

AR



# علاج الأم

## معلومات للمرضى



MEDIZINISCHE  
UNIVERSITÄT WIEN



Wiener Gesundheitsverbund  
Universitätsklinikum AKH Wien

## عزيزي المريض!

## ما يجب أن تعرفه عن الألم

كل شخص يشعر بالألم على نحو مختلف. والألم بمثابة إشارة يرسلها الجسد لتنبيهك، ويقي من أي خلل قد يصيب الجسد أو أي إعاقات طويلة الأمد.

كيف يمكننا قياس شدة الألم؟  
عند دخولك المستشفى وعلى مدار اليوم سوف يسألك طاقم التمريض بانتظام عما إذا كنت تشعر بالألم.

وسنطرح عليك هذه الأسئلة:

- متى يحدث الألم وفي أي الحالات تشعر به؟
- أين يحدث الألم وفي أي موضع من الجسد؟
- ما مدى شدة الألم الذي تشعر به؟
- كم من الوقت يستمر هذا الشعور بالألم؟
- كيف تشعر بالألم؟

إننا نحاول أن نوضح شدة الألم لطاقم العلاج.  
لذا فإننا نستخدم على سبيل المثال مقياساً من 0 إلى 10. وسوف يشرح لك طاقم العلاج الطبي كيفية استخدام هذا المقياس.

يقدم لك هذا الكتيب معلومات حول كيفية التعامل مع الألم.

كي تتعافى يُعد علاج الألم أمراً بالغ الأهمية. ولأننا نسعى لتخفيف آلامك قدر الإمكان خلال فترة إقامتك في المستشفى فإننا بحاجة إلى مساعدتك لتحقيق ذلك.

لن نتمكن من تقديم علاج جيد لحالتك إلا إذا أبلغتنا بالألم الذي تشعر به في وقتٍ مبكر.  
فمن واقع خبرتنا تبين لنا أن المرضى غالباً ما ينتظرون وقتاً طويلاً قبل إبلاغنا بالأمهم.

يُرجى التواصل مع فريق العلاج عند ظهور الألم من جديد أو إذا اشتد الألم.

كما يُرجى إخبارنا بأي طرق علاجية كانت قد ساعدتك في تخفيف الألم في المنزل.

أقاربك يمثلون دعماً مهماً، ويمكنهم المساهمة في تخفيف آلامك.

نحن هنا من أجلك وسنرافقك طوال فترة إقامتك في المستشفى.

الطاقم الطبي المشرف على علاجك





صورة: iStock/isayildiz

# إجراءات لتخفيف الألم

## إجراءات غير دوائية

تشمل على سبيل المثال لا الحصر:

- تخفيف الألم بالتدفئة، مثل الكمادات الدافئة
- تخفيف الألم بالتبريد، مثل كمادات الثلج
- الموسيقى
- تغيير الوضعية، مثل الاستلقاء على أحد الجانبين
- إجراء المحادثات
- الإلهاء
- الزيوت العطرية
- التدليك

وتعد هذه العلاجات مكملًا مهمًا للأدوية المستخدمة لتخفيف الألم. كما يمكن أيضًا استخدامها كعلاجات مستقلة. يمكن أن تكون هذه العلاجات فعالة في معالجة الآلام الحادة، أي الآلام المستجدة. كما أنها قد تساعد أيضًا في علاج الآلام المزمنة طويلة الأمد.

## إجراءات دوائية

تشمل على سبيل المثال لا الحصر:

- أدوية تؤخذ عن طريق الفم
- أدوية فعالة عبر الجلد.
- مثل اللصقات المسكنة.
- الحقن الوريدي الذي تصل فيه مسكنات الألم مباشرة إلى مجرى الدم.

يصف الطبيب الأدوية المعالجة للألم ويشرف طاقم الرعاية الطبية على إعطائها.

## مفعول إجراءات تسكين الألم

كل مسكن للألم له مدة مفعول محددة. لذا فمن المهم تناول المسكنات في نفس الموعد دائمًا عند اتباع علاج منتظم لتسكين الألم.

من المهم معرفة أن جميع الإجراءات المسكنة للألم يبدأ مفعولها في غضون ساعة واحدة من تناولها على أقصى تقدير. فماذا لو لم يصبح الألم أخف؟ في هذه الحالة يُرجى إخبارنا بسرعة. إذ يمكننا تعديل إجراءات تخفيف الألم لتناسب مع احتياجات حالتك في أي وقت.

## الآثار الجانبية المحتملة

قد يكون للأدوية المسكنة للألم آثار جانبية غير مرغوب فيها؛ مثل الشعور بالدوار أو الغثيان.

وقد تطرأ آثار جانبية أيضًا مع الإجراءات الأخرى.

قبل اتخاذ أي إجراء سنتحدث معك عن الآثار المحتملة غير المرغوب فيها. وقد لا تتناسب طريقة علاج معينة مع حالتك، فسننصحك حينها بتجنبها.

إذا كان لديك أي أسئلة يُرجى التواصل مع الطاقم الطبي المشرف على علاجك. يسعدنا أن نكون دائمًا في خدمتك.

# ما مدى شدة الألم الذي تشعر به الآن؟

## جهات مختصة بعلاج الألم

العيادة الخارجية لعلاج الألم بمستشفى فيينا الجامعي العام  
(Schmerzambulanz im Universitätsklinikum AKH Wien)

رابط موقع الإنترنت: [www.akhwien.at](http://www.akhwien.at)

يجب تحديد موعد عبر الهاتف مسبقًا، مواعيد الاتصال من  
الاثنين حتى الجمعة، من الساعة 13 حتى الساعة 15  
على رقم: +43 1 40400-41660

### طرق علاجية متعددة الجوانب:

هنا تُدمج عدة طرق مختلفة لعلاج الألم. تقدم هذه الرعاية  
الطبية في العيادات الخارجية، وتتحمل شركة التأمين الصحي  
تكاليفها.

المركز الصحي للطب الفيزيائي التابع لصندوق التأمين الصحي  
النمساوي، المبنى الجديد

(ÖGK Gesundheitszentrum für Physikalische Medizin Neubau)

رابط موقع الإنترنت: [www.gesundheitskasse.at](http://www.gesundheitskasse.at)

رقم الهاتف: +43 5 0766-111 5070

المنتجع الطبي في فيينا (Therme Wien Med Oberlaa)

موقع الإنترنت: [www.thermewienmed.at](http://www.thermewienmed.at)

رقم الهاتف: +43 1 68009-9400

### جمعية العلاج النفسي بالعيادات الخارجية

(Verein für Ambulante Psychotherapie)

تقوم الجمعية بتنسيق خدمات العلاج النفسي مع مزودي  
الخدمات في فيينا والنمسا السفلى من خلال التأمين الصحي،  
وتتحمل شركة التأمين الصحي تكاليف ذلك.

موقع الإنترنت: [www.vap.or.at](http://www.vap.or.at)

رقم الهاتف: +43 1 402 56 96

### مجموعة المساعدة الذاتية لعلاج الألم

(Selbsthilfegruppe Schmerz)

موقع الإنترنت: [www.schmerz-allianz.at](http://www.schmerz-allianz.at)



الكتيب متاح تحت رمز الاستجابة السريعة هذا  
متوفر بعدة لغات:



© Wiener Gesundheitsverbund, 2025

هيئة التحرير:

المسؤولون عن محتوى الطبعة الثالثة: شبكة خبراء الرعاية الصحية

السريية، Ursula، Sonja Pengl، Sabine Etzenberger

Sommer؛ صورة الغلاف: Fotolia/dima\_pics؛ التصميم

الجرافيكي: شركة stadt wien marketing gmbh؛ الإصدار: 5/2025



MEDIZINISCHE  
UNIVERSITÄT WIEN



Wiener Gesundheitsverbund

Universitätsklinikum AKH Wien