لكنه قابل للعلاج  
في كثير من الحالات عندما تتوفر الرعاية المتخصصة ،  
التشخيص الدقيق والالتزام بالخطة العلاجية  
والدعم المستمر للأسرة.
- كن شريكاً في العلاج ، اكتب الاعراض ، احضر المواعيد ،  
واطلب المساعدة مبكراً قبل القلق.

### احمل معاك دائماً

- بطاقة تشخيص الطفل وخطة العلاج الحالية
- اسماء الأدوية والجرعات والحساسيات
- ارقام التواصل مع العيادة وقسم الطوارئ
- نتائج آخر تحاليل مهمة إن طلب ذلك

