

# مرضى الصحة النفسية المقيمين داخلياً

المريض والأسرة  
دليل المعلومات

الأسم الأول:

---



Queensway Carleton  
Hospital

إن سلامة المرضى مهمة جداً بالنسبة لمستشفى كوينزوى كارلتون ويتم توفير هذه المعلومات للمرضى/الأسر وذلك لأحاطتكم بالدور الأساسي الخاص بسلامتكم.

المعلومات الواردة في هذا الكتيب ليست نصيحة طبية محددة، ولا بديلاً عن الاستشارة الطبية وذلك حفاظاً على سلامتكم، وينصح أن تتحدث مع طبيبك وفريق الرعاية الصحية حول احتياجات الرعاية الصحية الخاصة بك.

أحمي نفسك! بتنظيف اليدين بشكل متكرر و عليك أن تطلب من مقدمي الرعاية الصحية الخاصة بك والزوار فعل نفس الشيء. الأيدي النظيفة تنقذ الأرواح.

## جدول المحتويات

4.....	المقدمة
4.....	فريق العناية بالصحة العقلية الخاص بك
5 .....	خدمات دعم الأفراد و الأسرة
5 .....	ما نتوقعه منك أثناء إقامتك في المستشفى
5.....	الأشياء التي يجب عليك إحضارها من اجل إقامتك في المستشفى
6 .....	الأشياء التي يجب عليك عدم إحضارها
6.....	الأمّن و السلامة
7 .....	مستويات المسؤولية
8 .....	برنامج الوحدة
9 .....	البرنامج العلاجي
9 .....	الأسرة ومعلومات الزائر

## المقدمة:

يرحب بكم فريق الصحة النفسية (نيابة عن مستشفى كوينزوي كارلتون) في وحدة المرضى الداخليين. لقد تم قبولك لتتلقى العلاج على المدى القصير نحو الشفاء.

## فريق العناية بالصحة العقلية الخاصة بك

أنت هو أهم فرد في فريق الشفاء.

دورك هو:

1. مناقشة الاحتياجات الخاصة بك، والأفكار والمشاكل والمخاوف والأهداف.

2. توفير معلومات كاملة ودقيقة عن الخلفية الخاصة بك.

3. المشاركة الفعالة في علاجك.

بعد تسجيل دخولك سيخصص لك طبيب نفساني، ممرضة، وغيرهم من مقدمي الرعاية الصحية و ذلك حسب الحاجة. نشجعك بان تكون سباق في رعايتك والمساعدة في تحديد من سيكون الأكثر مساعدة في شفائك.

**الطبيب النفسي:** هو طبيب متخصص في تشخيص وعلاج الأمراض النفسية.

**الطبيب:** سيقدم لك تقييم الصحة البدني.

**فريق التمريض:** سيوفر لك الرعاية التمريضية والتواصل من اجل علاج المشاكل وتلقي العلاج.

**الأخصائي الاجتماعي:** يساعدك في الحصول على التاريخ الشخصي والمعلومات اللازمة، يقدم المشورة الداعمة لك ولعائلتك، ويعمل على ربطك بمراد المجتمع.

**مسؤول العلاج الطبيعي:** يقيم الوظائف الحيوية ويحدد حجم انخراطك في الأنشطة اليومية.

**مسؤول العلاج الترفيهي:** يمكّن الأفراد من تحسين جودة الحياة وذلك من خلال المشاركة الفعالة في برامج المجموعة، والتسالي الفردية.

**الطبيب النفسي:** يوفر العلاج النفسي للمجموعة والفرد، ويقدم توضيح للتشخيص، وذلك عند الطلب.

**الرعاية الدينية:** يمكن طلب للحصول على الدعم إذا رغبت في ذلك.

## خدمات دعم الأفراد والأسرة

تتوفر العديد من الخدمات لك ولكل أفراد الأسرة مثل إمكانية تقديم الدعم لأحد أفراد الأسرة أثناء فترة النقاهة، كذلك توافر أفراد مدربين و ذو خبرة في التعايش مع أمراض الصحة العقلية و / أو تحديات تعاطي المخدرات. يقدم أخصائي دعم الأسرة والأفراد الدعم وبناء الجسور الى مصادر الأفراد والأسرة في المستشفى والمجتمع.

هؤلاء الأفراد ليسوا موظفين في مستشفى كوينزوي كارلتون ولكنهم عيّنوا من قبل مشرفي الأمراض النفسية بأوتواوا، ولمزيد من المعلومات قم بزيارة الموقع التالي [www.psychiatricsurvivors.org](http://www.psychiatricsurvivors.org)

دعم الفرد :	2000- 721- 613	تحويلة	3968
دعم الأسرة:	2000- 721- 613	تحويلة	3978

## ما نتوقعه منك أثناء إقامتك في المستشفى

بدعم من الفريق سيتم تشجيعك على بناء نقاط القوة الخاصة بك وتحديد الأهداف التي تريد العمل عليها. قيم المستشفى تكمن في الاحترام المتبادل. التهديد، والسلوك أو اللغة الغير لائقة غير مقبول بالمستشفى.

من وقت القبول سوف يساعدك فريق الصحة النفسية على التخطيط إلى حين مغادرة المستشفى وذلك من اجل الوصول الى شعور أفضل والإقامة بشكل جيد. عندما تخطط للخروج من المستشفى هناك أموراً عدة عليك أن تفكر فيها مثل استراتيجيات التكيف، والإسكان، والنوم، والتغذية، والأدوية، الأشياء المحببة لقلبك، والأنشطة الترفيهية. و عليك الأخذ في الاعتبار الذين يمكنهم مساعدتك في التعافي ، بما في ذلك الأسرة والأصدقاء، والمتخصصين، وكذلك الأخصائيين الآخرين في المجتمع. أن مشاركة العائلة / المقربين إليك في التخطيط لها قيمة في شفائك.

## الأشياء التي يجب عليك إحضارها من اجل إقامتك في المستشفى

عليك مراعاة إحضار الحد الأدنى من المتطلبات الأساسية الخاصة بك. فمساحة التخزين محدودة وغير مسموح ببعض الأشياء لأغراض السلامة في المستشفى ومكافحة العدوى. يرجى كتابة اسمك على متعلقاتك الشخصية.

1- اثنان أو ثلاثة أطقم كاملة من الملابس (بما في ذلك الملابس الداخلية والجوارب). مراعاة الشعور بالراحة في الأنشطة الرياضية. غسل الملابس متوفر للمرضى فقط.

2- أدوات الحمام (مثل الصابون والشامبو ومعجون الأسنان وفرشاة الأسنان، ولوازم الحلاقة، والمنتجات

الصحية). لا تحضر منتجات معطرة من فضلك.

3- النعال وأحذية المشي، وزجاجة ماء قابلة لإعادة الاستخدام.

4. ربما يطلب منك إحضار الدواء الخاص بك.

### الأشياء التي يجب عليك عدم إحضارها

1. شراشف الفراش الشخصية أو الحيوانات المحنطة.

2. العناصر التي قد تسبب ضرراً مثل الأدوات الحادة والزجاج، المقص، والأسلاك، وأكياس البلاستيك، واللوازم الحرفية والأجهزة السلكية.

يجب إرسال كل الأشياء الثمينة إلى المنزل فور تسجيل دخولك المستشفى أو في أقرب وقت ممكن (المال، والمجوهرات، بطاقات الائتمان، وغيرها).

### دواعي الأمن و السلامة

إن جزء مهم من وجودك في المستشفى هو وجود بيئة آمنة للمرضى والموظفين والزوار. هناك العديد من المبادئ الإرشادية التي يجب إتباعها:

1- سيتم تفتيش كل أمتعتك من قبل الموظفين المسؤولين فور دخولك.

2- بعض المتعلقات يجب إرسالها للمنزل أو الاحتفاظ بها خلف منطقة التمريض، وذلك مثل (الأجهزة الإلكترونية، شفرات الحلاقة، والأحزمة، والأسلاك، الخ).

3- إذا احضر لك أحد أفراد العائلة أو الأصدقاء بعض الأشياء، يجب تقديم هذه المتعلقات إلى مكتب التمريض على الفور للمراجعة. نحتفظ بحق منع أي زائر والأشياء التي يجلبون من الدخول.

4- يسمح للأجهزة التي تعمل بالبطارية مثل أجهزة الراديو والمنبهات والاستماع طالما أنها لا تزعج الآخرين.

5- يجب عدم استخدام الهواتف الخلوية والكاميرات وأجهزة الكمبيوتر المحمولة، وأي أجهزة شخصية أخرى قادرة على التسجيل من قبل المرضى أو الزوار لأسباب تتعلق بالسرية والخصوصية.

6- المخدرات والكحوليات ممنوعة بشكل قاطع في المستشفى. تذكر أن الكحوليات والمخدرات يمكن أن تتداخل مع العديد من الأدوية وقد يعمل هذا على إعاقة الشفاء.

7- مستشفى كوينزوي كارلتون هي بيئة خالية من التدخين. يتم توفير بدائل النيكوتين.

## مستويات المسؤولية

التصاريح تتطلب موافقة الطبيب، وهي فردية وتكون طبقاً لخطتك العلاجية. ويمكن استخدام تصاريح المرور لتسهيل التقدم نحو الشفاء.

**الجناح:** لا يمكنك مغادرة وحدة الصحة العقلية. **المرافق:** يمكنك ترك الوحدة لكن ليس أرض المستشفى وذلك عندما تكون بصحبة العائلة أو الأصدقاء (وليس المرضى الآخرين). تحتاج إلى تسجيل الخروج، والعودة في غضون 30 دقيقة، ثم تسجيل الدخول مرة أخرى.

**تصاريح بدون مرافق:** يمكنك مغادرة الوحدة (وليس أرض المستشفى) خلال الأوقات الشخصية. تحتاج إلى تسجيل الخروج والعودة في غضون 30 دقيقة، ثم تسجيل الدخول مرة أخرى.

**تصاريح خاصة:** يمكنك مغادرة أرض المستشفى قبل الساعة الثانية أو الخامسة والعودة قبل الساعة التاسعة وذلك بترتيب مسبق.

**تصاريح نهارية:** : يوماً السبت و / أو الأحد من الساعة التاسعة صباحاً حتى التاسعة مساءً.

**تصاريح ليلية:** تستطيع مغادرة المستشفى ليلاً.

**تصاريح عطلة نهاية الأسبوع / العطلات:** تستطيع مغادرة المستشفى لقضاء عطلة نهاية الأسبوع.

شروط كل هذه التصاريح يجب مناقشتها مع الممرضة قبل المغادرة والتحقق منها عند العودة.

سيتم تفنيش كل متعلقاتك الشخصية عند العودة.

## برنامج الوحدة

يعمل الجدول الزمني للوحدة عادةً على النحو التالي:

الوقت	الاثنين إلى الجمعة
من 7:00 حتى 9:15 صباحاً	الإفطار والوقت الشخصي
من 9:15 حتى 11:00 صباحاً	البرنامج العلاجي
من 11:30 حتى 1:00 بعد الظهر	الغداء والوقت الشخصي
من 1:00 بعد الظهر حتى 4:00 بعد الظهر	البرنامج العلاجي
من 4:00 فصاعداً (من 2:00 يوم الجمعة)	الوقت الشخصي. وجبة العشاء و تقدم الساعة الخامسة مساءً
من 4:00 بعد الظهر حتى 8:00 مساءً	ساعات الزيارة
09:00 مساءً	العودة إلى الوحدة
10:00 مساءً	تواجد جميع المرضى في الوحدة. عدم استخدام الهاتف، أو الإستحمام أو الغسيل بعد هذا الوقت.
11:00 مساءً	جميع المرضى في غرفهم (إطفاء الأنوار). إغلاق الصالة

من المتوقع أن يظل المرضى في الوحدة أثناء البرنامج العلاجي. يمنع مشاهدة التلفاز خلال وقت البرنامج. المرضى الذين على درجة من المسؤولية تسمح لهم بمغادرة الوحدة يمكنهم فعل ذلك خلال أوقاتهم الشخصية المجدولة. وأنت أيضاً مسؤول عن تناول الأدوية في المواعيد المخصصة. الرجاء التواجد داخل الوحدة في تلك الأوقات.

نحن نحثكم على إتباع جدول الوحدة الزمني للعناية بالصحة الشخصية. وعندما تتعافى من الوضع المتأزم عليك باحترام الاحتياجات الفسيولوجية مثل الحصول على النوم المنتظم، والأكل، والنشاط الروتيني. إن استعادة التوازن في الاحتياجات الأساسية الفسيولوجية يساهم في تنظيم العواطف.



## البرنامج العلاجي

هناك مجموعات متنوعة تعرض مساعدتك على العمل من أجل الشفاء. ناقش مع الموظفين أي من هذه المجموعات سيكون مناسباً لك. عليك بالرجوع إلى جدول المجموعات المعلن في الوحدة لأوقات المجموعة.

### معلومات للعائلة والزوار

أن باب الوحدة دائماً مغلق. جرس الباب على اليسار. يرجى رن الجرس وسحب الباب بلطف حتى يفتح. وعلى الزوار مراجعة مكتب التمريض عند وصولهم. ليس هناك زيارة في غرف المرضى. الزيارة تقتصر على شخصين في وقت واحد. من المفترض أن يكون الأطفال تحت إشراف ذويهم.

### ساعات الزيارة هي كما يلي:

الاثنين إلى الجمعة

من 4:00 بعد الظهر و حتى 8:00 مساءً

السبت والأحد وأيام العطلات

من 11:30 صباحاً و حتى 8:00 مساءً

رقم الهاتف العام للاتصال المرضى

613-726-9877

رقم هاتف مكتب التمريض

613-721-2000 تحويلة 2860

المعلومات الواردة في هذا الكتيب عبارة عن ملحق لدليل المرضى بمستشفى كوينز كارلتون. يرجى الرجوع للدليل للحصول على معلومات أكثر تفصيلاً. تستطيع التحدث مع الممرضة إذا كان لديك أي أسئلة أخرى.





