حياة
مسجلة بالوزارة رقم ترخيص ٣٦٢
جمعية حياة الخيرية بالمدينة المنورة

نعتز بثقتكم
المدينة المنورة

لحياة حياة

العـــدد الخامس عشر للنشـــرة الصحيـــة
ديسمبر 2021

أنواع الإعاقة وكيفية الوقاية

ماهي الأسباب المؤدية للإعاقة ؟

اليوم العالمي
للأشخاص ذوي الإعاقة

التعايش مع ذوي الإعاقة ورعايتهم

بسم الله الرحمن الرحیم

المقدمة

قال الله تبارك وتعالى: {وَإِن تَعُدُّواْ نِعْمَتَ اللّهِ لاَ تُحْصُوها}

عرّفت منظّمة الصحّة العالميّة مُصطلح الإعاقة بأنّه يُشير إلى العجز، والتقيّد من جميع المشاركات والنشاطات، وبالتّالي فإنّ هذا العجز يُعدّ مشكلةً وظيفيّةً في هيكليّة جسم الإنسان، ممّا يجعله غير قادرٍ على القيام بالأعمال الأساسيّة التي يؤدّيها الإنسان السليم، وعُرّفت الإعاقة بأنّها انخفاض في إمكانيّة المُعاق في الحُصول على متطلّباته، وخاصّة العمل الذي يُناسبه ويتوافق مع قدراته.

يُحتفل بيوم المعاق العالمي في شهر ديسمبر من كلّ عام في اليوم الثالث منه، وقد اعتُمد هذا اليوم للاحتفال به من قِبَل الجمعيّة العامّة للأمم المتّحدة، حيث ناشدت جميع الدول الأعضاء فيها للاحتفال من أجل العمل على زيادة دمج المعوقين في مجتمعهم. تبنّت الأمم المتّحدة منذ نشأتها موضوع كرامة الإنسان المتأصّلة، وما يتأتى عليه من مساواة، وحقوقٍ لجميع البشر دون استثناء، واعتبرتها أساساً للحريّة، وأيضاً للعدالة، إضافةً للسلام العالمي.

قد علَّمنا رسول الله صلى الله عليه وسلم أن الصحة نعمة من أعظم النعم فقال في الحديث الشريف: نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصحة والفراغ، وقال صلى الله عليه وسلم في حديث آخر: من أصبح معافى في جسده، أمنا في سربه، عنده قوت يومه، فكأنما حيزت له الدنيا، وروي عن أبي بكر رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: سلوا الله اليقين والمعافاة، فما أوتي أحد بعد اليقين خيراً من العافية.

وشكر نعمة الصحة يكون بالمحافظة عليها، وفق سنن الله في الأسباب والمسببات والاقتداء بالهدي النبوي في ذلك، فهو خير الهدى وأكمله.

اليوم العالمي
للأشخاص ذوي الإعاقة

أهم الحقائق الرئيسة
عن الإعاقة والعجز في العالم

أكثر من بليون مريض

يعانون من شكل من أشكال الإعاقة أو العجز

15% من عدد سكان العالم

- تزداد حالات العجز والإعاقة في العالم؛ وذلك نتيجة التقدم في العمر أو الإصابة ببعض الأمراض المزمنة وتأثير تبعات المرض ومضاعفاته.
- يزيد عدد المصابين بالعجز أو الإعاقة لدى ذوي الدخل المنخفض.
- نصف الأشخاص المصابين بالعجز أو الإعاقة لا يحصلون على رعاية طبية جيدة.
- الأطفال المعاقون أقل حظًا في الالتحاق بمقاعد الدراسة، مقارنة بالأطفال الأصحاء، وبالتالي أقل فرصة في الحصول على وظيفة.
- هناك نقص في مراكز التأهيل الخاصة بالمعاقين، وشُح في توافر الأجهزة المساعدة التي يحتاج إليها المعاق كالكراسي المتحركة والأطراف الصناعية وأجهزة السمع.

تعريف الإعاقة

الإعاقة تعني الإصابة بقصور كلي أو جزئي بشكل دائم أو لفترة طويلة من العمر في إحدى القدرات الجسمية أو الحسية أو العقلية أو التواصلية أو التعليمية أو النفسية، وتتسبب في عدم إمكانية تلبية متطلبات الحياة العادية من قبل الشخص المعاق واعتماده على غيره في تلبيتها، أو احتياجه لأداة خاصة تتطلب تدريبًا أو تأهيلًا خاصا لحسن استخدامها.

أنواع الإعاقة

01 الإعاقة الحركية

1- حالات الشلل الدماغي :
2- مرض ضمور العضلات التدهوري :
3- التشوهات الخلقية المختلفة :
4- حالات أخرى كالتالي: (شلل أطفال، هشاشة عظام، اختلال في الغدد الصماء)

02 الإعاقة العقلية

تعرف الإعاقة الذهنية بأنها حالة من توقف النمو الذهني أو عدم اكتماله، ويتميز بشكل خاص باختلال في المهارات،،ومن أشهرها متلازمة داون، وهي اضطراب خلقي ينتج عن وجود كروموسوم زائد في خلايا الجسم، وتزيد النسبة مع زيادة عمر الأم.

03 الإعاقة البصرية

تراوح الإعاقة البصرية بين العمى الكلي والجزئي، وعلى هذا الأساس يوجد نوعان من الإعاقة البصرية:

- **المكفوفون :** (المصابون بالعمى)، وهؤلاء تتطلب حالتهم البصرية استخدام طريقة برايل.
- **ضعاف البصر :** وهم يستطيعون الرؤية من خلال المعينات البصرية.

04 الإعاقة السمعية

الإعاقة السمعية هي مصطلح عام يغطي مدى واسعًا من درجات فقدان السمع يراوح بين **الصمم**، **والفقدان الشديد**، **والفقدان الخفيف**، وقد تكون علاماتها ظاهرة، وقد تكون مخفية، ما يؤدي إلى مشكلات في حياة الطفل دون معرفة المسبب لها مثل: الفشل الدراسي

الأسباب المؤدية للإعاقة

الاضطرابات الجينية، إما بسبب وجود جينات مورثة من أحد الأبوين أو بسبب مؤثر خارجي.

بعض الأمراض التي تصيب الأم أو الحوادث أثناء الحمل أو الولادة.

الإصابة بمضاعفات بعض الأمراض نتيجة إهمال العلاج وعدم السيطرة على المرض، مثل:
الأمراض المتعلقة بالعضلات والتهابات المفاصل.
أمراض القلب والسكتة الدماغية.
السرطان.
السكري.
أمراض الجهاز العصبي.

إعاقة مكتسبة ناجمة عن إصابة عمل أو حوادث.

التقدم في العمر.

الوقاية من الإصابة

يمكن منع الإصابة ببعض أنواع الإعاقات الناتجة عن الأمراض المزمنة بالسيطرة على تلك الأمراض ومنع المضاعفات، وذلك عن طريق:

المتابعة الدورية لدى الطبيب المختص للسيطرة على المرض.

اتباع أسلوب حياة صحية، وتناول الغذاء الصحي، وممارسة الرياضة، والحفاظ على وزن صحي.

الحرص على الانتظام في تناول الأدوية الخاصة بالمرض.

تغذية المعاق

- تقييم الحالة الغذائية وتقدير احتياجات المعاق الفعلية من العناصر الغذائية والطاقة.
- المساعدة في تحسين صحته وزيادة مناعته ومقاومته للأمراض.
- الوقاية المبكرة من مشاكل سوء التغذية كفقر الدم، السمنة أو النحافة.
- تعويض نقص بعض العناصر الغذائية التي يتسبب بها تناول بعض الأدوية لوقت طويل، أو المشاكل الأخرى كالإمساك والقيء.
- تطوير المهارات اليدوية الحركية؛ وذلك بتدريب المعاق على الأكل بنفسه.

التعايش مع ذوي الإعاقة ورعايتهم

ينبغي على المخالطين للأشخاص ذوي الإعاقة السعي إلى توفير بيئة صحية آمنة قدر الإمكان، ومن النقاط الأساسية التي ينصح بالاهتمام بها:

1. توفير الرعاية اليومية للشخص كالنظافة الشخصية، وتناول الطعام، وغيرها، مع تدريبه على القيام ببعض الأساسيات إن أمكن.
2. توفير وسائل مبتكرة لقيام الشخص باحتياجاته اليومية بسهولة وأمان دون التعرض للإصابات.
3. الحرص على الاهتمام بجانب السلامة والأمان في البيئة المحيطة بالشخص كتزويد المكان بممرات، خصوصًا لإرشاده وتسهيل تنقلاته مثلاً.
4. الاهتمام بالجانب الاجتماعي والنفسي، حيث يمكن تحسين هذا الجانب عن طريق تنظيم زيارات أو رحلات دورية للترويح عنه.
5. ممارسة الأنشطة الخارجية والهوايات، والاشتراك ببعض النوادي، ما يسهم في تحسين الحالة النفسية والبدنية لذوي الإعاقة.
6. الحرص على مشاركة ذوي الإعاقة في الأعمال اليومية والأنشطة التي تقوم بها الأسرة لتقوية جانب الثقة بالنفس، وزيادة المهارات لديه..
7. الحرص على الاهتمام بجانب التعليم، وتطوير المهارات الذهنية لدى الشخص؛ بتوفير وسائل تعليمية حديثة تسهل عليه تلقي المعلومات.
8. الاهتمام بالتغذية المتوازنة لذوي الإعاقة؛ لمنع تعرضهم لمشكلات سوء التغذية كفقر الدم، أو النحافة، أو زيادة الوزن المفرطة، أو الإصابة بالأمراض نتيجة نقص المناعة

المصدر

وزارة الصحة السعودية

اليوم العالمي لذوي الإعاقة 2021

بداية عندما نتحدث عن اليوم العالمي لذوي الإعاقة والذي يحل سنويا في الثالث من شهر ديسمبر فمن وجهة نظري العملية أرى أن هذا اليوم تتمحور فحواه وهدفه في نقاط محددة قلما تطرق لها المجتمع وسوف استعرض في هذه المقالة وجهة نظري في هذا الجانب والتي اعتقد أنني كونتها من خلال عملي في مركز التأهيل الشامل بالمدينة المنورة خلال الأعوام المنصرمة، بداية اتطرق للمشكلة الأزلية في هذا الجانب وهي هل نطلق على هذه الفئة أشخاص ذوي إعاقة (كما هو معمول به عالميا) أم نستعيض بألقاب أخرى ك ذوي الهمم أو ذوي الاحتياجات الخاصة أو ذوي العزم وغيرها كثير...

أعزائي المشكلة هنا ليست في التسمية بل في العقلية التي نشأت وربطت مصطلح (إعاقة) بمفهوم خاطئ ويدل على معنى سيء وهذا من وجه نظري الدافع وراء محاولة البعض الاستعاضة بكلمات وأوصاف أخرى عوضا عن التسمية الأصلية والتي عندما نترجمها للغة الإنجليزية فوقعها أفضل بكثير (people with disability) كما أن محاولة تحوير المسمى الأصلي والدقيق إلى مسميات غير علمية ولا دقيقة ولا توصف الحال إنما هي محاولة استرضائية وشفقة في غير محلها حيث ان هؤلاء الأشخاص (ذوي الإعاقة) في غالبيتهم أشداء وأقوياء وأبعد ما يكونوا بحاجة للمساعدة والشفقة من المجتمع وإنما هم بحاجة للتحفيز والتشجيع والتمكين بمعنى أن يترك لهم حرية الاختيار ويدعموا في خياراتهم كجزء لا يتجزأ من المجتمع وأتطرق هنا في مسألة بسيطة وقد يراها البعض تافهة أو مبالغ بها ولكن هي تعني لهم الكثير ... فمثلا ما المقصود بإلزامية وجود منحدرات ومواقف مركبات خاصة بالأشخاص ذوي الإعاقة . الفلسفة في هذا الجانب من وجه نظري هي أن المجتمع قام بتمكين الشخص السليم و وفر له مواقف لمركبته وسلالم للوصول للمتجر أو المكتب أو المبنى بناء على قدرته الجسدية ولكن عندما يكون هناك ما يقارب المليار معاق في العالم عندها يتحتم على المجتمع توفير ما يساعد المعاق على الوصول إلى هدفه وبما يتناسب مع قدراته الجسدية وقس على ذلك جميع التسهيلات المقدمة والمفروضة نظاما **وهنا يتحتم علينا كمجتمع أن نوعي أجيالنا القادمة بأن هذه الفئة جزء لا يتجزأ من حياتنا لهم ما لنا وعليهم ما علينا كلاّ حسب قدراته الجسدية أو العقلية فإذا أدركنا جميعا هذا المفهوم سيكون احتفالنا باليوم العالمي لذوي الإعاقة في السنين القادمة هو احتفال بنجاح المجتمع في احتواء مكون أساسي من مكوناته.**

وبناء على ما سبق أعزائي لا أريد أن أغفل عن رسالة واضحة للأشخاص ذوي الإعاقة وأسرهم وهي حقيقة واضحة لا مجال للجدال فيها فالأصل في الحياة الاختبار وأقصى درجات الاختبار هي الابتلاء والنجاح في الاختبار يتحتم الرضا بقضاء الله عز وجل أولاً ولو قرن الرضا بالصبر لكان النجاح أعلى وأجمل. وأعلى درجات النجاح بلا جدال هي أن تقرن الرضا بالصبر والعمل معاّ فهنا يا عزيزي أستطيع أن أقول وأؤكد أنك نجحت وتفوقت بمعنى الكلمة والكلام هنا أيضا لأسرة الشخص ذوي الإعاقة وخاصة إن كانت الإعاقة فكريه فأرضوا بقضاء الله أولا واصبروا واعملوا فهي أمانة ملقاة على عواتقكم وسيجزيكم الله بها خير الجزاء بإذنه تعالى فحياة ذوي الإعاقة بين أسرهم وذويهم ومحبيهم هي أساس نجاح أي عملية تأهيلية أو ابداعية

لدمج المعاق مع المجتمع وتغلبه على إعاقته و أن يكون فردا منتجاً في مجتمعه وهذا ما أثبتته الدراسات المستفيضة في هذا المجال وما تبنته أخيراً وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية في المملكة العربية السعودية ممثلة بقطاع التنمية الاجتماعية وهو القطاع المعني بشؤون الأشخاص ذوي الإعاقة في المملكة فقد تبين أن وجود المعاق بين أسرته مع تقديم كافة التسهيلات والدعم العلاجي والإرشادي والمادي له وهو في منزله وبين ذويه أدعى لأن يكون هذا الشخص عضوا فاعلا في المجتمع بدلا من أقصائهم واستضافتهم في دور تأهيلية أو إيوائيه مهما كان مستوى العناية والرعاية المقدمة بهذه الدور أو المراكز متقدما. مع الأخذ بالاعتبار أن هذه الخطوة (أي دمجهم مع أسرهم) تكلفتها المادية أعلى من التكلفة المادية لاستضافة ذوي الإعاقة في هذه المراكز ولكن و لأننا في مملكتنا الحبيبة والتي تضع مصلحة الإنسان أولا عملاً بتعاليم ديننا الحنيف فقد تم اعتماد البدأ في تأهيل وتجهيز نزلاء مراكز التأهيل الشامل حول المملكة لدمجهم مع أسرهم وتقديم كافة التسهيلات الممكنة وعلى نفقة الدولة من أعانات مادية شهرية ومراكز رعاية نهارية ومراكز تأهيل وخدمات طبية سواء منزلية أو غيرها كل ذلك لكي يكون الأشخاص ذوي الإعاقة في مكانهم الصحيح وسط أسرهم وذويهم وهي ركيزة أساسية في عملية دمجهم مع المجتمع وأن يكونوا أشخاص فاعلين في نهضة هذه الأمة.

أخيراً أخي الإنسان يا من ابتلاه الله وأكرمه بأن أصبح من ذوي الإعاقة .. همسة أخوية ... من حقك أن تبحث عن العلاج في شتى بقاع الأرض وأنا أعلم أن أي بارقة أمل تعني لك الكثير ولكن أبحث عن العلاج بالتزامن مع التعايش مع إعاقتكم والسعي لأن تكون عضوا فاعلاً وناجحاً في المجتمع لمصلحتك أولاً ولنهضة وطننا الغالي.

بقلم: إبراهيم بن حمزة الطبيقي
المدير الطبي
بمركز التأهيل الشامل للمعاقين
المدينة المنورة

يسعدنا استقبال مشاركتكم وتجاربكم الشخصية مع
جمعية حياة لإضافتها للعدد القادم عبر :

info@hayat.org.sa

362td www.hayat.org.sa 920014070

تبرعك من بيتك سهل
وسريع و آمن
عبر متجر الجمعية الإلكتروني
td.org.sa
طرق الدفع
مدى mada
mastercard
VISA
Pay

احصائية

العـــــــلاج الخيري

شهر نوفمبر - 2021

العـــلاج الخيري

من أحياهـــا (لغسيل الكلى)
1,607 جلسة

أجر وعافية (العمليات الطارئة)
50 مستفيد

الأمومة والطفولة
25 مستفيد

صحتي (المستلزمات الطبية)
6 مستفيد

ابصـــار (عمليات العيون)
37 مستفيد

دوائـي
119 مستفيد

التكلفة الاقتصاديـــة
2,537,119 ريـــال

مساهمة الجمعيـة
2,078,840 ريـــال

احصائية

القوافل الطبية المتنقلة

المدينة المنورة

شهر نوفمبر - 2021

حياة
مسجلة بالوزارة رقم ترخيص ٣٦٢
جمعية حياة الخيرية بالمدينة المنورة