# ٦٦ ومضة
# لطلاب وطالبات التمريض

عبدالعزيز جايز الفقيري
فني تمريض

الألوكة
موقع الموسوعات الثقافية المدرسية
www.alukah.net

ح عبدالعزيز جايز الفقيري، ١٤٣٣هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

الفقيري، عبدالعزيز جايز

٦٦ ومضة لطلاب وطالبات التمريض./ عبدالعزيز جايز الفقيري-

الرياض: ١٤٣٣هـ

١٥٢ ص؛ ١٦ × ١٩ سم

ردمك: ٣ - ٢٠ - ٩٧ - ٠٠ - ٦٠٣ - ٩٧٨

١ - التمريض ٢ - التمريض - الأخلاق المهنية

٣ - التمريض تعليم أ. العنوان

ديوي ٦١٠,٧٣ ١٤٣٣/٣٣٤٩

رقم الإيداع: ١٤٣٣/٣٣٤٩

ردمك: ٣ - ٢٠ - ٩٧ - ٠٠ - ٦٠٣ - ٩٧٨



حقوق الطبع محفوظة



الطبعة الأولى

١٤٣٣هـ / ٢٠١٢م



الألوكة

www.alukah.net

# الإهـــداء

إلى من زرع النجاح في حقل العمل

وأنار النور في ميدان الأمل

ورسم الدرب الموصل للهدف

إلى الرجل الذي قدم ويقدم وسيقدم - بإذن الله - كل ما تسع يده التقاطه لخدمة المريض والمراجع والموظف بكل إخلاص وتفاني ووفاء.

**إنه الدكتور/ منصور الحواسي**

**نائب وزير الصحة**

- زاده الله توفيقاً -

**المؤلـــف**

الألوكة
www.alukah.net

# المقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله الذي علم بالقلم، علم الإنسان ما لم يعلم.

وأصلي وأسلم على المبعوث رحمة للعالمين، وآله وصحبة الطيبين الطاهرين، ومن سار على نهجهم إلى يوم الدين - ثم أما بعد - :

يعتبر التمريض من المهن الحساسة، والخطيرة من ناحية أخرى؛ بسبب تعلقها بحياة المرضى.

فأي طالب يتخرج من كلية، أو معهد، أو حتى جامعة، وهو لا يتقن المهارات التمريضية.. قد يكون لقمة سهلة للأخطاء الطبية، أو الملاحظات الإدارية، وإن سلم من هذا وذاك؛ فقد يقدر الله له العمل في مكان ليقدم فيه الخدمة الصحية؛ فيواجه مكتباً تمريضياً متسلطاً، أو زملاء ظالمين.



الألوكة
www.alukah.net

فيحاسب على أتفه خطأ، ويعاتب على أقل تقصير، فضلاً عن أن يتكرموا عليه بالمهارات والأساسيات التمريضية فيشرحوها له، ويبسطوها له.

عندها ستكون في موقف تتحسر فيه على كل دقيقة من دقائقك التي قضيتها أثناء مرحلة دراستك التمريضية عندما كنت طالباً.. لماذا لم تستغلها وتستفيد منها؟

وحتى تكونوا على عظة وعبرة ..

سوف أذكر لكم ومضات لامعة هي بمثابة تنبيهات سريعة، وحكم مهمة مع كل ومضة، تناسب طلاب وطالبات التمريض.

والهدف من وراء هذا الكتاب؛ هو المساهمة في رفع كفاءة خريجي التمريض، وخريجات التمريض، حتى يكونوا جميعاً في المستقبل قادرين وبكل قوة؛ على قيادة مستشفياتنا، ومراكزنا الصحية، ومدننا الطبية، بكل أمانة، ومقدرة، وإخلاص.

**فني تمريض**
**عبدالعزيز جابز الفقيري**

## الومضة الأولى
# اعتني بالمجال النظري

يخطئ الكثير من الطلاب والطالبات باعتقادهم أن التمريض مجال عملي بحت... والحقيقة جزء من هذا وليس كله.

فالتمريض مجال عملي لكن لا يمكن الوصول إليه إلا بالدراسة النظرية أولاً، ثم التطبيق العملي في المعامل والمستشفيات.

وهذا قانون مطبق في جميع جامعات وكليات التمريض في العالم.

يُدرس التمريض نظرياً وعملياً.

فمثلاً.. الأدوية الطبية، كيف يمكن لممرض أن يتقن إعطاء الحقن الوريدية وهو لا يعرف لا اسم الدواء، ولا مضاعفاته، ولا طرق إعطائه؛ فضلاً عن موانع إعطائه؟!!

بالطبع؛ سوف يضطر للسؤال والسؤال، قبل أن يعطي العلاج.



الألوكة
www.alukah.net

فهنا لم ولن يغنيه إتقانه العملي عن المعلومات النظرية.

وأيضاً؛ هناك العديد من المهارات التمريضية التي تحتاج إلى شرح مفصل، إن لم تتعلمه نظرياً في الكلية، فلن تستطيع تطبيقه على أرض الواقع في المستشفى:

- كيف تحضر مريضاً لغرفة العمليات؟
- كيف تستقبل مريضاً من غرفة العمليات؟
- كيف تستقبل مريضاً جديداً في القسم؟
- كيف تخرج مريضاً من القسم؟
- ما هي خصوصيات المريض؟

وغيرها الكثير من الأشياء النظرية التي إن لم تتقنها فستواجه عقبات متعددة، حتى وإن أتقنت في المجال العملي.

**حكمة**

**سأل الممكن المستحيل: أين تقيم؟ فأجابه في أحلام العاجز**

## الومضة الثانية
# اللغة الإنجليزية

ضرورة ملحة لابد منها...

إذ كيف لممرض أن يكتب ملاحظاته التمريضية في نموذج الملاحظات التمريضية (nursing notes)، بدون أن يكون متقناً هذه اللغة تحدثاً وكتابةً؟!!

ستقولون نجد صعوبة أو مستحيلٌ أو لا نستطيع....

كل هذه المشاهد مررت بها عندما كنت طالباً.

فقد كنت أقف أمام الأطباء والممرضين وأشاهدهم كالأطرش في الزفة، لا أحفظ إلا "سستر" الكلمة التي يحفظها الممرض وغير الممرض، بل عرفتها قبل أن أنتمي إلى مهنة التمريض.

ومع ذلك أقول: إن أقرب الأشخاص الذين يمكنهم أن يتعلموا اللغة الإنجليزية هم الممرضون والممرضات، وذلك بسبب احتكاكهم المباشر



الألوكة
www.alukah.net

بالأجانب في المستشفيات، مما يمكنهم من التخاطب والتدرب بصورة مكثفة – تجبرهم على إخراج مخزونهم من الكلمات والمصطلحات الإنجليزية – أكثر من غيرهم.

إلا أنه يظل هناك عدة أمور يجب أن تضعها يا عزيزي الطالب، ويا عزيزتي الطالبة في الحسبان وهي:

١) كل لغة ترتكز على حفظ الكلمات؛ فاحفظ بقدر استطاعتك من الكلمات الإنجليزية، وبشكل يومي، بل حدد لك كل يوم قدراً من الكلمات لا تغفل عنها.

٢) احرص على وضع نوتة في جيبك خلال فترة نزولك إلى المستشفى - في فترات التدريب – وحاول تسجيل كل كلمة متداولة بين المرضين والممرضات، ثم احفظها.

٣) حاول التخاطب بسرعة وبطلاقة، حتى وإن لم تكن متمكناً من القواعد الإنجليزية؛ أهم شيء أن يفهم ما تريده الشخص المقابل، لأن هذه الخطوة ستجعل عندك ثقة بنفسك.

٤) لا تخف أو تخجل من التحدث مع غير الناطقين بالعربية؛ بل حاول الاحتكاك بهم بالحوار والنقاش، ولو بالجمل البسيطة التي لا تحتاج إلى جهد جبار مثل:



- give me syringe (أعطني حقنة)
- bed making done (قُمت بترتيب السرير)
- patent stable (المريض بحالة مستقرة)

وهكذا .. ستجد لغتك الإنجليزية تتطور يوماً بعد يوم.

**حكمة**

إن بيتا يخلو من كتاب هو بيت بلا روح



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الثالثة

# احفظ المصطلحات الطبية

لا تقل المصطلحات الطبية أهمية عن اللغة الإنجليزية؛ فالمصطلحات الطبية لغة خاصة لا يتقنها إلا من تعلمها.

حيث تعتمد على وضع مصطلحات طبية لأجزاء جسم الإنسان، أو للأمراض، أو للأدوية، وغيرها.. فهي لغة طبية ليست محصورة، بل متجددة تزداد مصطلحاتها ولا تقف.

لذا؛ عمدت الكثير من الكليات إلى وضع مادة جديدة تسمى بـ(medical terminology) وتعني "علم المصلحات الطبية"، بل هناك معاهد تعقد دورات متخصصة في هذا المجال.

ومكره أخاك لا بطل .. اضطررت لدراسة المصطلحات الطبية؛ فقد قمت بحضور دورة في المصطلحات الطبية في معهد العواصم بجدة، وتمكنت بعدها من كسر حاجز (المصطلحات الطبية) بحمد الله.





الألوكة
www.alukah.net

ومع أن المصطلحات الطبية متعددة، بل؛ كل تخصص طبي له مصطلحاته الخاصة به.

مثلاً: التشريح له مصطلحات خاصة به.

والصيدلة لها مصطلحات خاصة بها.

والتمريض له مصطلحات خاصة به.

والمختبرات لها مصطلحات خاصة بها.

إلا أنك كممرض لست مطالباً بحفظها كلها، ولا الجهل بها؛ بل عليك بالتركيز على المصطلحات الطبية والتمريضية الشائعة، بالإضافة إلى قواعد هذه اللغة السهلة الفهم.

فمثلاً: إذا قرأت أي مصطلح طبي آخره (itis) فأعلم أنه التهاب.. مثل

(gastritis) التهاب المعدة.

ومثلاً: إذا قرأت أي مصطلح طبي لعلاج في مقدمته (anti) فأعلم أنه مضاد حيوي، حتى وإن لم تعرف ما نوعه.

وهكذا علم المصطلحات الطبية؛ علم يساعدك على التعامل مع أي ممرض أو طبيب في العالم يتقن هذه (المصطلحات الطبية)؛ لأنها موحدة عالمياً.

لذا.. أوصي جميع طلاب وطالبات التمريض؛ بأن يبدؤوا في دراسة هذا العلم مبكراً قبل دخولهم إلى المستشفيات، وأن يحاولوا جاهدين حضور دورة في هذا المجال.

**حكمة**

**من يحب الشجرة يحب أغصانها**

## الومضة الرابعة

# لا تخجل من السؤال

يقال: اثنان لا يتعلمان: - المتكبر والخجول.

فالمتكبر لا يسأل بدافع الكبر، والخجول لا يسأل بدافع الخجل، لذا يبقيان جاهلَين وإن اختلفت دوافعهما.

وهذه رؤوس أقلام في أدب السؤال:

- لا تسأل إلا عما فيه نفع لك.
- اختر الوقت المناسب.
- اختصر السؤال وتجنب إطالته؛ إلا عند الحاجة إلى ذلك.
- وأكرر.. لا تخجل من السؤال. قال مجاهد: "لا يتعلم العلم مستحٍ ولا مستكبر".

وهنا .. عليك أخي الطالب محاولة سؤال جميع أساتذتك في الكلية أو المعهد، في الأوقات المناسبة.



الألوكة
www.alukah.net

وأثناء وجودك في المستشفى؛ لا تهمل فرصة السؤال عن كل شيء بأدب، مع مراعاة ظروف العمل؛ فلا تسأل ممرضاً مشغولاً، أو ممرضة مشغولة بخدمة مريض؛ بل احتفظ بأسئلتك، واعرض عليهم أخذ دقائق من أوقاتهم، وستجد من يهتم بأسئلتك، كما ستجد من يهملها.

لذا .. اصبر .. وكرر المحاولة مع كل من يعطيك من وقته، ويرحب بأسئلتك؛ فالسؤال ليس عيباً .. بل الصمت على الجهل هو العيب.

**حكمة**

**ليست السعادة في أن تعمل دائما ما تريد؛ بل في أن تريد ما تعمله**

## الومضة الخامسة

# كثف خلفيتك الطبية

هناك العديد من الأمراض المنتشرة، والأدوية المتداولة بكثرة بين الناس.

وبحكم عملك في المجال الطبي سوف تتعرض للسؤال عنها.

فمثلاً: مرض السكري والضغط .. من الأمراض المنتشرة في هذا العصر، بل يزداد الداخلون في هذا المرض يوماً بعد يوم - حمانا الله منها وشفى من ابتلى بها -.

لذا... معرفتك بأسباب المرض، ومضاعفاته، وطرق علاجه، وطرق الحماية منه؛ تعطيك أهمية في مجال عملك، وكذلك تعطي المريض جرعة من المعلومات التي قد يجهلها عن مرضه.

مثال بسيط عن مرض ضغط الدم:

تستطيع أن تنصح مريض ضغط الدم بالنصائح الطبية التالية:



الألوكة
www.alukah.net

- الإقلال من تناول الملح.
- ممارسة الرياضة.
- تجنب الغضب.
- الالتزام بالعلاج إن قرر الطبيب ذلك.
- تذكيره بأن مرض ضغط الدم يسمى (القاتل الصامت) لأنه لا يكتشف إلا بالصدفة.

وهكذا العديد من الأمراض، أو الأدوية، مجرد أن تكون عندك خلفية عنها ولو بسيطة سيدفعك حماسك على تطويرها في المستقبل بعد أن ترى أهمية تعلمها، ومن ثم تكون في المستقبل ممرضاً ناجحاً، وذو خلفية طبية متميزة.

**حكمة**

**صديقك من يصارحك بأخطائك، لا من يُجمّلها ليكسب رضاءك**

## الومضة السادسة
# الزَّي الرسمي

لكل مستشفى نظامه الخاص، ولكل كلية نظامها الخاص.

فأذكر أني كنت ملزماً منذ ثاني أسبوع لي بالكلية ببدلة التمريض، وهذا الأمر ليس عيباً ولا حراماً؛ بل هو نظام يختص بلباس العمل، ويسري عليك وعلى جميع الطلاب.

وكنت أشاهد أشكالاً وألواناً غريبة وعجيبة من بدل التمريض.

فمنهم من يضيقها، ومنهم من يطرزها، ومنهم من يضيف عليها من القصات الأمامية والعلوية والسفلية.

والبعض الآخر تراه بين كل حين وآخر، لا هم له إلا تفصيل بدلة جديدة من قماش آخر، ومخيطة أخرى.

وسؤالي للطلاب والطالبات:

لماذا كل هذه الحركات والتقليعات على هذه البدلة المسكينة؟



الألوكة
www.alukah.net

- حب في لفت الأنظار.
- مجاراة وتقليد للأصدقاء والزملاء.
- فراغ ومراهقة.

كل هذه الأمور أو غيرها لن ترفع معدلك في كليتك أو معهدك؛ بل ستتسبب لك بهدر مالي، وشغل لوقتك وتفكيرك بما لا فائدة منه؛ والأهم هي أنك ربما تتعرض لانتقادات من إدارة كليتك، وقد تتعرض لكلام أو عتاب أنت في غنى عنه.

ولا أفضل من تقيد الطالب والطالبة بزيهما الرسمي سواءً داخل الكلية، أو أثناء فترة التطبيق في المستشفيات.. وصدقوا بأنه – وأنا موظف – صدر تعميم يخص زي الممرضين، وتنص إحدى فقراته على ضرورة أن تكون أحذية الممرض لونها أبيض.

وفعلاً؛ أجبرت من إدارة التمريض في المستشفى على شراء أحذية ذات لون أبيض.

وليست هذه الأنظمة الصارمة باللبس خاصة بمهنة التمريض؛ بل العديد من القطاعات لديها مثل هذه الأنظمة في اللباس.

مثلاً: القطاعات العسكرية، لها ألبسة ورتب، وشرطات، وأحذية، أشكال وألوان.



وكذلك القطاعات الأمنية؛ من شرطة، ومرور، وجوازات، ودفاع مدني، وغيرها؛ كلها لها بدل خاصة بها، وقبعات، وألوان، وأشكال، وأمور أخرى خاصة بأنظمة اللباس عندهم.

لذا.. لا تغضب يا طالب التمريض، ولا تغضبي يا طالبة التمريض؛ فكل هذه الأنظمة في اللباس التمريضي ما هي إلا جهود لتوحيد زي المهنة، ولإعطائها أهمية، وقبل هذا تطبيقاً للنظام؛ بحيث لا يأتي كل طالب وطالبة بشكل مختلف عن الآخر، في صورة قد لا تكون إيجابية؛ بل ربما تعكس صورة من صور الفوضى في اللباس؛ بحيث تخالف ذوق المجتمع، وما اعتاد عليه الناس.

**حكمة**

**الصداقة بئر تزداد عمقاً كلما أخذت منها**



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة السابعة

# الحقنة .. ليست وحشاً

تشكل الحقنة الطبية عقدة نفسية أمام العديد من طلاب وطالبات التمريض.

قد يتشكل هذا الخوف أثناء فترة النزول للمستشفيات؛ فعندما يشعر الطالب والطالبة بأن عليهما إعطاء الحقن، يبدأ عندهما الخوف.

وفي هذه الحالة يعتبر الخوف خوفاً طبيعياً؛ بل أنا شخصياً مررت به.

فمن أول مرة يحاول فيها الطالب والطالبة إمساك الحقنة، تبدأ اليدان بالرجفان، فيزداد القلق عندهما؛ لأنهما غير مسيطرَين عليها.

في حين أن الرجفان في الأصابع ما هو إلا ردة فعل طبيعية، لأي عمل جديد تقوم به، فتخاف من بدايته فقط.

وهكذا الحقنة في البداية فقط تخاف، ومع المحاولة تجد الخوف قد



زال، وبعد فترة نجدك في المستشفى تعطي (٢٠و٣٠و٤٠) حقنة في اليوم، وكأن شيئاً لم يكن.

هذه هي الحقنة ببساطة، لا تحتاج إلى تفكير أو قلق.

أذكر أن أحد زملائي رفض تخصص التمريض بسبب خوفه من الحقن، واتجه لتخصص المختبرات.

مع أن الحقن أصبحت تعطى حتى من قِبل بعض الأميين الذين لا يقرؤون ولا يكتبون؛ أصبحوا يوخزون أنفسهم بحقن الأنسولين.

وأبين هنا مسألة مهمة؛ وهي أن خطأ أي طالب وطالبة في إعطاء حقنة لا يعني دخوله بوابة الفشل؛ بل الخطأ وارد ومتوقع في أي عمل.

فنحن كممرضين متمرسين وأصحاب خبرة نخطئ ونكرر المحاولة، المهم ألاَّ نستسلم للخطأ والفشل.

وأعلم يا طالب ويا طالبة التمريض؛ بأن الحقنة صديقة لك، وقريبة منك، وسوف تكونون كما يقال: "عشرة عُمر" في المستشفيات ومجال العمل.

**حكمة**

**الابتسامة كلمة طيبة بغير حروف**



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الثامنة

# التمريض .. كل يوم يتطور

كل يوم هناك العديد من الأبحاث الطبية المتعلقة بالطب عموماً، أو التمريض خصوصاً.

ويشاهد ويتعلم طالب وطالبة التمريض – أثناء دراسته – أموراً متعددة وجديدة في علم التمريض، قد لا يشاهد الكثير منها في مكان تدريبه في المستشفيات أو غيرها.

لذا.. أوصي طلاب وطالبات التمريض بأمرين:

أولاً: محاولة التعرف على كل جديد في مجال التمريض، سواء فيما يختص بالجانب النظري، وما يتعلق به من الأبحاث المنشورة – هنا وهناك – في الكتب والمجلات الطبية، أو حتى الدوريات اليومية.

أو ما يتعلق بالجانب العملي؛ بحيث يحاول التعرف على الأجهزة الحديثة التي يتعامل معها الممرض، أو الأدوات الطبية التي يستخدمها ممرض لمعالجة المريض أو غيرها.

ثانياً: محاولة فهم وتعلم كل جديد في عالم التمريض في المستشفى، في حال عدم دراسة ذلك في الكلية أو المعهد، وكذلك محاولة التأقلم مع جو المستشفى في حال عدم رؤية ما تعلمته في الكلية داخل المستشفى.

وليعلم كل طالب وطالبة.. بأن أحوال الكليات التمريضية مختلفة، وأحوال المستشفيات أشد اختلافاً، فقد تشاهدون ما يسركم فيها من التطور واقتناء الجديد، وقد يكون العكس.

وهنا.. لابد أن يكون لكل طالب وطالبة جهد شخصي؛ بمحاولة التعرف على كل جديد – رغم الظروف والعقبات – بحرص منه ورغبة، وبلا شكوى أو تضجر من أية كلية أو مستشفى.

**حكمة**

**لا تفكر في المفقود حتى لا تفقد الموجود**

## الومضة التاسعة

# ممرض وممرضة بكل فخر

قد ينتاب طالب وطالبة التمريض شعور بالنقص إزاء كونه ينتمي لهذه المهنة.

في حين أن هذا النقص لو كان واقعاً حقيقياً، لما رضي النبي ﷺ لصحابيات أن يعملن في هذا المجال (التمريض).

فهذه رفيدة الأنصارية – رضي الله عنها – كانت أول ممرضة في التاريخ والإسلام؛ بل علم التمريض كله بزغ عندما سطع علم الجهاد، ليضئ سماء المعارك بمداواة الجرحى والمصابين.

ولم يزل التمريض يحتل مكانة مرموقة في جميع دول العالم؛ بل يعد أهم تخصص طبي أكثر من الطب نفسه، فلا يستطيع أي طبيب أن يعمل بدون ممرض.

لذا .. يتمتع المرض والممرضة بمكانة اجتماعية حسنة، شكلتها



طبيعة العمل التمريضي المليء بالرحمة والعطف، أثناء تعاملهم مع الحالات الحرجة التي تتطلب عناية خاصة.

فإن سمعت يا طالب ويا طالبة التمريض كلمة من هنا وهناك عن مهنة التمريض؛ فتذكر أن لكل مهنة عيوباً ومحاسنَ، ومتاعب ومحفزات، وما عليك إلا تذكر مهنة أو مهنتين، ومحاولة تصور التعب والعناء فيهما، لتجد أن المهن جميعها فيها أنين، ولكن أيضاً فيها نعيم.

فأين من يشكر الله عند السراء؟ وأين من يصبر على الضراء؟

وأهمس في أذن كل طالب وطالبة تمريض ببشرى لهم سوف يواجهونها في المستقبل؛ بأنهم سوف يكونون من الأشخاص المشهورين بين أقاربهم، وسوف تأتيهم من الاتصالات والطلبات بخدمة قريب مريض، أو إحضار علاج لصديق، بصورة تجعل منهم جواهر ودرر عند أقاربهم، وبين أصدقائهم.

**حكمة**

**من قنع من الدنيا باليسير هان عليه كل عسير**



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة العاشرة

# إكمال دراسة البكالوريوس

حلم يتمناه كل ممرض وممرضة لم يحصلا على درجة البكالوريوس.

قد لا يتشكل هذا الحلم مبكراً بعد التخرج، بل ربما يتأخر إلى ما بعد الوظيفة والشروع في معمعة العمل.

فيشاهد جميع الممرضين والممرضات أولوية لمن يحملون الشهادات العليا في التمريض – من بكالوريوس وما فوق – في تولي المناصب التمريضية في المستشفيات، وربما المديريات؛ بل قد تصل إلى الوزارة.

لا أنكر دور الخبرة في سنوات العمل، وكذلك الأقدمية في هذا المنصب أو ذاك، إلا أن الواقع يفرض كلمته.

فهناك العديد من المناصب التي تخرج بين الحين والآخر، ووجود



أصحاب الشهادات العليا يتيح لهم فرصة شغر مناصبها أكثر من غيرهم.

هذا.. لا يعني أن الشهادات العليا، والسعي للحصول عليها، هو لأجل المنصب!! حاشا وكلا؛ بل لم ولن تبنى الأمم على أصحاب شهادات يتنافسون على مناصب إدارية أو فنية، بعيدة عن العمل بشكل كبير.

ولكن؛ قد تكون الشهادة محفزاً لصاحبها ليتبوأ مكاناً متميزاً، بعد خبرة طويلة قدم فيها الكثير لمهنته ووطنه.

وقد يساعد وجود أصحاب الشهادات العليا في تمكينهم من رئاسة الأقسام التمريضية، مع اعتمادهم المباشر على تأدية المهارات التمريضية بأيديهم.

أو قد يكونون أشبه بمدربين في مكاتب التدريب الموجودة في المستشفيات؛ نظراً لما حصلوه من معلومات ومهارات في هذه المهنة أكثر من غيرهم.

أما الجلوس خلف مكتب إداري لا يمت للتمريض بصلة مباشرة، ولا يجبر هذا الممرض على النزول إلى الميدان؛ فضلاً عن عدم محاولته تطوير نفسه في مجال مهنته .. فهذا.. أنا أعتبره انتحاراً لحلم وطموح أمة في أحد أبنائها، كانت تنتظر منه الكثير.



الألوكة
www.alukah.net

إذاً لابد أن يكون الهدف من الحصول على درجة البكالوريوس أو غيرها، هو الرغبة في تقديم المزيد للمهنة التمريضية، ولا مانع من النظر للزيادات المالية كمحفزات؛ أما الاقتصار على حب المنصب والمال والراحة؛ فلا وألف لا يا أصحاب البكالوريوس أو الماجستير؛ بل حتى الدبلوم... وتذكروا:

ومن يتهيب صعود الجبال  يعش أبد الدهر بين الحفر

وأيضاً:-

على قدر أهل العزم تأتي العزائم

وتـأتي علـى قدر الكرام المكارم

وتعظم في عين الصغير صغارها

وتصغر في عين العظيم العظائم

إذا ما صحبت القوم فاصحب كرامهم

ولا تصحب الأردى فتردى مع الردي

**حكمة**

**الكلمة الطيبة جواز مرور إلى كل القلوب**

## الومضة الحادية عشرة

# الإحباط المعنوي

قد ينتاب طالب وطالبة التمريض موجة من الانتقادات من قبل بعض المحاضرين، أو الإداريين، أو غيرهم من المسؤولين في الكلية.

مما قد توحي لمن وجه له النقد واللوم بأن مستقبله في هذه المهنة لن يكون سعيداً.

وهذا خطأ يتحمل الجزء الأكبر منه الناقد من محاضر أو غيره.

نعم؛ قد يرتكب هذا الطالب – أو تلك الطالبة – خطأ في التقيد بالنظام، من حضور، ولباس، وإنصات.

بل قد يصل الإهمال لدرجة حمل مادة أو مادتين أو أكثر.

هنا... لابد أن تكون إدارة الكلية عموماً، ومسؤولو قسم التمريض خصوصاً، على درجة كبيرة من فن التعامل في مثل هذه الحالات.

فالنصيحة أولاً مطلوبة، ومعرفة ظروف الطالب والطالبة مهمة جداً، وخصوصاً الطلاب والطالبات المغتربين.



الألوكة
www.alukah.net

والأهم؛ إعطاء الطالب والطالبة المخفقين مهلة ووقتاً كافياً؛ لكي يحاولا تحسين أوضاعهما من جديد.

وأقول لكل طالب وطالبة تمريض، تعرضا لمحاولات إحباط معنوي من أي شخص كائناً من كان:

تذكروا بأن النخلة ترمى بالحجر فتعطي أطيب الثمر.

وأن الكلام البذيء يسيء إلى قائله لا إلى من قيل له.

وأن الصبر هو مفتاح الفرج.

قال تعالى: (وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا) الفرقان: ٦٣.

في النهاية.. ليعلم كل طالب وطالبة تمريض بأن مهنة التمريض مليئة بالمتاعب؛ فإن لم تسمع عتاباً في الكلية، فسوف تسمعه من إدارة المستشفى، وإن سلمت من هذا وذاك، فلن تسلم من عتاب المرضى يومياً في مقر عملك الصحي في المستقبل.

فإن لم تتعلم التغاضي، والتجاهل، وتمرير الكلام من الأذن اليمنى إلى الخارج من الأذن اليسرى، فسوف تتعب كثيراً في مجال عملك، أو في حياتك اليومية.

**حكمة**

**إن أسوأ ما يصيب الإنسان أن يكون بلا عمل**

## الومضة الثانية عشرة
## اختبار هيئة التخصصات الصحية

هذا الوحش المخيف الذي سطر له طلاب وطالبات التمريض قصصاً أسطورية غطت على ألف ليلة وليلة.

وربما لو وصلت أجزاء من تلك القصص لهوليود لكان فيلم "هيئة التخصصات" هو الأكثر مشاهدة، ورعباً.

والمسألة في البداية والنهاية ما هي إلا عقدة نفسية، وضعها الكثير من طلاب وطالبات كليات ومعاهد التمريض.

فلو فكروا قليلاً عن ماهية هذا الاختبار، لوجدوا بأنه لن يخرج عن مهنتهم "التمريض" التي درسوها.

ولو انشغلوا في التهيؤ للاختبار بالمذاكرة الجادة والواعية من البداية - بدلاً من التهيج والتشاؤم - لكان حال الكثير منهم أفضل.

بالطبع؛ أقرأ وأشاهد وأسمع نسب الراسبين في هذا الاختبار، الذي تعود أسباب الرسوب فيه - وبكل قوة - إلى ضعف مستوى كلياتنا ومعاهدنا بالدرجة الأولى.



الألوكة
www.alukah.net

وثانياً: قلة اهتمام طلابنا وطالباتنا أثناء فترة الدراسة في هذا التخصص - المهم والمهني - الذي يتعلق بحياة البشر.

ولا ننسى أيضاً غموض بعض الأسئلة، فقد تكون تعرف الإجابة، ومتأكد منها (١٠٠٪)، إلا أن صيغة السؤال كانت مليئة بالمتداخلات التي غيرت فهمك للسؤال، وبالتالي قد توقعك في الإجابة الخاطئة.

وأذكر هنا أن رئيس التمريض في كليتي قال لي - أثناء فترة الدراسة - : بأنه عجز عن حل بعض أسئلة اختبارات هيئة التخصصات؛ مع خبرته التي تجاوزت الـ(٢٥) سنة في مجال التمريض، وشهادة الماجستير في التمريض التي حصل عليها.. كل هذا لم يشفع له في حل جميع الأسئلة التي تطرح في اختبارات هيئة التخصصات.

ومع ذلك أقول: هناك الآلاف من طلاب وطالبات التمريض قد اجتازوا هذا الاختبار، وبكل جدارة، مما يعني أنه ليس جميع أسئلة الاختبار صعبة، وإنما هناك بعض من الأسئلة لا يستطيع الإجابة عنها إلا المتميزون.

فكن من الآلاف الناجحين في هذا الاختبار، ولا تكن من الآلاف الراسبين فيه؛ وتذكر أن التفاؤل طريق النجاح، والتشاؤم طريق الفشل.

**حكمة**

**الضمير المطمئن خير وسادة للراحة**

## الومضة الثالثة عشرة

# لا تؤجل عمل اليوم إلى الغد

في جميع أمورك في الحياة طبق هذه النصيحة "لا تؤجل عمل اليوم إلى الغد" ، إلا أنني أيضاً أقترح عليك بأن تكتب هذه النصيحة في لوحة، ثم تضعها في غرفتك المنزلية، حتى تكون بمثابة جرس منبه لك كلما شاهدتها.

منذ أول يوم في الفصل الدراسي الأول في الكلية، يفترض أن تبدأ معه مذاكرتك.

فالدرس الذي لا تذاكره، وتحفظه، وتعتني بفهمه في اليوم الأول، سوف يتضاعف في اليوم الثاني إلى درسين، ليصل - قرب الامتحانات - إلى عدد دسم من الصفحات التي تجعل عملية المذاكرة شاقة، ومجهدة للطالب وللطالبة.

ومن المعلوم أن دراسة التمريض في المملكة هي باللغة الإنجليزية، مما يعني أن طالب وطالبة التمريض سوف يكون القاموس بجانبه؛ للبحث عن أي كلمة غريبة تمر عليه، وهذا يعني في النهاية أن المسألة



الألوكة
www.alukah.net

تحتاج إلى وقت.

لذا.. تأجيل مذاكرة مواد التمريض يعني تأجيل عبء مذاكرة يوم إلى الذي يليه، ثم إلى الذي يليه، وهكذا.. حتى تتوالى الدروس التي لم تدرس، والمواد غير المفهومة، ليصل الطالب والطالبة إلى فرضية أن دراسة التمريض صعبة، أو أن المحاضر لا يقدم المادة بشكل جيد.

والحقيقة هي أن هذا الطالب أو تلك الطالبة أراد صب المادة كلها - قبل يوم الامتحان - في رأسه مرةً واحدة!!.

وأختم بمثال عله يرسخ في أذهان طلاب وطالبات التمريض:

وهو أن العلاج الناجع، والمجرب، والمعترف به طبياً وعالمياً، لا يمكن أن يؤدي مفعوله، إلا إذا أخذ على جرعات مناسبة، وبأوقات معينة، وباستمرار، حسب المدة الموصى بها.

وهكذا الطالب والطالبة الناجحان؛ لن يصلا إلى التفوق والتميز إلا بالصبر على المذاكرة والحفظ يومياً وبانتظام.

لذا .. أكرر.. ثم أكرر... "لا تؤجل عمل اليوم إلى غد"

ولا "تؤجل مذاكرة المواد إلى غد"

ولا" تؤجل فهم الدروس إلى غد".

**حكمة**

**من يزرع المعروف يحصد الشكر**

## الومضة الرابعة عشرة

# الشباب الملتزم والتمريض

"التمريض فتنة" عبارة سمعتها من بعض الشباب الملتزمين.. وكان لي حولها عدة استفهامات وتعجبات.

وحتى لا يقع طالب أو طالبة التمريض في مواجهة شرسة مع مثل هذه العبارات؛ آثرت الحديث عن هذه النقطة في هذا الكتاب.

أولاً: التمريض مهنة الصحابيات - رضوان الله عليهن - .

وثانياً: وجود الاختلاط في مهنة التمريض لا يحرمها؛ فدلوني على عالم حرم دراسة مهنة التمريض؟

بالطبع؛ كل ما نسمعه عن مهنة التمريض من تشويه، ما هو إلا من بعض المتحمسين الذين يجهلون واقع وحقيقة مهنة التمريض المليئة بالرحمة، والتي لو شاهدوها عن قرب لندموا عن تفريطهم في دراسة هذا التخصص المهم؛ بل إن هناك أحد كبار العلماء في المملكة ذكر – في



الألوكة
www.alukah.net

إحدى القنوات الفضائية - بأن ابنته تدرس التمريض.

ثالثاً: نحن كأصحاب مهنة "التمريض" لا ينقصنا شرف، حتى نسمع ثناء من هذا، ولا يقلل قدرنا حسد، أو نقد من ذاك.

بل؛ بقدر ما نعتز بمهنتنا - ونحاول أن نرسم لها صورة مشرقة بدراستها الدراسة الجادة، وإتقانها في ميادين العمل - بقدر ما نرفع سمعة هذه المهنة عالياً فوق السحاب.. "ولا يضر السماء نبح الكلاب".

وإياك يا طالب ويا طالبة التمريض الانجرار خلف رأي فلان من الناس - في مهنة التمريض - فقط، لأنه ملتزم؛ لأنه ليس كل ملتزم طالب علم، وليس كل طالب علم مفتياً؛ بل كن كالجبل رسوخاً في حب مهنتك، والدفاع عنها بكل ثقة.

وأنا... "وأعوذ بالله من كلمة أنا" ممرض ملتزم.. أقصر ثوبي، وأعفي لحيتي، وأحافظ على صلواتي، ومن الدارسين في مدارس حلقات تحفيظ القرآن الكريم، ولم أجد أي مانع يمنعني من أداء ما أمرني الله به بعد دخولي في هذه المهنة، بل وجدت العديد من أبواب الدعوة إلى الله مشرعة أبوابها من خلال هذه المهنة.

وبحمد الله .. المستشفيات وسائر القطاعات الصحية، مليئة بالممرضين الملتزمين والمحافظين على صلواتهم، والمتمسكين بالتزامهم،



ومن كلا الجنسين الذكور والإناث.

وليعلم كل شاب ملتزم: بأن الدين الإسلامي لا يقف بوجه أية مهنة تخدم الأمة؛ ولكن فهمنا المريض، وجهلنا السقيم، هو ما يجعلنا ننظر إلى الأمور بمنظور ضيق ومن جانب واحد.

وختاماً أقول:

الفتن موجودة في كل مكان: في الأسواق، والشوارع، والمستشفيات، والمدارس، والجامعات، وغيرها؛ لكن يبقى هناك إيمان يمنع المؤمن عن الوقوع في المحظورات الشرعية، ويبقى الإنسان مخيراً لا مسيراً قال تعالى: (وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْن) (البلد:١٠). أي طريق الخير وطريق الشر.

**حكمة**

**البستان الجميل لا يخلو من الأفاعي**



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الخامسة عشرة

# علاقتك مع مدربك

مدرب الكلية كالأكسجين للطلاب؛ لا يمكنهم الحصول على المهارات العملية بدونه.

فالمدرب هو المحطة الأولى التي يقف عندها طالب التمريض؛ فإن تزود من هذه المحطة بالطاقة الكافية واللازمة، استغني عن غيرها من المحطات، وإن لم يتزود بالطاقة الكافية، فقد يقف في منتصف الطريق أو أوله.

لذا.. فمن أعظم النعم على طالب وطالبة التمريض أن يكون لهما مدرب ومدربة جيدان، ونشيطان، وعاشقان لتقديم المهارات.

وهنا نوصي جميع الطلاب والطالبات إلى ضرورة التعاون مع مدربيهم ومدرباتهن؛ فهي فرصة قوية لكسب المهارات التمريضية



المختلفة، قبل الدخول في المرافق الصحية.

همسة: وراء كل طالب ناجح مدرب ناجح، ووراء كل طالب فاشل مدرب فاشل - إلا من رحم ربي - .

**حكمة**

**العمر هو الشيء الوحيد الذي كلما زاد نقص**



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة السادسة عشرة

# علاقتك مع مكتب التدريب في المستشفى

مكتب التدريب في أي مستشفى مسؤول عن طلاب التدريب، وطالبات التدريب؛ فهو المسؤول عن وضع الجداول والأقسام لكل مجموعة.

فلا تظن أخي الطالب وأختي الطالبة بأنك ستكون لوحدك في المستشفى؛ بل سيكون عليك مشرف تدريب يتابع الحضور والانصراف، ومسؤول أيضاً عن تدريبك.

لا تحاول التمرد على تعليمات مكتب التدريب في المستشفى لأن لديه صلاحيات بطرد أي طالب وطالبة غير متعاونين مع المكتب.

احرص على أن تكون علاقتك مع مكتب التدريب جيدة؛ فمن يدري؟.. ربما تعمل في نفس المستشفى.



ختاماً: تعليمات وملاحظات مكتب التدريب في المستشفى بخصوص اللبس، والبطاقة، ومواعيد الحضور والانصراف، هي تطبق على الجميع.

لذا؛ لا تغضب من التعليمات، ولا تحاول التمرد عليها.

**حكمة**

عظَمة عقلك تخلق لك الحساد.. وعظَمة قلبك تخلق لك الأصدقاء



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة السابعة عشرة

# احذر من الشعور الانهزامي

أحياناً تشعر - عندما تفكر في تخصص التمريض والمسؤوليات المترتبة عليه - بأنك لا تستطيع تحمل المسؤولية.

وهذا الشعور قد ينتاب أي شخص في أية مهنة.

فمثلاً المعلم؛ لو تخيل نفسه وهو في الفصل، وأمامه (٣٠) طالباً، ولديه إشراف، وحصص انتظار، وتحضير، وشرح!! عند هذا التصور والتخيل قد يصل إلى شعور انهزامي بأنه غير مؤهل لهذا العمل التربوي.

ولكن؛ بعد أول يوم عمل في المدرسة - وبالتحديد بعد الحصة الأولى - يذهب ويتلاشى (٩٠٪) من هذا الشعور.

وأنت يا طالب التمريض.. ويا طالبة التمريض..



نفس هذا الشعور الانهزامي يتلاشى، وسيذهب بعد أول حقنة تعطيها لمريض.

لذا.. لا تجعل الشعور بالهزيمة يسيطر عليك، وأنت إلى الآن لم تدخل في المباراة.

**حكمة**

دقيقة الألم ساعة .. وساعة اللذة دقيقة



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الثامنة عشرة

# انتقِ مجموعتك بعناية

ينزل الطلاب إلى المستشفيات على مجموعات قد تحددها الكلية والمعهد، وقد يسمح للطلاب والطالبات بتكوينها.

لذا؛ إن أعطيت الحرية في تكوين مجموعة؛ فاختر أفضل زملائك وأنشطهم، أو انضم إلى مجموعة نشيطة ومتميزة.

فالصاحب ساحب، وماذا نتوقع من طالب فاشل أن يضيف لك من معلومة أو مهارة؟!

ليتك فقط تسلم من فشله ولا يعديك به.

وفي المقابل؛ ترجو من طالب ناجح أن يشرح لك العديد من المهارات، وتسمع منه الكثير من المعلومات.

وغالباً ما تكون سمعة المجموعات ظاهرة؛ فيقال مجموعة فلان نشيطة، ومجموعة فلان متمردة، ومجموعة فلان محبوبة...إلخ.

فما هي المجموعة التي تحب أن تنضم إليها؟!

أترك الخيار لك.. لعقلك وقلبك؛ لا لطيشك وغفلتك.

**حكمة**

يستطيع الشيطان أن يكون ملاكاً.. والقزم عملاقاً.. والخفاش نسراً والظلمات نوراً.. لكن أمام الحمقى والسذج فقط

## الومضة التاسعة عشرة

# لا تتسرع ولا تتوقف

يعجبني ذلك الطالب الذي يقف بجانب المرض والطبيب يحاول معرفة ما يريدون، ثم يستأذنهم بالتنفيذ.

فلا هو العجل الذي يحاول التطبيق بمفرده، ولا هو الخائف الذي يقف كجماد لا حركة تصدر منه.

أذكر أن طالباً من زملائي، أخذته العجلة وذهب لتنفيذ أمر طبيب مكتوب في ورقة أمام الطبيب.

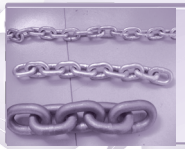
كان الأمر هو حقنة الفولتارين.

وفعلاً؛ أعطاها الطالب للمريض بشكل صحيح، ولكن تفاجأ الجميع بعد ذلك بأن المرض قد أعطى المريض الحقنة، وبذلك يصبح المريض قد استقبل حقنتين؛ واحدة من المرض والثانية من الطالب!!



لذا؛ احذر من التسرع، ولا تظن بأن المهارات ستطير؛ بل سيرزقك الله بآلاف غيرها.

فلا التسرع نريد، ولا التوقف والجمود؛ بل الاهتمام، والحرص، والنشاط، مع الاقتراب من الطبيب والممرض دائماً.



**حكمة**

قوة السلسلة تقاس بقوة أضعف حلقاتها



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة العشرون

# احرص على الدورات والمحاضرات

لدى الطالب والطالبة أثناء فترة دراسته في الكلية أو المعهد قابلية ودافع عظيم للدراسة، بالإضافة إلى وقت فراغ كبير، قد لا يتوافر بعد حصوله على الوظيفة.

فمثلاً؛ لدى الطلاب والطالبات العطلة الصيفية (٣) شهور!! لماذا لا تشغل هذه الشهور الثلاث في دورات تمريضية مكثفة كالمصطلحات الطبية مثلاً؟!!.

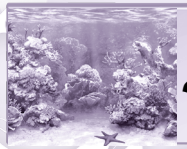
هناك معاهد لغة إنجليزية أيضاً، يمكنك الدخول في إحدى برامجها أو دوراتها.

حتى أثناء فترة دراستك؛ إن صادفت إعلاناً لمحاضرة تمريضية، أو دورة تدريبية قصيرة، يمكنك حضورها؛ فلا تتردد.



كما لا أنسى أن أذكر بأهمية ألاَّ يرهق الطالب أو الطالبة نفسيهما في دورات مبالغ في أسعارها؛ بل لينتقيا ما يناسب وضعهما، وحالتهما المادية؛ وليعلما بأن الفرص كثيرة، إن ضاع أحدها، سيجدان ما يغنيهما الله عنها.

**حكمة**



**لا يوجد رجل فاشل؛ ولكن يوجد رجل بدأ من القاع وبقي فيه**



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الحادية والعشرون

# الخطأ متوقع .. فلا تحزن

هناك طلاب وطالبات تمريض لديهم حساسية مفرطة في التعامل مع الأدوات الجراحية، والأجهزة الطبية، في المرافق الصحية.

وكل هذا بسبب الخوف من التسبب مثلاً في تعطيل جهاز، أو فقدان أداة جراحية.

وهنا نؤكد؛ بأن تعطل الأجهزة وارد، وفقدان الأدوات الجراحية متكرر، فلا تحزن أخي الطالب وأختي الطالبة، إن كان لكما سبب في مشكلة سابقة.

لكن؛ هناك أجهزة موصولة بمريض، وهناك أجهزة معزولة تماماً، لا صلة لها بالمريض.

فالحالة الأولى لا يمكنك فيها استعمال الجهاز؛ لأن الخطأ قد ينعكس على المريض.



أما في الحالة الثانية؛ فالخطأ متوقع ومهما بلغ فله حلول، ولكن ما أجمل أن يرافقك ممرض ليشرح لك طريقة عمل الجهاز قبل أن تنفرد بتشغيله بنفسك!

الخلاصة؛ هي أنك كطالب وطالبة متوقع الخطأ منكما أكثر من الممرض والممرضة.

لذا.. يتحمل الممرض والممرضة جزءاً من أخطاء الطلاب والطالبات؛ لأن معلوماتهم وخبراتهم ضعيفة تحتاج إلى متابعة.

**حكمة**

اختر كلامك قبل أن تتحدث، وأعط للاختيار وقتاً كافياً لنضج الكلام؛ فالكلمات كالثمار تحتاج لوقت كاف حتى تنضج.



الألوكة
www.alukah.net

# الومضة الثانية والعشرون
## نفسيتك تتحسن شيئاً فشيئاً

يشعر بعض طلاب وطالبات التمريض في بداية دخولهم التخصص بتردد وأشياء لا يعلمون سببها.

قد تظهر عليهم أعراض؛ منها..

- قلة الاهتمام بالدراسة
- وعدم الاهتمام بالتعليمات

ولكن بعد مرور الوقت ينقلب حالهم (١٨٠) درجة؛ من الأسوأ إلى الأحسن.. فأين السر؟

السر هنا هو ..

- أن منهم من كان يشعر في بداية دخول التخصص بأن لا مستقبل له.
- أو ربما كان يشعر بأنه أمام تخصص معقد يحتاج إلى الكثير من الجهد.
- ومنهم من شكلت الدراسة باللغة الإنجليزية عقدة له.

وكل هذه الأمور اختفت وتلاشت بعد التأقلم مع الوضع الجديد في التخصص، ولم يعد هناك أي مبرر للخوف أو القلق؛ فانعكست الحالة، وتحولت من القاع إلى القمة.

همسة: كثير من الطلاب مروا بنفس هذه الحالة، فالسعيد من اتعظ بغيره، والشقي من اتعظ غيره به.

**حكمة**

كن على حذر من الكريم إذا أهنته، ومن اللئيم إذا أكرمته، ومن العاقل إذا أحرجته، ومن الأحمق إذا رحمته.

# الومضة الثالثة والعشرون

## أنت لا تعلم شيئاً؛ ولكنك ستعلم كل شيء

يقول إدولف هتلر: "الناجحون لم يولدوا ناجحين، إنهم يصبحون ناجحين؛ لأنهم عودوا أنفسهم على فعل الأشياء التي لا يرغب الفاشلون في فعلها.. الناجحون لا يحبون دائماً ما يفعلونه، لكنهم يفعلونه رغم ذلك، ولذلك هم الناجحون".

وهكذا طالب التمريض وطالبة التمريض.. لم يولدا وبأيديهما حقن، وضمادات، وجبائر؛ فلا تستغرب إن دخلا إلى المستشفى، أو المركز الصحي خاويي اليدين من أية مهارة.

كلنا دخلنا المستشفيات والمراكز الصحية، ونحن لا نعرف ألف التمريض من بائها؛ ولكن منا من خرج كما دخل، ومنا من أتقن ودرس وثابر، حتى وصل إلى ما وصل إليه.



فالمستشفى والمركز الصحي مدرسة أخرى تتخرج فيها؛ إما ناجحاً وإما راسباً.

فلا تحزن إن دخلت المعهد، والكلية، والمستشفى، والمركز الصحي، وأنت لا تعلم شيئاً؛ لأنك ستتعلم كل شيء مهم - بإذن الله -.

ابدأ بالصعود إلى سلم النجاح درجة درجة، ولا تنظر إلى الوراء؛ بل إلى الأمام.

**حكمة**

**يشعر بالسعادة من يغسل وجهه من الهموم، ورأسه من المشاغل، وجسده من الأوجاع**



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الرابعة والعشرون

# استفد من زميلك المجتهد

يوجد في كل كلية أو معهد تمريض عباقرة وأذكياء بارزون أمام زملائهم، ومتواضعون.. فهل أنت قريب منهم؟!

دائماً ما نواجه صعوبات في الدراسة، ومشكلات في المذاكرة، ومواقف تحتاج إلى مساعدة.

لذا.. وجودك بالقرب من طالب مجتهد يضمن لك فرصة للحصول على مفتاح لحل العديد من مشكلاتك الدراسية.

لا تتردد أبداً في الاقتراب من الناجحين والمجتهدين، ولا تخجل من سؤالهم، واحرص على ألا تكثر الأسئلة عليهم؛ بل حدد ما أشكل عليك، وستجد أنهم يرحبون بذلك.

**حكمة**

إذا بلغت القمة فوجه نظرك إلى السفح؛ لترى من عاونك في الصعود إليها، وانظر إلى السماء؛ ليثبت الله أقدامك عليها

## الومضة الخامسة والعشرون

# لا ترهق نفسك في الوظيفة وأنت ما زلت طالباً

من الطلاب مَنْ لا تفكير له من أول يوم دخل فيه تخصص التمريض إلا بالوظيفة.. متى تأتي، وكيف تأتي؟

فبدلاً من أن يشغل نفسه بالمذاكرة والجد والاجتهاد؛ أهلك نفسه في متابعة كل خبر في صحيفة عن وظائف التمريض.

هناك مثل صيني يقول: "لا تعبر جسراً حتى تأتيه".

أي: لا تفكر في شيء أنت لم تصل إليه أصلاً.

وأعظم من هذا كله قوله تعالى: (وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ مَاذَا تَكْسِبُ غَدًا) (لقمان: ٣٤). فلا تفكر في الغد؛ بل اليوم، واعمل على أنك ستتوظف، وستصل إلى أعلى ما تريد، ولا تنسَ أن تتوكل على ربك.

**حكمة**

تكلم وأنت غاضب.. فستقول أعظم حديث تندم عليه طوال حياتك



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة السادسة والعشرون

# أين مكان تدريبك؟!

يتعمد بعض الطلاب والطالبات اختيار أقسام وعيادات معينة، أثناء فترات نزولهم إلى المستشفيات ومراكز الرعاية الصحية الأولية.

أكثر ما يفضله الطلاب والطالبات؛ الأقسام والعيادات التي لا يوجد فيها عمل كثير، أو مراجعون.

وهذا جهل من أولئك الطلاب والطالبات؛ لأن كثرة المرضى، يضمن لك كثرة المهارات التي ستمر على يديك، والتي ستصقلك في المستقبل، لتصنع منك ممرضاً ناجحاً.

أما الهروب إلى أقسام ضعيفة، وعيادات قليلة.. لا مهارة فيها تتكرر، ولا حالة فيها تتطور؛ فهذه الأقسام والعيادات تعتبر قاتلة لطلاب وطالبات التمريض، وهم أول من يندمون على دخولها.

لذا؛ عليك بالأقسام القوية؛ كالطوارئ، والعناية المركزة، والعناية القلبية، وحتى مراكز الرعاية الأولية؛ عليك بعيادة الضماد، والتطعيمات.

الخلاصة: القسم القوي يصنع طالباً قوياً في مستقبله التمريضي.

والعكس صحيح فالقسم الضعيف؛ لن ينتج إلا طالباً ضعيفاً في مستقبله التمريضي.

**حكمة**

**حسن الخلق يستر كثيراً من السيئات، كما أن سوء الخلق يغطى كثيراً من الحسنات**

## الومضة السابعة والعشرون

## هل تشعر أنك تتطور أم تتردى؟

يمر على كل طالب وطالبة تمريض فصول دراسية وسنوات إلى أن يتخرج.. فهل يشعر الطالب والطالبة بزيادة في المعلومات والمهارات التمريضية - بين كل فصل دراسي وآخر - أم أنه يتردى في الحضيض؟

للأسف، قد يبتلى طلاب وطالبات التمريض بكلية ضعيفة، أو بمحاضر ضعيف؛ ولكن قد يكون العيب والخلل بالطالب نفسه.

فلا هو يذاكر ولا يريد أن يفهم!!

لا انضباط؛ لا بحضور ولا محاضرة، ولا إعداد؛ لا لبحث ولا لمهارة، فقط.. يريد الشهادة!!.

الشهادة قد تغطي وجه صاحب عمل إداري، أما أصحاب المهن؛ فالشهادة تعري وجوههم لا تغطيها.

فأنت أخي الطالب ستقف في المستشفى وأمامك (١٠) مرضى، كلُ



يحتاج إلى تعامل خاص وحذر؛ فماذا ستفيدك هنا شهادتك المزخرفة؟!

لا شيء؛ سوى ساعديك، ومهاراتك.

لذا؛ أدرك نفسك بنفسك .. أخي طالب التمريض.

وأدركي نفسكِ بنفسك .. أختي طالبة التمريض.

واحرصا على التطوير والمثابرة، لا الكسل والإهمال.

**حكمة**

قليل من العلم مع العمل به .. أنفع من كثير من العلم، مع قلة العمل به



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الثامنة والعشرون

# اقرأ .. اقرأ .. اقرأ

توجد في أوقاتنا ساعات فراغ كثيرة، لا نعلم بأي شيء نشغلها.

ساعة على التلفاز، وأخرى على الشبكة العنكبوتية، وثالثة مع الهاتف النقال، ورابعة مع صديق.

ولم تفكر - يوماً ما - في أن تمسك بكتاب وتقرأ.

لا أقصد هناك القراءة لأجل الدراسة؛ بل القراءة الحرة التي تفتح لك آفاقاً في الحياة.

للأسف؛ اعتاد طلابنا على تضييع أوقاتهم في الهواتف النقالة، وغيرها من الأشياء التي لم ترفعهم خطوة واحدة في سلم المجد.

اذهب إلى المكتبة.. واقتنِ كتاباً مفيداً، يحمل علماً غزيراً، وفكراً نيراً.

اقرأ ولو عشر صفحات كل يوم، حتى تشعر أنك قد اعتدت على القراءة، وحينها؛ اجعل قراءة الكتب هي الهواية المحببة لملء وقت الفراغ.

همسة: لا تبخل على نفسك بشراء كتاب؛ لأن الفوائد التي تجنيها منه لا تقدر بثمن.

**حكمة**

**الإنسان لا لحمه يؤكل... ولا جلده يلبس..**
**فماذا فيه غير حلاوة اللسان**

## الومضة التاسعة والعشرون

# الأخلاق ثم الأخلاق

"إنما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق" ، هذه الكلمات هي لأطهر الخلق محمد ﷺ .

الأخلاق مثل السيل يعرف مجراه، فإن سار لم يتوقف، ولم يستطع أحد إيقافه.

وهكذا، صاحب الخلق؛ يعرف مسار الأخلاق؛ فلا يتوقف عن السلوك الحسن، ولا يتأثر بكلام الآخرين.

الابتسامة مثلاً.. ماذا تكلفك؟

لا شيء؛ عضلات تتمدد وتتقلص.

السلام؛ بضع كلمات.

التواضع؛ إراحة القلب من عناء الكبر.



العلم؛ أعظم مسكن للأعصاب.

النصيحة؛ هدية مجانية لا تقدر بثمن.

كل هذه الأخلاق إن عودت عليها نفسك - أخي الطالب وأختي الطالبة - ستنعكس على حياتك العملية في المستقبل القريب - بإذن الله -.

**حكمة**

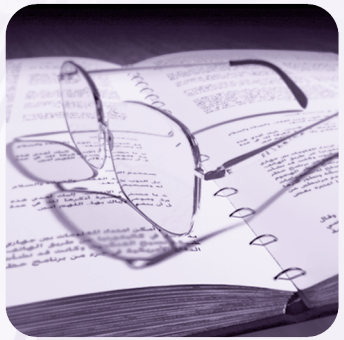
**الصحة هي الشيء الذي يجعلك تشعر بأن اليوم الذي تعيشه، هو أفضل وقت في السنة**



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الثلاثون

# كن مثقفاً ذكياً



تحتاج إلى ذلك.. الثقافة والذكاء.

إن مستقبلك المهني يحتاج إلى ثقافة تمريضية عالية، وذكاء حاد في التعامل مع مختلف الظروف.

قد تقع في خطأ كبير؛ ولكن ذكاءك يخلصك منه، بعد توفيق الله تعالى.

وقد تتوقف في قضية ما، لا تعلم أين المخرج منها، ولكن ثقافتك - مثل المفتاح - تعرف أين مكان القفل.

لذا؛ نمي ثقافتك بالمعلومات، وبالاطلاع على الصحف المحلية، والكتب الثقافية، ودرب نفسك على التخيل والتفكير في كل ما حولك؛ فهذا مما يحفز ذاكرتك، ويزيد من قوة ذكائك.



والتمريض كمهنة؛ هو للأذكياء، والحريصين على سعة الأفق.

لذا؛ لا يستمتع الأغنياء والجهلة بمهنة التمريض، ولو جلسوا فيها سنين؛ بل دائماً يتذمرون منها.

**حكمة**

أولى لك أن تتألم لأجل الصدق .. من أن تكافأ لأجل الكذب



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الحادية والثلاثون

# كن واثقاً من نفسك

معلوماتك .. مهاراتك .. شهادتك .. معدلك .. كلها أشياء مساعدة في تعزيز ثقتنا بأنفسنا؛ ولكن الحقيقة هي أن الثقة الحقيقية ما كانت نابعة من شعور داخلي لديك بأنك تستطيع، وبأنك تستحق، وبأنك سعيد.

أذكر أول يوم دخلت فيه المستشفى - وأنا طالب في سنة ثانية كلية - كاد قلبي أن يقف!!

أحسست أنني مسؤول عن كل حركة في المستشفى، أحسست أنني متهم في كل خطأ طبي قد يحصل، أحسست أنني مطارد وعليَّ الهروب.

كانت المسألة هي زيارة لطالب في مستشفى؛ كان من الطبيعي لها أن تمر بابتسامة، ومشاهدة، ولكنها مرت لي برعب، وخوف، وقلق.

فأين الخلل؟! وما هو السبب؟!



الحقيقة؛ هي أنني لم أكن واثقاً من نفسي أصلاً.

لم يكن لدي الشعور الداخلي الذي يقول: "أنا قوي" .. "أنا أستطيع" .. "أنا سعيد".

لذا؛ كن واثقاً بالله ثم بنفسك في كل كلية، وفي كل معهد، وفي كل جامعة، وفي كل مرفق صحي تدخل إليه، وتعمل فيه.

**حكمة**

إذا أعطيت فقيراً سمكة تكون قد سددت جوعه ليوم واحد فقط..
أما إذا علمته كيف يصطاد السمك، تكون قد سددت جوعه طوال العمر



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الثانية والثلاثون

# لا تصدق كل ما يُقال عن المرضين والمرضات

هناك فئة من المجتمع ما زالت تنظر إلى مهنة التمريض نظرة عداء، وتهمة، وإهمال.

هذه النظرة مقتصرة على المرض السعودي، والممرضة السعودية فقط، فيا له من ظلم!!.

لذا؛ لا تستغرب - أخي الطالب وأختي الطالبة - إن سمعت في مجلس تطرح فيه قضية التمريض، أن يصلب فيها المرض والممرضة على جبلي أجا وسلمى.

هكذا اعتدنا من مجالسنا؛ ظلم صريح، وتجريح فظيع؛ لأبناء الوطن من المرضين والممرضات.

المصيبة أنها قد تصل إلى التشكيك بالشرف والنزاهة!!

فهل تصدق ما يقوله السفهاء من الناس؟!



لو كانت مهنة التمريض مهنة غير شريفة، لما اختارتها أشرف النساء؛ الصحابيات - رضوان الله عليهن -.

لذا؛ لا تصدق ما يقوله الناس من سوء، وكذب، وزور، حتى لو قال لك أحدهم: "رأيت بعيني"، و"سمعت بأذني".

فإما أن يكون كاذباً وهذا هو الأكثر، وإما أن تكون حالة شاذة وفردية.

وختماً أقول: لن يضر المرض والممرضة كلمة رماها سفيه في مجلس، أو غبي في مقهى؛ بل هما أسمى وأرقى من ذلك كله.

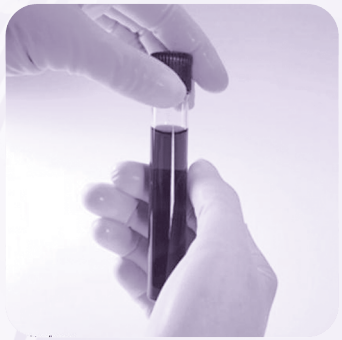
وكما يقال: "القافلة تسير، والكلاب تنبح".

**حكمة**

الإنسان الناجح هو الذي يغلق فمه قبل أن يغلق الناس آذانهم، ويفتح أذنيه قبل أن يفتح الناس أفواههم



الألوكة
www.alukah.net



## الومضة الثالثة والثلاثون

# عود نفسك على الدقة

تحتاج مهنة التمريض إلى الدقة في كل شيء.

في المهارات، في المحاليل، في الأدوية، في التعامل مع الأجهزة، وغيرها.

لذا؛ إن لم تعود نفسك - أخي الطالب - على الدقة من الآن فستتعب غداً.

لنأخذ على سبيل المثال مهارة تخطيط القلب.

لو قمت بعمل كل ما يتعلق بالتخطيط الصحيح، ونسيت - فقط - خاتماً في إصبع المريض؛ خرجت نتيجة التخطيط غير دقيقة.

وكذلك لو استطعت تحديد وريد، وأدخلت الكانيولا فيه، ثم تحركت حركة بسيطة لخرجت الكانيولا من مكانها.

وكل هذه الأمور قد تكون، وقد تحدث؛ ولكن بسبب غياب الدقة في العمل.



نحن هنا لا نشدد الأمور، ونصعبها؛ بل نبحث عن الدقة، والحرص على التعامل بحذر.

ولا بأس بأن نخطئ مرة ومرتين؛ ولكن العيب هو أن نهمل مبدأ الدقة في العمل أصلاً، ولا نراعيه حق المراعاة.

**حكمة**

**لا تدع لسانك يشارك عينيك عند انتقاد عيوب الآخرين، فلا تنس أنهم مثلك لهم عيون وألسن**



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الرابعة والثلاثون

# التمريض مهنة الشجاعة والعاطفة

لا زلت أتذكر أحد زملائي، اختار بعد السنة لأولى تخصص المختبرات الطبية، بعد أن كان يحب ويريد التمريض.

سألته عن السبب؛ فقال: "بأنه يخاف من وخز الإبر".

وهنا أؤكد؛ بأن التمريض مهنة شجاعة، تحتاج إلى قلب قوي، وخصوصاً في الأقسام الحرجة؛ كغرفة الإنعاش، والعناية المركزة، والعمليات.

ولكن هي أيضاً مهنة عاطفية بامتياز.

فهذا طفل يبكي يحتاج إلى من يمسح دمعته.

وذاك كبير في السن يحتاج إلى من يسنده.

وذاك جائع يحتاج إلى من يطعمه.



فالمهنة؛ تجمع بين العاطفة والشجاعة، وهذه الخاصية تجعلها تحمل توازناً قوياً وثابتاً.. لا تهزه الشدة، ولا تثنيه العاطفة.

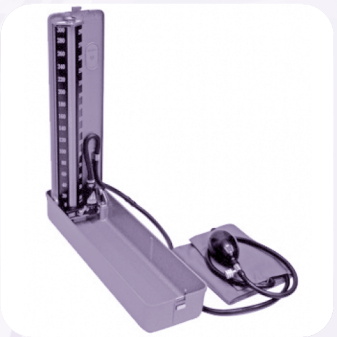
لذا؛ لا تصدق إن قيل لك بأن مهنة التمريض مهنة نسائية؛ لأنها تحتاج إلى شجاعة، والشجاعة والقوة متوافرة في الرجال أكثر من النساء.

**حكمة**

من ركب الحق غلب الخلق



الألوكة
www.alukah.net



## الومضة الخامسة والثلاثون

# أكثر التخصصات احتياجا

من أكثر الأشياء المثيرة للقلق لدى طلاب وطالبات التمريض هي الزوبعات الإعلامية التي تقول: "بأن المعاهد والكليات الصحية تخرج أكثر من الاحتياج المطلوب".

وهذه أكبر كذبة سمع بها القرن الحالي.

كل مستشفى يئن إلى الله تعالى من نقص الكوادر التمريضية، وهم يعكسون الحقيقة ويقولون؛ لا حاجة لسوق العمل بهذه الأعداد.

لذا؛ إياك أخي الطالب وأختي الطالبة أن تصدقا مثل هذه الأخبار الكاذبة، والأمور التافهة.

نحن ما زلنا بحاجة للتمريض إلى (١٠٠) عام قادمة، والعالم بحاجة إلى التمريض إلى (١٠٠٠) عام قادم.

أما بعد ألف عام فسيكون هناك كلام آخر.



الألوكة
www.alukah.net

**حكمة**

لا يباع الحطب قبل قطعه، ولا يباع السمك في البحيرة

## الومضة السادسة والثلاثون

# المشكلات في كل مكان وليست في التمريض فقط!!

قد تسمع أخي الطالب وأختي الطالبة عن ممرض أهمل مريضاً، وعن ممرضة تعرضت لتحرش، وعن أمور وقضايا مختلفة من هذا القبيل.

وهنا نقول لإيضاح الأمور:

كل مهنة وفيها علية وسفلة.

كل دوام فيه انضباط وإهمال.

كل عمل له حسنات وسيئات.

كل شخص معرض للصواب والخطأ.

لذا؛ توقع أن تسمع قضايا مخزية عن ممرض، وقضايا مخجلة عن ممرضة، فما دام أن الغالب هو الصلاح فما يضرنا؟!



إننا بتضخيم أخطاء الممرضين والممرضات، ننسى ونتناسى أن هناك مهناً تحدث فيها كوارث ومصائب، ولا أحد يتكلم عنها، أو حتى يشير إليها.

فهل المشكلات والقضايا محصورة في بيئة التمريض؟!.

بالطبع لا يقول هذا عاقل، بل هي في كل مكان، وفي كل زمان، وليست مقتصرة على مهنة دون أخرى.

**حكمة**

عندما يمشي الكسل في الطريق، فلابد أن يلحق به الفقر



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة السابعة والثلاثون
## ستُعجب بكل ممرض تشاهده

هناك حالة نفسية يصاب بها كل ممرض وممرضة عند رؤيته المرضين والممرضات، وهم يعملون في المستشفيات والمراكز الصحية.

إن رأى ممرضاً يركب كانيولا؛ قال في نفسه هذا زعيم.

وإن شاهد ممرضاً يوقف نزيفاً؛ قال في نفسه هذا شجاع.

وإن لاحظ ممرضاً يحول مريضاً إلى غرفة العمليات؛ قال في نفسه هذا مخلص.

وفي الحقيقة هذه هي بيئة وعمل التمريض، ولكن جهل طالب وطالبة التمريض بها، جعله يعجب بكل ممرض يراه، أو ممرضة يراها.

بعد معرفة طالب وطالبة التمريض جزءاً - ولو بسيطاً - من



المهارات مع تطبيقها بمفرده، سيعرف الحقيقة، ويهدأ عندها إعجابه الثائر.

ولكن كلنا نعترف؛ بأن مهنة التمريض مهنة حركة، ونشاط، وفن، تثير الإعجاب، وتلفت الأنظار.

**حكمة**

أموت محبوباً خير لي من أن أعيش مكروهاً



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الثامنة والثلاثون

# مسكين أنت إذا كان هذا هو تفكيرك!!

مما يثير الغضب والشفقة في نفس الوقت هو ما تسمعه من فئة قليلة، وقليلة جداً من بعض طلاب وطالبات التمريض؛ من أن بيئة التمريض هي بيئة مليئة بالغزل والحب!!

وصاحب هذا التفكير مسكين وغبي..

فأين الغزل من أنين المرضى والمصابين؟!!

وأين الحب من كثرة الحالات والأعباء؟!!.

لا شك أن صاحب فكرة الغزل والحب سيعلم؛ بأن المشقة والتعب هي بيئة العمل الحقيقية للممرض والممرضة، لا الغزل والحب، لكن أحببت أن تصل إليه الرسالة مبكراً.

ستشاهدون في مهنة التمريض من يحمل الدبلوم، والدبلوم العالي، والبكالوريوس، وربما تشاهدون من يحمل الماجستير أو الدكتوراه.



ولكن أيضاً ستشاهدون من يحمل فكرة الحب والغزل!!.

فما هو مكان صاحب فكرة الحب والغزل، أمام حملة الشهادات؟!

بالتأكيد في أسفل سافلين، لا مكان له من الوجود المشرق والعظيم.

فاختر لنفسك مكاناً مشرقاً في المستقبل، ولا تنحدر في سفالات الحب، ومنحدرات الغزل.

**حكمة**

إذا أردت أن تحتفظ بصديق، فكن أنت أولاً صديقاً



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة التاسعة والثلاثون

## حاول مراجعة الأشياء المهمة

تمر على طالب وطالبة التمريض دروس مهمة، ومواد قيمة، يحتاجون إليها في بيئة العمل.

فإن تُركت بدون مراجعة؛ سواءً في العطلات، أو حتى بعد التخرج، فسيطرأ عليها النسيان، وتخسرها.

لذا؛ حاول الاحتفاظ بالكتب، والمحاضرات المهمة مثل:

- الإسعافات الأولية.
- بعض الأدوية.
- بعض الأمراض الشائعة؛ مثل السكري والضغط.
- المصطلحات الطبية.

وهكذا؛ أي محاضرة، أو مادة، أو حتى معلومة تشعر بالحاجة الماسة إليها، احرص على مراجعتها حتى لا تنساها.



وكن على ثقة؛ بأنه حتى الأطباء يراجعون معلوماتهم، ويحافظون عليها.

لذا؛ المراجعة ليست عيباً، وكذلك النسيان طبيعة؛ ولكن الاستسلام له هو الخطأ.

**حكمة**

احترس من الباب الذي له مفاتيح كثيرة



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الأربعون

# من تدخل فيما لا يعنيه سمع ما لا يرضيه

قد تشاهد أخي الطالب أختي الطالبة ملاحظات مختلفة في الكلية التي تدرس فيها، أو حتى في المرفق الصحي الذي تتدرب فيه.

وهنا؛ قد يدفعك الفضول إلى إبداء الملاحظات، وتقديم النصائح.

قد يكون هذا جميلاً منك؛ ولكن تذكر أنك طالب، وهناك من يرى ذلك من المسؤولين، وقيامك بهذا ربما يشعرهم بأنك تتدخل في أعمالهم.

هذا الإحساس نشعر به كلنا؛ عندما يأتينا شخص ويلقي إلينا ملاحظات كان من الأولى أن تصدر من المسؤول لا منه؛ فنشعر بشيء من الغضب.

لذا؛ من الأفضل تجنب إبداء الملاحظات، إلا في حدود ما يضرك،



وما تتعارض عنده مصلحتك، أما غير ذلك؛ فالأفضل لك الصمت، حتى لا تستمع إلى كلمة لا ترضيك؛ وفي كلتا الحالتين .. احتسب الأجر عند الله تعالى.

**حكمة**

كل الظلام الذي في الدنيا، لا يستطيع أن يخفي ضوء شمعة مضيئة



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الحادية والأربعون

# فترة الكلية فترة سهر لا نوم

تعد فترة الدراسة للطالب والطالبة أصعب فترة في مشوارهما للوصول إلى عالم التمريض.

من الطلاب من يدرس سنتين ونصف، ومنهم من يدرس ثلاث سنوات ونصف، ولأصحاب البكالوريوس خمس سنوات.

وهذه السنين كلها تمر وتنتهي؛ فما إن نغمض عيناً ونفتح الأخرى، إلا ونرى ضوء التخرج قد ظهر.

لذا؛ من المؤسف والمحزن أن تكون هذه الفترة الذهبية (فترة الدراسة) قد ذهبت في إهمال، ونوم، وقليل فائدة، بدلاً من السهر، والجد، والاجتهاد.

ولنتذكر جميعاً؛ بأن ساعة اللهو والنوم تذهب لذتها، وساعة الجد والاجتهاد تذهب معاناتها، وحينها يبقى لنا ما حصلناه من علم ومعرفة.

فاغتنموا فترة الدراسة، ولا تضيعوا أوقاتها؛ بل احرصوا على كل دقيقة منها.

**حكمة**

خير لك أن تسأل مرتين، من أن تخطئ مرة واحدة

## الومضة الثانية والأربعون

# المواقع التمريضية على الشبكة العنكبوتية

تتوافر على الشبكة العنكبوتية العديد من المواقع التمريضية السعودية والعربية.

وهذه المواقع تحتوي على آلاف المواضيع، والمهارات، وما يتعلق بالأنظمة واللوائح، والبحوث والدراسات، وكل ما يمت إلى التمريض بصلة.

فهذه المواقع بمثابة موسوعات نحتاج إلى الاستفادة منها جميعاً.

فهل زرت أخي الطالب مثل هذه المواقع؟

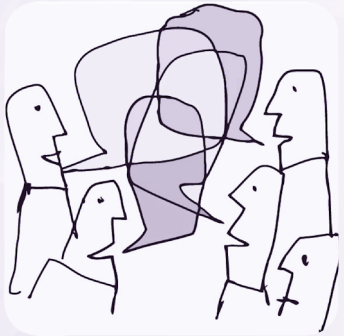
وهل زرتِ أختي الطالبة مثل هذه المواقع؟

أنصح الجميع بزيارتها، والمشاركة فيها، والبحث عما يحتاجون إليه.

**حكمة**

**يسخر من الجروح كل من لا يعرف الألم**





## الومضة الثالثة والأربعون

# لا تقنط من كثرة العاطلين

مما يثير الحيرة والقلق لدى طلاب وطالبات التمريض، هو رؤيتهم لدفعات تخرجت قبلهم، ولم تتوظف إلى الآن.. فما سيكون حالهم؟

كان من الأفضل لكل طالب وطالبة في أي تخصص، سواءً أكان تمريضاً، أم صيدلة، أم غيره، ألا يشغل تفكيره في أمور الوظيفة، وهو ما يزال الآن على مقاعد الدراسة؛ لأن التفكير في هذه الأمور قد يوصله إلى اليأس، وبالتالي يؤثر ذلك على مستواه الدراسي، وربما فكر في ترك الدراسة، والبحث عن تخصص آخر.

وهذه الأمور كلها من وساوس الشيطان؛ فأنت إذا تخرجت ستحصل - بإذن الله - على شهادة هيئة التخصصات، ثم بعد ذلك تستطيع التقديم على أكثر من وزارة، فتطرق أكثر من باب.. لا باباً واحداً.

السبب الحقيقي لكثرة العاطلين؛ هو بحثهم عن باب واحد، ووزارة



الألوكة
www.alukah.net

واحدة فقط.

هناك مستشفيات خاصة تعطي رواتب عالية .. أين هم منها؟!

النقطة الأهم التي أود التذكير بها؛ هي أن هناك قطاعات عسكرية وأمنية، تفتح القبول لتخصص التمريض، ولكن بعد اختبارات.

فكن جاهزاً لها، وخصوصاً ما يتعلق باللغة الإنجليزية، والمصطلحات الطبية.

فلا تهمل نصيحتي هذه، وضعها في محمل الجد.

**حكمة**

**لا تفتح باباً يصعب عليك إغلاقه**

## الومضة الرابعة والأربعون

## دائماً النشيط محبوب وموفق

الطالب النشيط، والطالبة النشيطة هما روح الكلية، وهما الوحيدان اللذان إذا غابا سئل عنهما.

فهل أنت طالب نشيط؟

وهل أنتِ طالبة نشيطة؟

الطالب النشيط هو الذي:

- يحضر مبكراً.
- يتابع المحاضرات مع المحاضرين.
- ينظم جداول شعبته.
- يحاول الإصلاح بين زملائه المتخاصمين.

هذه بعض سمات هذا الطالب النشيط، فهل تحب أن تكون مثله؟!



الألوكة
www.alukah.net

ختاماً أقول: دائماً ما يُوَفِّق النشيط في كل أمرٍ يعرض له؛ فقد تكتب له وظيفة قبل غيره، وقد يحصل على منصب في وقت مبكر.. وهكذا؛ لأن النشيط محبوب من الجميع.

**حكمة**

**الحذر لا يمنع من القدر**

## الومضة الخامسة والأربعون

# لكل مرفق صحي نظام؛ فلا تستغرب ذلك!

قد يضطرب طلاب وطالبات التمريض أثناء فترات تدريبهم في المستشفيات، والمراكز الصحية، من كثرة الاختلاف بين الأنظمة المعمول فيها بين كل مرفق صحي وآخر.

وهنا نقول لكل طالب وطالبة؛ استعد لمثل هذه الأمور والاختلافات.

فقدرات وهمم المرافق الصحية مختلفة؛ منها النشيط، ومنها الخامل، ومنها المجتهد، ومنها المقصر، ومنها ما هو في غيبوبة لا يعلم متى ستفيق منها.

لذا؛ حاول اتباع وتقبل الأنظمة واختلافها بصدر رحب، وتذكر بأن الخطوط الحمراء والعريضة متفق عليها، ولكن هناك تجاوزات فيما عدا ذلك.



الألوكة
www.alukah.net

ونحن هنا لا نقر أي تجاوز في الأنظمة؛ بل نهيئ طلابنا وطالباتنا نفسياً للتعايش مع الأمر، والتعامل معه التعامل الأمثل.

**حكمة**

**لا نستطيع رؤية أخطائنا إلا بعيون الغير**

## الومضة السادسة والأربعون

# النظرة الدونية لطلاب وطالبات التمريض

هناك نماذج سيئة لفئة قليلة من طلاب وطالبات التمريض تسيء لسمعة البقية.

فلا التزام بلبس، ولا انضباط بسلوك، ولا احترام لنظام؛ بل هم في الحضيض، ولا أعرف كيف سيكون مستقبل المريض مع أمثالهم.

ولكن؛ لا نشك ولا نغمض أعيننا عن طلاب وطالبات هم أفضل من مئات من الممرضين والممرضات، حتى وإن كانوا تحت مسمى طالب أو طالبة.

لذا؛ خرجت نظرة دونية ظالمة لطلاب وطالبات التمريض، رأت السيئ، وتعامت عن الحسن.



الألوكة
www.alukah.net

فلا تحزن أخي الطالب وأختي الطالبة من النظرة الدونية؛ بل تجاوزا هذه النظرة إلى أبعد منها، إلى مستقبل مشرق ينتظركما بفارغ الصبر.

**حكمة**

**لا يجني علة المرء إلا يده**

## الومضة السابعة والأربعون

# لا تحاول تفضيل التمريض على غيره

في كل كلية تخصصات طبية متعددة، تمريض، مختبرات، أشعة، صيدلية.. إلخ من التخصصات.

وتظهر بعد السنة الأولى (السنة التحضيرية) مسألة أي تخصص أهم؟!!.

وهنا يتصارع الطلاب والطالبات لانتقاد تخصص، والثناء على آخر، وقد تصل المسألة إلى اعتبار دخول إحدى التخصصات عيباً!!.

وهذا جهل عظيم؛ فالمستشفيات بحاجة إلى كل هذه التخصصات، والمجتمع أيضاً بحاجة إليها.

فأنا ممرض، ولكن أحتاج إلى فني المختبر لإجراء تحليل لي، وأحتاج إلى فني الأشعة لعمل صورة لي، وأحتاج إلى الصيدلي في صرف الدواء؛ فأين تلك الخلافات التي أسمعها بين الطلاب والطالبات.



الألوكة
www.alukah.net

حاول دائماً تحديد ميولك ورغبتك، ثم بعد ذلك تمسك بما اقتنعت به، ولكن الأهم هو ألا تنتقد تخصصاً آخر مهما كان؛ لأننا بحاجة إلى كل هذه التخصصات وأكثر.

**حكمة**

**عند الأعمى جميع الألوان تتشابه**

## الومضة الثامنة والأربعون

# دعهم يعترفون بك

قد يواجه طالب التمريض وطالبة التمريض مواقف محرجة أمام الأقارب والزملاء.

فمنهم من قد يسألك عن أشياء طبية لا تعرف عنها شيئاً.

ومنهم من قد يأسى عليك بأن طابور الوظيفة قد يطول.

ومنهم من قد يستصغر معهدك الذي درست فيه، أو شهادتك.

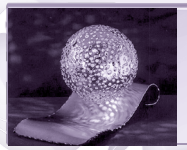
وهنا.. لا تصمت بل دعهم يعترفون بك.

حاول إعطاءهم ما تعرفه من معلومات صحية، وأثنِ على مهنتك، وامدح معهدكِ الذي درست به، وشهادتك التي حصلت عليها، وأشعرهم بثقتك بنفسك، وتفاؤلك بقرب الوظيفة.



الألوكة
www.alukah.net

دعهم يعترفون بك؛ كشخص مهم، لديه طموح، ولا يحتاج إلى شفقة وعطف؛ بل إلى تشجيع وتفاؤل.



**حكمة**

**ليس كل ما يلمع ذهباً ولا كل ما يبرق فضة**

## الومضة التاسعة والأربعون

# استخر واستشر عند توافر أكثر من فرصة

عندما يفتح باب وظائف التمريض في وجه أي طالب وطالبة قد يكون واسعاً، وفي أكثر من جهة؛ وهذا من فضل الله تعالى.

لذا؛ إن قُبلت في وظيفتين فاستخر الله سبحانه، ثم استشر الآخرين، وناقش مع نفسك هذه النقاط:

- هل الوظيفة حكومية أو تعاقد؟
- هل هي في مدينتك أو خارجها؟
- هل هي تلبي طموحاتك أم تقتلها؟
- هل راتبها أعلى أم أقل؟
- هل نظام العمل فيها مريح أم أنه شاق؟

كل هذه النقاط وغيرها؛ فاضل فيها بين الوظائف، إن وفقك الله



الألوكة
www.alukah.net

وقبلت في أكثر من مكان.

لكن؛ أذكر الجميع.. بأن الفرصة قد لا تتكرر إلا مرة واحدة في العمر؛ فلا تجعلها تضيع، فتندم عليها طوال حياتك.

**حكمة**

**ينام الحق أحياناً لكنه لا يموت**



# ١٧ ومضة في فترة الامتياز

الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الأولى

# ما هي فترة الامتياز؟

هي فترة تدريب عملي مكثف في نهاية دراسة الطالب والطالبة في الكلية.

وتكون فترة الامتياز خارج الكلية تماماً؛ بحيث يرتب جدول للطالب لكي يتدرب في المستشفيات، أو المراكز الصحية، من قبل مكاتب التدريب في المستشفيات.

ولا علاقة للكلية أو المعهد الذي تخرج فيه الطالب والطالبة بأي شأن.

وتكون مدتها ستة أشهر لطلاب وطالبات الدبلوم، وسنة كاملة لطلاب وطالبات البكالوريوس.

وتكمن أهمية هذه الفترة في أنها تعتبر بمثابة الأستاذ الحقيقي لطالب وطالبة التدريب.



الألوكة
www.alukah.net

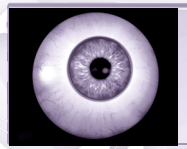
ففي هذه الفترة؛ يستطيع الطالب والطالبة تطبيق المهارات التي تعلمها نظرياً في الكلية، بشكل عملي - على المريض - داخل المستشفى أو المركز الصحي.

وكذلك تتيح هذه الفترة للطالب والطالبة المتدربين فرصة اكتساب مهارات تمريضية جديدة.

لذا؛ أقول لكل طالب وطالبة تمريض:

- من جد في فترة الامتياز .. وجد.
- ومن زرع في فترة الامتياز .. حصد.
- ومن سار في فترة الامتياز على الدرب .. وصل.

**حكمة**



**من نظر في عيبه انشغل عن عيوب الناس**

## الومضة الثانية
# لا تخف ولا تحزن

إياك ثم إياك أن يسيطر الخوف على قلبك؛ بحيث يجعلك في معزل عن أداء أية مهارة تمريضية.

لا.. للخوف؛ لأنه لا فائدة منه، فغداً سوف تصبح ممرضاً، ومسؤولاً عن مرضى، وإن لم تتعلم الآن.. فمتى؟

لذا؛ حاول تحويل الخوف من سلبي إلى إيجابي، فبدلاً من الهروب عن أداء المهارات التمريضية، حاول المسارعة إلى أدائها خوفاً من الجهل بها.

حتى الحزن احذر منه.

فقد يعتريك في هذه الفترة شعور، وأنت تشاهد المرضين والممرضات يتقنون المهارات، وأنت لا تمتلك (١٠٪) مما يمتلكون.

لا تحزن لأنك تستطيع أن تلحق بهم وتتفوق عليهم.



الألوكة
www.alukah.net

بهمتك العالية ..

وإصرارك على التعلم ..

وحرصك على الفائدة ..

عندها سوف تصبح الـ(١٠٪) التي تمتلكها (٩٠٪) و (٩٩٪) بإذن الله.

وتذكر بأن جميع هؤلاء المرضين والممرضات كانوا طلاباً مثلك، لا يعلمون شيئاً.

وهاهم الآن يستلمون مرضى، ويديرون أقساماً، وكل شيء يبدأ بذرة، ثم ينمو وينمو.

وأيضاً يا طالب ويا طالبة الامتياز؛ لا تخافا ولا تحزنا، فأنتما بذرة، وسوف تنموان وتصبحان أشجاراً مثمرة في هذه المهنة - بإذن الله - .

**حكمة**

**قد يرى الناس الجرح الذي في رأسك، لكنهم لا يشعرون بالألم الذي تعانيه**

## الومضة الثالثة

# اجعل علاقتك طيبة مع ممرضي القسم

الأخلاق مفتاح القلوب؛ فالتحية صباحاً تفتح النفوس، والابتسامة تشرح الصدور.

وحتى تجد - يا طالب ويا طالبة الامتياز - عناية مميزة في هذه الفترة، عليك أن تجعل علاقتك مع المرضين والممرضات حسنة ورفيعة.

فمساعدتك لهم في أعمالهم تشعرهم بقربك منهم.

ومشاركتك لهم في أحاديثهم تعمق الود بينكم.

وتقديمك لوجبة الإفطار لهم في أحد الأيام، يجعل جميع الأمور الرسمية تزال؛ وكأنك موظف تعمل معهم في نفس القسم.

وكل هذا في النهاية سوف ينعكس عليك في فترة الامتياز.

فتلقائياً .. سوف تجد من يقف معك ليشرح لك المهارات التمريضية،



الألوكة
www.alukah.net

والأجهزة الطبية، والأنظمة والقوانين.

والعكس أيضاً صحيح.

فإن كانت علاقتك سيئة مع ممرضي وممرضات القسم، أو مكتب التدريب في المستشفى؛ فلن تجد من يقف معك - ليساعدك ويشرح لك - في هذه الفترة المهمة والحساسة.

ونصيحة مجرب:

الامتياز فترة وسوف تذهب، ولكن سوف تبقى العلاقات الطبية التي زرعتها في القسم، وأيضاً سوف تبقى العلاقات السيئة التي أحدثتها في القسم؛ فاختر أي الطريقين تسير عليه.

**حكمة**

**من وعظ أخاه سرا فقد نصحه، ومن وعظه علانية فقد فضحه**

## الومضة الرابعة
# المهارات التمريضية

لكل مهنة مهاراتها، ولكل مهارة ممارسوها ومتقنوها.

وسوف يجد الطالب والطالبة في فترة الامتياز مئات من المهارات التمريضية تتراقص أمامه، قد تجعله في "حيصَ بيصَ" لا يعرف من أين يبدأ، ولا إلى متى ينتهي!!.

لذا؛ سوف أضع عدة نقاط مهمة، على كل طالب وطالبة أن يضعها نصب عينيه في هذا الموضوع:

١) لا تهمل أية مهارة تمر عليك، حتى لو كانت بسيطة جداً؛ مثل تغيير الأسرة، أو قياس العلامة الحيوية.

٢) لا ترفض أداء أية مهارة تمريضية تطلب منك، حتى لو كنت تتقنها؛ لأن رفضك إياها، ربما يعني حرمانك من تأدية المهارات الأخرى.



الألوكة
www.alukah.net

٣) ابدأ بالمهارات الأساسية، وركز عليها؛ كإعطاء الحقن، وتركيب القسطرة الوريدية ( IV - cannula) وكرس جهودك فيها، حتى توقن يقيناً جازماً بأنك لا تواجه أية صعوبة فيها، لتنتقل إلى تعلم غيرها من المهارات.

٤) اجعل لديك قائمة من المهارات التي تنوي تطبيقها، وضع علامة عند كل مهارة أتقنتها، وكل مهارة لم تتقنها.

٥) إياك والهروب من تطبيق المهارات التمريضية الصعبة، لأن الهروب بوابة الفشل.

٦) انظر بعينيك؛ كيف يتم تطبيق المهارات التمريضية، ثم حاول تطبيقها بيديك.

٧) عند فشلك في تطبيق مهارة تمريضية على مريض، حاول نداء أي ممرض لكي يقوم بعملها؛ لأن المريض قد يقبل منك خطأ في أول مرة، أما في المرة الثانية، فقد يغضب عليك، ويحدث بينكما شجار أنت في غنى عنه.

٨) استفد من خبرة بعض المرضين والممرضات من ذوي الخبرة، سواءً من السعوديين أو غيرهم؛ فقد تجد عندهم طرقاً في عمل المهارات التمريضية جديدة، وأكثر دقة.



٩) هناك بعض المهارات التمريضية يخطئ فيها حتى المرضين الممارسين لها، وذلك لحساسيتها، ودقتها.

لذا؛ لو وقع وأن أخطأت في إحداها أكثر من مرة، فلا تعتقد أنك فاشل فيها؛ بل حاول وكن على علم بأن الجميع يخطئ، ولا أحد معصوم من الخطأ.

١٠) من يعمل كثيراً يخطئ كثيراً، والعكس أيضاً صحيح؛ فمن لا يعمل لا يخطئ.

وهكذا أيضاً بالنسبة لك يا طالب ويا طالبة التمريض؛ فبقدر عكوفكما على تطبيق المهارات التمريضية بنهم وشغف، بقدر ما يكون هناك هفوات وزلات.

أما الطالب والطالبة اللذان لا يعملان؛ فبدون شك.. لن يخطئا، وأيضاً لن يتعلما.

١١) تذكر أن هذه المهارات التمريضية قد يكون بحاجتها أحد أقربائك .. أمك .. أبوك .. إخوتك .. وغيرهم؛ وإتقانك لها يعني مساعدتك لهم في حال حاجتهم إليها.

١٢) سوف تندم على كل مهارة أهملت تعلمها، بعد أن تصبح موظفاً؛ لأنك سوف تضطر لتعلمها من جديد.



الألوكة
www.alukah.net

١٣) توكل واستعن بالله تعالى، قبل وبعد عمل أية مهارة تمريضية.

١٤) تذكر بأن المهارات التمريضية تقدم خطوة خطوة، وليس مباشرة.

١٥) لا تخجل من السؤال في حال وجدت أي غموض في تأدية أية مهارة تمريضية.

١٦) معظم المهارات التمريضية تنفذ في المناوبة الصباحية؛ لذا.. احرص على المناوبة الصباحية، وعض عليها بالنواجذ.

**حكمة**

**إن كنت على حق فلا داعي لرفع صوتك**

## الومضة الخامسة

# استلام القسم والمرضى

في أي قسم تعمل به؛ حاول الحضور باكراً لاستلام القسم والمرضى، حتى لو حضرت قبل بداية الدوام.

فمثلاً إذا كان دوامك في الساعة الثامنة صباحاً، ودوام الممرضين يبدأ في الساعة السابعة صباحاً، فاحرص على الحضور في السابعة مع الممرضين، لكي تشاهد كيف يتم تسليم واستلام القسم والمرضى، وأيضاً حتى تكسب ثقة موظفي القسم.

وهنا؛ أوصي طالب وطالبة فترة الامتياز، بتعلم كيفية استلام المرضى والقسم.

فتسليم الحالات يسمى (endorse) إندورس، وفيه يتم شرح كامل عن الحالات، وآخر المستجدات والتطورات فيها.

ويقوم الممرضون بملاحظة المريض، والتأكد من وجود مجرى



الألوكة
www.alukah.net

وريدي، أو قسطرة بولية، أو غيرها من الأدوات الطبية، أو الأجهزة، التي يحتاجها المريض، وموصولة به.

والأهم طبعاً؛ التأكد من وعي، وسلامة المريض.

وكذلك التأكد من أجهزة القسم الغالية الثمن.

وكذلك فحص عربة الطوارئ في القسم، والتأكد من صلاحية الأدوية.

وكذلك عد أمبولات الأدوية المخدرة في خزنة القسم، والتأكد من عدم نقصان أي أمبولة.

كل هذه الأمور يحتاج طالب وطالبة الامتياز إلى الحرص على معرفتها؛ لأنها تحتاج إلى وقت، وأيضاً تحتاج إلى سرعة لتطبيقها.

ولا بأس بأن تسجل حالات المرضى في ورقة، وتتابعها، حتى وإن كنت غير مسؤول عنها؛ لتعود نفسك على هذا الجو الذي سوف ينعشك في المستقبل.

**حكمة**

**أقم صلاتك تنعم بحياتك**





# تعلم اللغة الإنجليزية من غير الناطقين بالعربية

تبقى ممارسة اللغة الإنجليزية تحدثاً مع الناطقين بغير اللغة العربية، فرصة ذهبية لإتقان اللغة الإنجليزية.

وفي فترة الامتياز؛ سوف يواجه طلاب وطالبات الامتياز ألسناً غير عربية يمكن التحدث معها باللغة الإنجليزية.

ومحاولة إيصال ما تود إيصاله من معلومات بأسلوب، وحسب ما تمتلكه من مفردات سيكون في بداية الأمر أشبه بمسرحية مضحكة، تختلط فيها الجمل العربية بالكلمات الإنجليزية.. لكن؛ هذا فقط في البداية؛ لأن تعود اللسان على التخاطب سوف يتطور ويتطور باللغة الإنجليزية.

ولم نسمع عن رجل خرج من بطن أمه يتكلم لغة فصيحة وبطلاقة؛ كل لغة تحتاج إلى صبر وتعود.



الألوكة
www.alukah.net

ولا تخجل من الحديث باللغة الإنجليزية، ولو بكلمات مكسرة، وعبارات غير مكتملة؛ لأن العيب ليس بالمحاولة والفشل؛ بل العيب في الاستسلام، ومحاولة تكسير اللغة العربية، لكي تفهمها الممرضة أو الممرض اللذان لا يتحدثان اللغة العربية.

حاول حفظ الكلمات الشائعة في الاستخدام داخل المستشفى.

أخيراً: محاولتك التحدث باللغة الإنجليزية تفرض لك احتراماً من الجميع، واستسلامك وتكسيرك اللغة العربية للممرض والممرضة اللذان لا يتحدثان اللغة العربية ينقص قدرك عند الجميع، حتى من المرضى والمراجعين في كثير من الأحيان.

الخلاصة: طالب التمريض الذي يتحدث اللغة الإنجليزية بطلاقة سيكون قائداً وزعيماً في المستقبل القريب، لأن أكبر سر لتفوق التمريض الأجنبي هو طلاقته بالحديث باللغة الإنجليزية.

**حكمة**

**من سعى جنى، ومن نام رأى الأحلام**

## الومضة السابعة

# تعرَّف على الأدوية عن قرب

لا يوجد طالب أو طالبة تمريض إلا ودرس مادة عن الأدوية وأشكالها وطرق إعطائها.

لكن؛ يظل المستشفى أشبه بحقل تجارب لكي يطبق فيه طالب وطالبة التمريض ما تعلمه من الأدوية بأنواعها.

أهم؛ بل وأخطر ما يجب أن نتعلمه من الأدوية .. هي الأدوية الوريدية أي: التي تعطى عن طريق الوريد.

لأن ما يعطي بالوريد يصل إلى القلب مباشرة.

فتعرف الطالب والطالبة في فترة الامتياز على الأمبولات وأشكالها، والمحاليل وأنواعها، وما يحتاج إلى تخفيف جرعته بحيث يعطي مخففاً مع (١٠٠ ملي) مثلاً من المحلول الملحي (Normal saline)، ومالا يعطي مثلاً لبعض المرضى الذين يحملون أمراضاً مزمنة كالسكري



الألوكة
www.alukah.net

والضغط، وما إلى ذلك من الأشياء المهمة للغاية.

وهذا لا يعني إهمال التعرف على الأدوية التي تعطى عن طريق الفم؛ من شراب، وحبوب، وكبسولات، أو غيرها.

لأن هناك من الحبوب مثلاً قد تؤدي إلى حدوث مضاعفات خطيرة للمريض وفي دقائق؛ مثل أدوية القلب والضغط وغيرها.

وهذا الكلام لا يعني الخوف من الأدوية، ومحاولة وضع علامة (X) إكس عليها أثناء فترة الامتياز؛ بل هو محاولة مني لشحذ الهمم، حتى تكونوا على علم بأهمية معرفة الأدوية في المستشفى، وطرق إعطائها.

وحتى تطمئنوا فهناك (٥٠٪) أو (٦٠٪) من الأدوية تذكر بالمستشفيات باستمرار دون غيرها، بل حتى الأدوية الخطيرة يخاف العديد من الأطباء من كتابتها للمريض، لكن تبقى سعة اطلاع طلاب وطالبات التمريض على الأدوية، وقاية لهم في مستقبلهم الوظيفي من أي خطأ - لا سمح الله -.

**حكمة**

**إصلاح الموجود خير من انتظار المفقود**

## الومضة الثامنة

# تعرف على أقسام المستشفى بتفاصيلها

أذكر عندما كنت طالباً في المستشفى، سألني المدرب عن مخزن القسم الذي أنا فيه، فلم أعرف أين مكانه.

وبالطبع؛ سوف يمر كل طالب وطالبة في فترة الامتياز على عدة أقسام في مستشفى واحد، وربما أكثر من مستشفى.

وأن يعمل الطالب في قسم لمدة أسبوع أو أسبوعين، أو أكثر أو أقل، وهو لا يعلم عنه شيئاً؛ فهذا أمر مؤسف حقاً.

لذا؛ عزيزي الطالب عزيزتي الطالبة:

لابد وأن يكون لديكما صورة شاملة عن الأقسام التي تعملون فيها، فهذا يخلق لكما ثقافة عما هو في المستشفى، وماذا يوجد فيه من أقسام، وماذا يميز كل قسم عن الآخر.. وهكذا.



الألوكة
www.alukah.net

نقطة أضعها هنا:

هي أنه لا يوجد قسمان متشابهان في أي مستشفى بنسبة (١٠٠٪)

بل؛ لابد من وجود فروقات.. لذا؛ ابحث عنها.

حكمة

الجهل شر الأصحاب

## الومضة التاسعة

# احذر من الغياب والتأخير

معضلة يعاني منها مدربو طلاب وطالبات التمريض أثناء فترة الامتياز؛ وكأن المستفيد من فترة التدريب، هو المدرب وليس الطالب والطالبة.

أشاهد كغيري من الممرضين كثرة غياب طلاب وطالبات التمريض، في صورة تجعل المرء يأخذ انطباعاً سيئاً عن هذا الطالب أو تلك الطالبة.

قد يتعذر بعض الطلاب والطالبات للغياب أو التأخير بحجج متعددة أثناء فترة الامتياز؛ منها:

- طول فترة الامتياز "ستة أشهر".
- عدم وجود عناية من بعض الممرضين والممرضات داخل الأقسام.
- شدة بعض المدربين.
- ظروف واهية من نوم وعمل، وأشياء لا تنتهي.



الألوكة
www.alukah.net

وكل هذه الحجج مرفوضة؛ لأن الغياب أو التأخر عن الحضور ليس حلاً لها، بل لا يزيد الطين إلا بلة كما يقال.

فالخاسر الأول من الغياب والتأخير هو أنت أيها الطالب، وأنتِ أيتها الطالبة؛ فالغياب يتسبب لكما بأمورٍ عديدة منها:

١) خسارة في تعلم مهارة جديدة.

٢) حسم نقاط ودرجات من قبل مسؤولي التدريب.

٣) سمعة سيئة من قبل المحيطين بك.

٤) قلة اهتمام ممرضي المستشفى والقسم بك؛ فطالب وطالبة يداوم بالقسم كموظف، ليس كطالب يحضر يوماً ويغيب أياماً، ويحضر ساعة ويغيب ساعات.

في النهاية أقول:

فترة الامتياز لك أيها الطالب، ولك أيتها الطالبة، سوف تمضي بخيرها وشرها؛ فإما أن تشغل أيامها وساعاتها؛ بل ودقائقها بالتدريب والتعليم، وإلا فإنها سوف تذهب بلا رجعة.

**حكمة**

**ترك الذنب أيسر من الاعتذار**

## الومضة العاشرة

# المفكرة احملها في جيبك

تمر على الطالب والطالبة أثناء فترة الامتياز العديد من المعلومات الكثيرة، والمصطلحات الطبية، والاختصارات المتعددة.

فإن لم تقيد هذه المعلومات بالكتابة سوف تطير هذه المعلومات وتفر.

ومن أبسط وأنجع الحلول؛ حرص طالب وطالبة التمريض - أثناء فترة الامتياز - على حمل نوتة صغيرة، تسهل عليه كتابة ما يصطاده من الفرائد والفوائد - داخل المستشفى - بكل بساطة وسهولة، حتى يتمكن من مراجعتها واستذكارها بعد ذلك، حين الرجوع إليها.

بل؛ أوصي بأن يحمل كل إنسان مفكرة معه بشكل دائم أينما كان، حتى يسجل كل ما يطرأ عليه، ويستجد، في كافة مناحي الحياة.



الألوكة
www.alukah.net

الخلاصة: حمل طالب وطالبة التمريض نوتة في جيبه دليل على حرصه ووعيه، وأنه يريد أن يتعلم ويستفيد.

**حكمة**

عندما تكون في روما، تصرف كما يتصرف الرومان

## الومضة الحاية عشرة

# ملفات المرضى .. من حقك أن تطلع عليها

ملفات المرضى من أهم الأشياء التي تحمي المرض والطبيب، وكل من له علاقة بهذا المريض من الكادر الطبي، لأن التوثيق في الملف يخلي المسؤولية في حال وقوع أية مشكلة، أو شكوى تخص المريض - لا سمح الله -.

لذا؛ على طالب وطالبة التمريض، أثناء فترة الامتياز، أن يضع ضمن أولوياته التَعَرُّف على ملفات المرضى.

وحتى يسهل الموضوع.. سوف أضع بعض النقاط التي تساعد في هذا الموضوع - بإذن الله - :

أولاً: تعرف على النماذج والتقارير الطبية الموجودة في المستشفى، ولماذا تستخدم؟ ومتى؟.

ثانياً: تعرف على كيفية ترتيب ملف المريض.



الألوكة
www.alukah.net

ثالثاً: تعرف على الأوراق المهمة في ملف المريض قبل غيرها. مثل؛ ورقة أوامر الطبيب (Doctor order)، وورقة الملاحظات التمريضية (Nursing Notes)، وورقة إقرار المريض لأي إجراء جراحي أو غيره (Consent).

رابعاً: لست مطالباً بفهم دقائق وتفاصيل عن جميع حالة المريض؛ بل يكفي أن تحرص على قراءة المعلومات المهمة في ملف المريض فقط، وتترك الباقي للطبيب.

خامساً: حاول المساهمة في ملف المريض أثناء فترة الامتياز؛ مثل تعبئة بعض النماذج، أو ترتيب بعض الملفات، أما إن استطعت كتابة الملاحظات التمريضية أثناء فترة الامتياز (Nursing Notes) فأنت بطل بامتياز؛ لأنك اجتزت خطوة متقدمة ومهمة في المهارات التمريضية.

سادساً: تعرف على الأماكن التي يتطلب على الممرض التوقيع عليها في ملف المريض. مثل؛ ورقة الأدوية، والملاحظات التمريضية (Nursing Notes)، ورقة تعليمات الطبيب (Doctor order)، وغيرها من الأوراق التي يجب أن يكون للممرض توقيعه



الخاص فيها.

سابعاً: لا تخجل من سؤال رؤساء الأقسام عن مثل هذه الأمور، التي توجد في ملفات المرضى؛ لأنهم أعلم الناس بها.

حكمة: في سعة الأخلاق كنوز الأرزاق.

حكمة

في سعة الأخلاق كنوز الأرزاق



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الثانية عشرة
# تعلم من الأطباء

من المعلوم أن أهم كادر طبي في المستشفيات بعد التمريض هم الأطباء.

ولم يحصلوا على هذا الشرف بوراثة ولا بواسطة بل؛ بالعلم.. فكلنا يعلم مشقة دراسة الطب، وكذلك المسؤوليات الملقاة على الطبيب في المستشفى.

لذا؛ على طالب وطالبة التمريض - أثناء فترة التدريب - محاولة الوقوف مع الطبيب عند تشخيصه للمريض، ومحاولة سؤاله بلطف، ومساعدته في تأدية بعض المهارات الطبية.

وليحرص أيضاً طالب وطالبة التمريض على مرافقة جولة الأطباء صباحاً على المرضى داخل الأقسام (Doctors Round) لأن فيها يتم فحص المرضى من قبل الأطباء، وإعطاء الأوامر للممرضين،



وتقرير التعليمات من عمليات، أو أشعة، أو أدوية يحتاج إليها المريض.

وبالطبع؛ تختلف هذه الأمور والتعليمات من مريض لآخر، حسب الحالات والأعمار وغيرها.

فوجودك - يا طالب الامتياز، ويا طالبة الامتياز - بجوار الأطباء، يعطيكما سيلاً جارفاً من المعلومات الطبية المختلفة.

وهنا شمعة تقول:

الأطباء مناجم للعلوم، من دخل معهم إلى مناجمهم خرج لامعاً لا يصدأ، ومن استغنى عنهم، بقى فقيراً معدماً يسأل عند الأبواب والممرات، عن دراهم من المعلومات.

**حكمة**

**لا تكن حلواً فتُؤكل، ولا مراً فتُرمى**



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة الثالثة عشرة

# حاول فرض نفسك بقوة

غالباً لن يدخل فترة الامتياز طالب لوحده، أو طالبة لوحدها، بل لابد من مجموعة كاملة تدخل فترة الامتياز إما (٢٠) أو (٣٠) طالباً؛ أقل أو أكثر.

ومن المستحيل على ممرضي وممرضات الأقسام معرفة وحفظ جميع أسماء المجموعة كاملة.

وهنا تبدأ مسرحية داخل أقسام المستشفى، يديرها طلاب الامتياز؛ فمن خرج في نهاية المسرحية بأنه هو البطل فسوف يُعرف، ويُحفظ اسمه، ويُحترم شخصه.

وأيضاً في فترة الامتياز.. يستطيع الطالب والطالبة إثبات قدراته ومهاراته أمام الجميع بكل ثقة، مما يجبر الجميع على معرفته، ووضعه



في مكان لائق به.

فكم من طلاب وطالبات في فترة الامتياز أصبح المرضى يسألون عنهم، أكثر من المرضين أنفسهم!!.

وكم من طلاب وطالبات في فترة الامتياز يلتزمون بمواعيد الحضور والانصراف، أكثر من بعض المرضين والممرضات!!.

وكم من طلاب وطالبات في فترة الامتياز يتقنون العديد من المهارات التمريضية، أكثر من بعض المرضين والممرضات.

وفي النهاية: يفرضون أنفسهم في أماكن تدريبهم وبقوة.

فحاول يا طالب الامتياز، ويا طالبة الامتياز أن تفرضا نفسيكما بقوة وجدارة..

- بإتقانكما للمهارات التمريضية.
- بالتزامكما بالحضور المبكر.
- بحرصكما على اللباس المناسب للعمل.
- بأخلاقكما العالية مع الجميع.
- بعنايتكما للمرضى.



الألوكة
www.alukah.net

في النهاية أذكر:

بأن السلامة من الحسد والحاسدين مستحيلة، فليحرص كل من أراد فرض نفسه بقوة على عدم النظر إلى الوراء؛ بل السير وبسرعة نحو القمة.

**حكمة**

**لا خير فيمن لا يَأْلَفُ ولا يؤلف**

## الومضة الرابعة عشرة

# استفد من كل قسم تأتي إليه

قد يكون لدى الطالب أو الطالبة - قبل فترة الامتياز - فكرة عن أقسام المستشفى، تجعله يكره بعض أقسام المستشفى، ويحب أخرى.

ولابد من معرفة أمر مهم.

وهو أن جميع أقسام المستشفى فيها مرضى، ويحتاجون لرعاية؛ فكرهك أو حبك لهذا القسم أو ذاك، يجب ألا ينعكس على المرضى المنومين فيه.

وعموماً - وحسب خبرتي واطلاعي -: يفضل العديد من الطلاب والطالبات - أثناء فترة الامتياز - قسم الطوارئ لكثرة الحالات وتنوعها، وتعدد المهارات التمريضية فيها، بعكس الأقسام الداخلية.

وهذه الفكرة خاطئة وغير مكتملة الصحة.

فكما أن لقسم الطوارئ أهميته، وحالاته، ومهاراته، التي يندر وجودها في الأقسام الداخلية، أيضاً؛ للأقسام الداخلية حالاتها،



الألوكة
www.alukah.net

وأهميتها، ومهاراتها؛ بل وأدويتها التي يندر وجودها في قسم الطوارئ.

فللأقسام الداخلية روتين خاص بها؛ بل ربما اختلف حتى روتين الأقسام الداخلية لو قارنا بينها.

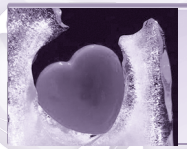
- روتين في استقبال المريض وخروجه.
- روتين في أوقات إعطاء الأدوية.
- روتين في كتابة الملاحظات التمريضية.
- روتين في جولات الأطباء (Doctor Round).

وغيرها من الفروقات التي سوف تجدها في كل قسم تذهب إليه، فقسم الجراحة ليس كالعناية المركزة، وقسم العمليات ليس كقسم الحروق، وقسم الباطنية ليس كقسم الطوارئ.

لذا؛ استفد من كل قسم تذهب إليه، وتتدرب فيه، وتخيل وكأنه قسمك في المستقبل.

وإياك ثم إياك أن تتشاءم من أي قسم؛ بل تفاءل وأشعر نفسك بأهمية كل قسم تذهب إليه.

**حكمة**



**معاتبة الإخوان خير من فقدهم**

## الومضة الخامسة عشرة

# فرص لا تتوفر إلا في فترة الامتياز

من المعلوم أن لكل فترة امتياز جدولاً يمر فيه الطلاب والطالبات على عدد من الأقسام، وليس قسماً واحداً فقط.

بحيث يشاهد الطلاب والطالبات حالات متعددة في أقسام مختلفة، تكسبهم خبرة ومهارة.

فمثلاً لو أراد أحد المرضين من قسم الجراحة - مثلاً - مشاهدة العمليات الجراحية للتعرف على بعض الحالات لما سُمح له؛ لأنه ليس من ممرضي قسم العمليات.

ولو أراد ممرض من قسم الباطنية التدرب - لمدة أسبوع - في قسم جراحة العظام، ليتعلم كيف يتم عمل الجبائر وفكها، لما سمح له؛ لأنه من قسم آخر.

وهكذا يبقى كل ممرض وممرضة أسيراً لما تعلمه - في فترة الامتياز



الألوكة
www.alukah.net

- بنسبة كبيرة.

بهذه الصورة.. أود إيضاح وبيان أهمية فترة الامتياز لطلاب وطالبات التمريض، وأن يعلموا بأن أمامهم في فترة الامتياز فرصاً ذهبية لقطف العديد من الثمار الناضجة في الأقسام، إن لم يقطفوها الآن في فترة الامتياز، فسوف تسقط في الأرض؛ دون أن يستفيد منها أحد.

الخلاصة:

هي أن جميع أبواب أقسام المستشفيات مفتوحة في وجوه طلاب وطالبات التمريض، أثناء فترة الامتياز، وما عليهم سوى استغلال الفرصة بالدخول فيها، والنهل من مهاراتها، والإبحار في أجوائها.

**حكمة**

**من عرف نفسه عرف ربه**



الألوكة
www.alukah.net

## الومضة السادسة عشرة

# أنت طالب ولست موظفاً

ليعلم كل طالب وطالبة أثناء فترة الامتياز بأنه طالب وليس موظفاً، ولا يعني هذا الكلام الانتقاص من قدر طالب وطالبة الامتياز؛ بل مجرد تحديد المسؤوليات.

فمسؤولية الممرض الموظف ليست كمسؤولية طالب متدرب.

وكذلك؛ حتى يعرف الطالب والطالبة بأن للممرض والممرضة سلطة ومسؤولية كبيرة، لا ينبغي أن يتحملها طالب أو طالبة في فترة الامتياز.

لذا؛ على كل طالب وطالبة - أثناء فترة الامتياز - عدم الوقوف في وجه المشكلات الكبيرة في القسم محاولاً مواجهتها، بل عليه أن يتركها للموظفين من الممرضين والممرضات، ولكن لا بأس بأن يساعدهم فيها، وأن يبدي رأيه تجاهها.

وأيضاً؛ على طالب وطالبة التمريض عدم تحمل مسؤوليات القسم بمفرده، بل عليه رفض السماح لمرض بالذهاب - ولو لنصف ساعة - خارج القسم؛ بحيث يغطي مكانه هذا الطالب.

الخلاصة:

كون الطالب والطالبة في مرحلة الامتياز ذا مسؤوليات أقل، ومهمات أخف مقارنة بالممرض؛ لا يعني أبداً استصغار قيمة طلاب وطالبات الامتياز، أو تهميش دورهم؛ بل محاولة لأن يتفرغ هذا الطالب لمهمات تدريبه وتعليمه، وعدم استغلاله من قبل بعض الممرضين؛ لتحمل مهمات ومسؤوليات هو غير مسؤول عنها، وغير مطالب بها.

وتذكر أيها الطالب وأيتها الطالبة:

بأن مجازفتكما في تحمل المسؤوليات - في فترة الامتياز - قد توقعكما في ورطات أنتما في غنى عنها.

**حكمة**

**من لم يقنع باليسير لم يكتف بالكثير**

## الومضة السابعة عشرة

# الحماس تحتاج إليه

يحتاج الطالب والطالبة إلى شحنات قوية من الحماس حتى تزوده بالطاقة، ولا تجعله ينقطع عنها.

وهناك العديد من الأمور التي تلهب الحماس في نفوس طلاب وطالبات الامتياز، وتجعلهم يزيدون من همتهم في هذه الفترة.. منها:

١) تذكر المستقبل الزاهر الذي ينتظرهم بالمستقبل.

٢) استشعار الأجر والمثوبة من الله في كل عمل يقومون به.

٣) تقديرهم لحجم المسؤولية التي ستواجههم في المستقبل.

٤) معايشتهم للحالات الإنسانية التي تحتاج إلى رعاية وخدمة متواصلة.



الألوكة
www.alukah.net

٥) يقينهم بأن مستشفيات الوطن لن يبقى بها إلا أبناؤها؛ فأين هم؟!!

٦) عدم النظر إلى الوراء، أو الالتفات إلى نقد الحاسدين.

**حكمة**

**هي الأخلاق تنبت كالنبات، إذا سقيت بماء المكرمات**

# الخاتمة

إلى هنا؛ أكون قد أتممت ومضاتي الـ(٦٦) معكم؛ فهل ستبخلون على غيركم من الزملاء والزميلات بنقل هذه الومضات إليهم، ليستفيدوا منها؟!

حاولوا إهداء هذا الكتاب بعد الانتهاء منه، أو نصح الغير إلى الاستفادة منه.

وفي الختام:

أود من الجميع أن يساهموا معي في كل فكرة، ونقطة، ولمحة، قد تطرأ عليهم، ويودون لغيرهم أن يستفيدوا منها.

هذا الكتاب هو نقطة واحدة، وقطرة وحيدة، وبداية نسأل الله لها التوفيق؛ ولكن أيضاً لا بد لنا من أن نفعل الأسباب؛ بالبحث عما يريده طالب التمريض، وعما تريده طالبة التمريض.



الألوكة
www.alukah.net

أريد أن أعرف ما هي مشكلاتهم، لأساهم في حلها.

ما هي همومهم؛ لأساهم في البحث عن حلولها.

ما هي طموحاتهم؛ لأنقلها للمسؤولين.

أنتظر تواصلكم معي؛ بالفكرة، والفائدة، والاقتراح، على هذه العناوين:

البريد الإلكتروني: Abdulaziz9955@hotmail.com

صندوق البريد: (١٠٤) تيماء: (٧١٩٤١)

الهاتف النقال: ٠٥٠٣٢٤٥٥١٩

ولا تنسوني من خالص دعائكم.

والحمد لله رب العالمين.



# الفهرس

المقدمة ٧

الومضة الأولى: اعتني بالمجال النظري ٩

الومضة الثانية: اللغة الإنجليزية ١١

الومضة الثالثة: احفظ المصطلحات الطبية ١٤

الومضة الرابعة: لا تخجل من السؤال ١٧

الومضة الخامسة: كثف خلفيتك الطبية ١٩

الومضة السادسة: الزَّي الرسمي ٢١

الومضة السابعة: الحقنة .. ليست وحشاً ٢٤

الومضة الثامنة: التمريض .. كل يوم يتطور ٢٦

الومضة التاسعة: ممرض وممرضة بكل فخر ٢٨

الومضة العاشرة: إكمال دراسة البكالوريوس ٣٠

الومضة الحادية عشرة: الإحباط المعنوي ٣٣

الومضة الثانية عشرة: اختبار هيئة التخصصات الصحية ٣٥

الومضة الثالثة عشرة: لا تؤجل عمل اليوم إلى الغد ٣٧

الومضة الرابعة عشرة: الشباب الملتزم والتمريض ٣٩



الألوكة
www.alukah.net

الومضة الخامسة عشرة: علاقتك مع مدربك ٤٢
الومضة السادسة عشرة: علاقتك مع مكتب التدريب ٤٤
الومضة السابعة عشرة: احذر من الشعور الانهزامي ٤٦
الومضة الثامنة عشرة: انتقِ مجموعتك بعناية ٤٨
الومضة التاسعة عشرة: لا تتسرع ولا تتوقف ٥٠
الومضة العشرون: احرص على الدورات والمحاضرات ٥٢
الومضة الحادية والعشرون: الخطأ متوقع .. ٥٤
الومضة الثانية والعشرون: نفسيتك تتحسن ٥٦
الومضة الثالثة والعشرون: أنت لا تعلم شيئاً؛ ولكنك ستعلم كل شيء ٥٨
الومضة الرابعة والعشرون: استفد من زميلك المجتهد ٦٠
الومضة الخامسة والعشرون: لا ترهق نفسك في الوظيفة وأنت ما زلت طالباً ٦١
الومضة السادسة والعشرون: أين مكان تدريبك؟! ٦٢
الومضة السابعة والعشرن: هل تشعر أنك تتطور أم تتردى؟ ٦٤
الومضة الثامنة والعشرون: اقرأ .. اقرأ .. اقرأ ٦٦



الومضة التاسعة والعشرون: الأخلاق ثم الأخلاق ٦٨
الومضة الثلاثون: كن مثقفاً ذكياً ٧٠
الومضة الحادية والثلاثون: كن واثقاً من نفسك ٧٢
الومضة الثانية والثلاثون: لا تصدق كل ما يُقال عن المرضين والممرضات ٧٤
الومضة الثالثة والثلاثون: عود نفسك على الدقة ٧٦
الومضة الرابعة والثلاثون: التمريض مهنة الشجاعة والعاطفة ٧٨
الومضة الخامسة والثلاثون: أكثر التخصصات احتياجاً ٨٠
الومضة السادسة والثلاثون: المشكلات في كل مكان وليست في التمريض فقط!! ٨٢
الومضة السابعة والثلاثون: ستُعجب بكل ممرض تشاهده ٨٤
الومضة الثامنة والثلاثون: مسكين أنت إذا كان هذا هو تفكيرك!! ٨٦
الومضة التاسعة والثلاثون: حاول مراجعة الأشياء المهمة ٨٨



الألوكة
www.alukah.net

الومضة الأربعون: من تدخل فيما لا يعنيه سمع ما لا يرضيه ٩٠
الومضة الحادية والأربعون: فترة الكلية فترة سهر لا نوم ٩٢
الومضة الثانية والأربعون: المواقع التمريضية على الشبكة العنكبوتية ٩٤
الومضة الثالثة والأربعون: لا تقنط من كثرة العاطلين ٩٥
الومضة الرابعة والأربعون: دائماً النشيط محبوب وموفق ٩٧
الومضة الخامسة والأربعون: لكل مرفق صحي نظام؛ فلا تستغرب ذلك! ٩٩
الومضة السادسة والأربعون: النظرة الدونية لطلاب وطالبات التمريض ١٠١
الومضة السابعة والأربعون: لا تحاول تفضيل التمريض على غيره ١٠٣
الومضة الثامنة والأربعون: دعهم يعترفون بك ١٠٥



الومضة التاسعة والأربعون: استخر واستشر عند توافر أكثر من فرصة ١٠٧
(١٧) ومضة في فترة الامتياز ١٠٩
الومضة الأولى: ما هي فترة الامتياز؟ ١١١
الومضة الثانية: لا تخف ولا تحزن ١١٣
الومضة الثالثة: اجعل علاقتك طيبة ١١٥
الومضة الرابعة: المهارات التمريضية ١١٧
الومضة الخامسة: استلام القسم والمرضى ١٢١
الومضة السادسة: تعلم اللغة الإنجليزية من غير الناطقين بالعربية ١٢٣
الومضة السابعة: تعرَّف على الأدوية عن قرب ١٢٥
الومضة الثامنة: تعرف على أقسام المستشفى بتفاصيلها ١٢٧
الومضة التاسعة: احذر من الغياب والتأخير ١٢٩
الومضة العاشرة: المفكرة احملها في جيبك ١٣١
الومضة الحاية عشرة: ملفات المرضى .. من حقك أن تطلع عليها ١٣٣



الألوكة
www.alukah.net

الومضة الثانية عشرة: تعلم من الأطباء ١٣٦
الومضة الثالثة عشرة: حاول فرض نفسك بقوة ١٣٨
الومضة الرابعة عشرة: استفد من كل قسم تأتي إليه ١٤١
الومضة الخامسة عشرة: فرص لا تتوفر إلا في فترة الامتياز ١٤٣
الومضة السادسة عشرة: أنت طالب ولست موظفاً ١٤٥
الومضة السابعة عشرة: الحماس تحتاج إليه ١٤٧
الخاتمة ١٤٩
الفهرس ١٥١

# أفكار



الألوكة
www.alukah.net

# مقترحات

# مقترحات

الألوكة
www.alukah.net

# نقد بناء

نقد بناء

الألوكة
www.alukah.net