

إطلاق حملة هل تعلم انه «عندما تغسل يديك تنقذ حياة إنسان» وان «الأنتيبيوتيك يفيدك عند اللزوم ويضرّك إذا ما إلو لزوم»



تحت عنوان هل تعلم انه «عندما تغسل يديك تنقذ حياة إنسان» وان «الأنتيبيوتيك يفيدك عند اللزوم ويضرّك إذا ما إلو لزوم». نظمت مستشفى سيدة مارتين - جبيل حملة صحية مجانية تولى خلالها فريق من الأطباء المتخصصين وممرضات من المستشفى عملية ترشيد المواطنين من مختلف الأعمار في منطقة جبيل على كيفية استعمال المضادات الحيوية وغسل اليدين. تخللت الحملة محاضرات عدة تحدث فيها أطباء من المستشفى وخارجها.

وكان لمدير عام المستشفى الدكتور جوزف الشامي محاضرة ختامية تحدث فيها عن هدف الحملة ألا وهو توعية المواطنين على صحة استعمال المضادات الحيوية وعلى ضرورة غسل اليدين. وقد استمرت الحملة أسبوعاً من ١٢ الى ١٧ أيار ٢٠١٤.



هل تعلم؟

يمكن أن تجد أكثر من 2 الى 10 مليون
بكتيريا بين أصابعنا و على الأكواع

بعد استعمال الحمام عدد البكتيريا
الموجودة على أصابع اليد يتضاعف

أن الجراثيم قادرة على البقاء حية
على اليدين لثلاث ساعات

اليدان المبللتان قادرة على نقل الجراثيم
ألف مرة أكثر من اليدين الجافتين

ان ملايين الجراثيم تتجمع تحت الأساور،
الساعات و الخواتم

الحملة الخاصة

للتوعية على غسل اليدين

هل تعلم؟

عندما تغسل يديك
تنقذ حياة انسان

من 12 لغاية 17 أيار 2014



كيف تفرك يديك؟

افرك يديك لتنظيفهما ! اغسلهما عند اتساخهما بشكل ظاهر للعيان.

مدة الإجراء من 20 إلى 30 ثانية



نظف يديك عن طريق فركهما بمستحضر يحتوي على الكحول . إذ
تعد الكحول الوسيلة المفضلة لتطهير اليدين روتينياً إذا لم تكونا
متسخين بشكل ظاهر للعيان، كما أنه سريع وأكثر فعالية وتحملة
اليدان بشكل أفضل من الماء والصابون .

لماذا تغسل يديك؟

لأن اليدين هما السبيل الرئيسي لانتقال الجراثيم

كيف تغسل يديك؟



اغسل يديك بالماء والصابون عند اتساخهما أو تلوّثهما بالدم أو بسوائل الجسم
الأخرى بشكل ظاهر للعيان،
أو بعد استخدام المراحيض

لقاء توعية مع المرضى المصابين بداء السكري في مستشفى الساحل



استكمالا لمسيرته في مجال التوعية الصحية، نظم منتدى الساحل بالتعاون مع اندية الليونز الدولية لقاء توعية مع المرضى المصابين بداء السكري في مستشفى الساحل. حيث تمت مناقشة كيفية التعايش مع هذا المرض والحد من مضاعفاته، بالإضافة الى توزيع بطاقات تعريف يحتفظ بها المريض، وهي تتضمن معلومات صحية يستفيد منها ويطبّقها في حالة الطوارئ. كما تم إجراء تحليل مخزون السكري وتوزيع جهاز الفحص مجاناً لكل مريض.

ويأتي هذا النشاط في اطار برنامج «التوعية الصحية من اجل صحة افضل» الذي ينفذه قسم المسؤولية الاجتماعية في مستشفى الساحل بهدف تخفيف الاعباء العلاجية التي تنهك كاهل المريض والدولة على حد سواء، والتي يمكن الحد من تراكمها عن طريق الوقاية.



تذكّر للأنتيبوتيك أعراض جانبية مؤدية في حال أسأت إستخدامه لأنه من الممكن أن يؤذيك أكثر من أن ينفعك!

لنقف معاً متحدين للمحافظة على فعالية الأنتيبوتيك وصحة استعماله!

Jbeil - Liban / T. +961 9 540017
contact@hopitalnotredamemaritime.com
www.hopitalmaritime.com

"الأنتيبوتيك بفيديك عند اللزوم وبضرك إذا ما إلو لزوم"



الحملة الخاصة للتوعية على صحة استخدام المضادات الحيوية (الأنتيبوتيك) من ١٢ لغاية ١٧ أيار ٢٠١٤



Préparé par le CLIN

متى وكيف نستخدم الأنتيبوتيك؟



- لا تستخدم الأنتيبوتيك دون وصفة طبية تماماً كما يوصفه الطبيب.



- لا تهمل الجرعات، أكمل مدة العلاج الموصوفة حتى وإن بدأت تشعر بالتحسن لكي لا تتحول البكتيريا إلى بكتيريا مقاومة.



- استخدم ما يوصف لك فقط، لا تستخدم الأنتيبوتيك المتبقي من علاج فائت أو بناء على نصيحة جار.

- لا تحتفظ بالدواء للمرض القادم.

- تجنب المرض فدرهم وقاية خير من مليون علاج، ذلك بإتباع إرشادات الصحة، أخذ اللقاحات المطلوبة والحفاظ على النظافة!

• إن أغلب نوبات الإنفلونزا والبرد سببها الفيروسات virus؟

• أن الأنتيبوتيك لا يعمل على الفيروسات؟ وإنه يعمل فقط ضد التهابات البكتيرية؟

• أنه يمكنك مساعدة جسمك على التغلب على الإنفلونزا بالراحة والسوائل الساخنة والغنية بالفيتامين C؟

• إن استعمال الأنتيبوتيك بطريقة عشوائية ومن دون مراقبة يجعله أقل قدرة على محاربة البكتيريا؟

هل تعلم؟