مركز تعريب العلوم الصحية

ACMLS ـ دولة الكويت

# آداب زيارة المريض

تأليف : د. ماهر الخاناتي

مراجعة : مركز تعريب العلوم الصحية

64 سلسلة الثقافة الصحية

# المحتويات


المقدمة ........ ج

التمهيد ........ هـ

المؤلف في سطور ........ ز

مقدمة المؤلف ........ ط

الفصل الأول : الآداب العامة لزيارة المريض ........ 1

الفصل الثاني : آداب زيارة المريض في المستشفى ........ 13

الفصل الثالث : آداب زيارة المرضى المسنين ........ 33

الفصل الرابع : آداب خاصة بزيارة الطفل المريض ........ 47

الفصل الخامس : آداب زيارة المريض في المراحل النهائية من الحياة ........ 59

المراجع : ........ 71

# المقدمة

حفلت كتب التراث بطائفة من الآداب التي ينبغي مراعاتها أثناء عيادة المريض، وهي من الواجبات الاجتماعية التي حرص عليها المجتمع لما لها من آثار إيجابية على نفسية المريض وأيضاً نتائج إيجابية تعود على المجتمع ككل، فمعظم المرضى يكون أملهم في الشفاء قوياً أول مرضهم، ملؤهم الثقة أن ما أصابهم إنما هو عارض سيزول سريعاً، وقد يطول الشفاء أو يعزّ، ويلح المريض أنه لا يجدي معه الدواء، عند ذلك تتسلل الهواجس إلى نفسه فتأتي الهموم والأحزان حتى يضعف أمل المريض بالشفاء ويوقن بقرب الوداع، وهو مع ذلك معتزل عمله معتكف في بيته أو في المستشفى يعاني آلام المرض، وآلام الوحدة.

عند ذلك يحتاج المريض إلى لمسة حانية أو بسمة مشجعة، تُعيد له الأمل وتقوي فيه الرجاء، فتخفف عنه بعض ما يجد، من هنا كانت زيارة المريض مرة بعد مرة لها آثار نفسية طيبة على المريض إلى أن يشفى بإذن الله من مرضه. وكم يُسرّ المريض إذا أعجزه المرض وأقعده عن قضاء حوائج بيته أن يجد له إخواناً يسارعون إلى مساعدته ويقدمون له كل عون، ويبذلون له كل مساعدة.

ولما كانت حالة المريض تتطلب له الراحة التامة بعيداً عن كل ضيق أو أذى أو منغص، فقد استوجب ذلك آداباً ينبغي مراعاتها عند زيارة المريض كما يحدثنا هذا الكتاب حتى تؤدي هذه الزيارة أهدافها المرجوة.

نأمل أن يحقق هذا الكتاب الفائدة المرجوة، وأن يكون مفيداً لقرّاء سلسلة الثقافة الصحية.

***والله ولي التوفيق،،***

**الدكتور عبدالرحمن عبدالله العوضي**

**الأمين العام**

**مركز تعريب العلوم الصحية**

# التمهيد

يتحدث هذا الكتاب «آداب زيادة المريض» عن المبادئ الأساسية المتبعة عند زيارة المريض، حيث يحتاج المريض إلى من يروّح ويخفف عنه ليتحمل وطأة المرض. ويمكن أن يتحقق ذلك بطرق كثيرة أهمها زيارة أصدقائه وأحبابه له، وفي عيادة المريض هذه تكون المنفعة شاملة للمريض والمجتمع في آنٍ واحد حيث تقوى الأواصر الاجتماعية، وتلتقي النفوس في إطار من المحبة والرحمة.

وقد تم تقسيم الكتاب إلى خمسة فصول، حيث يتحدث الفصل الأول عن الآداب العامة للزيارة، ويتناول الفصل الثاني آداب زيارة المريض في المستشفى، ويذكر الفصل الثالث آداب زيارة المرضى المسنين، ثم يشرح الفصل الرابع الآداب الخاصة بزيارة الطفل المريض، ثم يُختتم الكتاب بالفصل الخامس الذي يتناول بالشرح الحديث عن زيارة المريض في المراحل النهائية من الحياة، وقد حرص الكتاب في كل فصل من فصوله على الاستشهاد بالآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة التي تبين ذلك، حتى يُقدم الكتاب للقارئ في صورة مكتملة مشتملاً لكل الآداب التي يجب أن نراعيها عند زيارتنا للمريض.

نأمل أن ينال هذا الكتاب إعجاب قرّاء سلسلة الثقافة الصحية، وأن يكون مفيداً ومعيناً لهم.

***والله ولي التوفيق،،***

**الدكتور يعقوب أحمد الشراح**

**الأمين العام المساعد**

**مركز تعريب العلوم الصحية**

# المؤلف في سطور

*** د. ماهر أحمد الخاناتي**

ـ سوري الجنسية

ـ حاصل على بكالوريوس الطب والجراحة ـ جامعة حلب ـ 1985.

ـ دراسات عليا ـ جامعة دمشق ـ قسم الفيزيولوجيا.

ـ اختصاصي طب الأطفال ـ وزارة الصحة ـ دولة الكويت.

# مقدمة المؤلف

أول مايتبادر لذهن القارئ من عنوان «آداب زيارة المريض» أنه موضوع سهل وبسيط ولا حاجة للتوقف عنده كثيراً، لكن ما يلبث المهتم بهذا الشأن أن يتبين أن هذا ليس موضوعاً طبياً صرفاً، بل هو موضوع متشعب جداً تتداخل فيه الأمور الطبية والنفسية والاجتماعية والدينية والسياسية والأدبية والإعلامية، وتتشابك على نحو يتطلب تضافر الجهود من المعنيين في مختلف تلك التخصصات، لنصل إلى الهدف المنشود، وهو النهوض بأسلوب هذه الزيارة ونتائجها، ليحظى المريض بأقصى فائدة منها، وأقل ضرر، ويعود الزائر وقد نادى عليه ملك من السماء أن طبت وطاب ممشاك وتبوأت من الجنة منزلاً. فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ «من عاد مريضاً نادى منادٍ من السماء: طبت، وطاب ممشاك، وتبوأت من الجنة منزلاً». رواه ابن ماجة. حديث حسن.

إنّ زيارة المريض تزرع في نفسه الإحساس بالحبّ للآخرين، وتخفف عنه الآلام، وتشعره برعاية إخوانه وذويه وأصدقائه ومجتمعه له. والإمام الشافعي ـ رحمه الله ـ يبين أثر عيادة المريض على كل من الزائر والمزور والتعاطف والتواد بينهما فيقول:

مرض الحبيب فعُدْته

فمرضت من حذري عليه

فأتى الحبيب يعودني

فشُفيت من نظري إليه

والمريض الذي يصاب بمرض مؤلم، أو طويل أو يشعره بالخطر على حياته، كثيراً ما يبدأ بعد الشفاء سلوكاً جديداً وعلاقات إنسانية أكثر إيجابية وصواباً، لاسيّما إذا وجد من يعينه على العلاج والشفاء، وتخفيف الآلام، ويبذل له ما يجود به من وقته وجهده وإمكاناته.

والزيارة بلسم للمريض لا ينبغي أن يستهان بشأنها، تعجل الشفاء، وترفع من المعنويات، فيشعر المريض بأن روح الحياة ترد إليه بهذه الزيارة، مما يؤثر بالإيجاب على سرعة الشفاء.

فهذا الذي يزور المريض ويكون مراده من الزيارة هو أن يسأله عن صحته وعند من تطبب وما الدواء الذي تناوله؟ وينتقد طبيبه ودواءه، ويملي عليه بعض النصائح، التي لا يعلم تأثيرها عليه، ثم يتناول نصيبه من الضيافة وينصرف بعد أن سلخت منه الرجاء والأمل، وسلطت عليه عدوين لدودين يمنعان شفاءه هما القلق والحيرة. كَلا، ليست هذه هي الزيارة التي تنفع المريض . فإذا علمنا عظم وأهمية زيارة المريض وما يرجى منها لكل من الزائر والمزور، فلا بد إذن من التوقف والتريث برهة، والاستعداد والتخطيط للزيارة وعدم الاندفاع، ونبدأ بإخلاص النية، والتركيز على زيارة المريض دون غيرها، والتفكير فيما سيقال، وما هو الأصلح من الأقوال والأفعال، وكيف يمكن خدمة المريض، وكيف لنا أن ننقل المريض من خلال زيارتنا له إلى حال أفضل من التي كان عليها قبل زيارتنا له، وما الأشياء التي يمكن أن تدخل السرور إلى قلبه وترفع من روحه المعنوية وتساعد في سرعة شفائه. فعيادة المريض تعني تشجيعه، والارتقاء بمعنوياته، وخدمته، وتفقد أحواله، والتلطف به، وإيناسه، وتعهد حاجاته، وتقوية أواصر المحبة بينه وبين من يلوذ بهم، وهذا ما سنبينه من خلال فصول هذا الكتاب.

نأمل أن يكون هذا الكتاب شارحاً مفصلاً لآداب زيارة المريض، وملماً لهذا الموضوع من كل جوانبه، وأن يجد فيه القارئ مطلبه.

**الدكتور ماهر الخاناتي**

# الفصـــل الأول

## الآداب العامة لزيارة المريض

لزيارة المرضى عموماً آداب على المرء أن يتوخى الالتزام بها، منها:

**1 ـ اختيار الوقت المناسب للزيارة والاستئذان:** متى نزور المريض؟ هل تكون الزيارة على وجه السرعة أم على التراخي؟

إذا كان مرضه بسيطاً الأفضل أن نُسرِع إلى زيارته كما بين ذلك الحديث الشريف: « وإذا مرض فعده »، بقول ابن عباس رضي الله عنهما: «عيادة المريض أول يوم سنّة فما كان بعد ذلك تطوع». رواه الطبرانى في معجمه الأوسط.

**(الشكل 1) : ما يُقدم للمريض عند زيارته (دعوة، وأمل ورجاء)**

ويجب أن نعود المريض في أول يوم فهذا أفضل عند الله عزَّ وجل من أن نعوده بعد أن يغادر الفراش، وبعد أن يذهب إلى عمله، فليس هناك معنى لهذه العيادة في ذلك الوقت المتأخر. أما لو كان في غيبوبة أو في العناية المشددة، أو خرج لتوه من عملية جراحية كبيرة، فينبغي التريث.

والرسول ﷺ يبين لنا في الحديث الشريف متى نعود المريض، فعن أنس بن مالك، قال: « كان ﷺ لا يعود مريضاً إلا بعد ثلاث». أخرجه ابن ماجة. والحديث الآخر: عن ابن عباس رضي الله عنهما قال، قال رسول الله ﷺ «العيادة بعد ثلاث سُنّة». رواه الطبراني. وفي الحديث الشريف: «كنا نقعد في المجلس فإذا فقدنا الرجل ثلاثة أيام، سألنا عنه، فإن كان مريضاً عدناه». رواه البيهقي عن الأعمش رضي الله عنه.

ما الوقت المناسب للزيارة؟ هل هو في الليل؟ أم في النهار؟ في الصباح أم في المساء؟

إذا لم تكن هناك أوقات محددة للزيارة مسبقاً، أو إذا لم يفصح المريض أو ذووه عن الأوقات المناسبة لديهم، فيحكم الذوق العام، فقد يكون المريض مثلاً مرهقاً في نهار رمضان نتيجة الصيام والآلام، فتستحب الزيارة ليلاً عندئذ، ونحاول أن نتجنب الأوقات التي نتوقع أن المريض خلالها يفضل الخلوة والخلود إلى الراحة أو النوم، أو يكون فيها منهمكاً في بعض الإجراءات العلاجية أو الطبية.

اتصل بالهاتف واستأنس واستأذن وتلطف واستعلم عن الوقت المناسب للزيارة بالنسبة للمريض وأهله. قال الله تعالى في سورة النور : يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لاَ تَدْخُلُوا بُيُوتًا غَيْرَ بُيُوتِكُمْ حَتَّى تَسْتَأْنِسُوا وَتُسَلِّمُوا عَلَى أَهْلِهَا ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ ﴿٢٧﴾ فَإِن لَّمْ تَجِدُوا فِيهَا أَحَدًا فَلاَ تَدْخُلُوهَا حَتَّى يُؤْذَنَ لَكُمْ وَإِن قِيلَ لَكُمُ ارْجِعُوا فَارْجِعُوا هُوَ أَزْكَى لَكُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ ﴿٢٨﴾. فهذه الآية تشمل أيَّ بيتَ، حتى ولَو كان بيت أخيك أو عمّك أو قريبك أَو صديقك؛ فأيّ بيت لاينبغي أن تدخله إلا بعد استئناس واستئذان، ومع أن حكم الاستئذان عامّ ولا يختص بالمريض وحده، لكن المريض قد يكون أحوج إليه من غيره. معنى الاستئناس هنا العلم، حتى تستأنسوا أيْ حتى تعلموا أن أصحاب هذا البيت راغبون فيكم أو غير راغبين.

وقد جُعِلَ الاستئذان لئلا تقع عينك على قبيح، لئلا ترى عورات النساء، لئلا ترى ما لا يحل لك، لئلا ترى منظراً مزعجاً. فعن أنس رضي الله عنه، عن النبي ﷺ أنه قال: « إِنَّمَا جُعِلَ الاسْتِئْذَانُ مِنْ أَجْلِ الْبَصَرِ ». رواه البخاري. لأن من أكبر المسوغات للاستئذان النظر، والاستئذان واجب حتى لو أراد الرجل الدخول على أمه، فَعَنْ عَطَاءِ بْنِ يَسَارٍ أَنَّ رَسُولَ ﷺ سَأَلَهُ رَجُلٌ فَقَالَ: « يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَسْتَأْذِنُ عَلَى أُمِّي؟ فَقَالَ: نَعَمْ، قَالَ الرَّجُلُ: إِنِّي مَعَهَا فِي الْبَيْتِ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ : اسْتَأْذِنْ عَلَيْهَا، فَقَالَ الرَّجُلُ: إِنِّي خَادِمُهَا، فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: اسْتَأْذِنْ عَلَيْهَا، أَتُحِبُّ أَنْ تَرَاهَا عُرْيَانَةً؟ قَالَ: لاَ، قَالَ فَاسْتَأْذِنْ عَلَيْهَا». مالك في الموطأ.

ويفهم من قوله تعالى:﴿ وَإِن قِيلَ لَكُمُ ارْجِعُوا فَارْجِعُوا هُوَ أَزْكَى لَكُمْ﴾ ﴿ سورة النور: الأية ٢٨﴾، أن عليك ألا تلح في الدخول، فلا ينبغي للمؤمن أن يذل نفسه، وليرجع فهو أزكى له.

**2 ـ آداب عامة عند دخول الزائر بيت المريض:** الأدب أن لا يقابل الباب عند الاستئذان، وأن يدق الباب برفق لا بعنف، وأن يعرّف عن نفسه بالاسم فلا يقول أنا.. أنا، ولا يحضر في وقت غير مناسب، وأن يغض البصر، ولا يطيل النظر إلى ما يكره النظر إليه، وأن يقلل السؤال، ويظهر الرأفة والرقة، ويخلص الدعاء، وأن يُصبّر المريض بالأمل، ويبشره بالثواب وجزيل الأجر، ويحذره من الجزع لما فيه من وزر. ويستحب الجلوس عند رأس المريض، لا عند رجليه أو في آخر الغرفة، ولا يجوز الجلوس على سرير المريض لأن ذلك يزعجه على الأغلب، إذ تزداد حساسية المريض أثناء المرض وخشيته من العدوى، ولا يحب في العموم أن يشاركه في سريره أحد، كما أنه قد لا يفضل المصافحة. ولا يطيل الجلوس حتى يضجر المريض أو يشق على أهله. إلا في حالات استثنائية، كأن تكون شكوى المريض الرئيسية هي الملل والضجر، أو اقتضت ذلك ضرورة، والمريض هو الذي يلح على الزائر لإطالة المكوث، فعند ذلك لا بأس، ويمكن استثمار الوقت بذكر الأحاديث المفيدة التي تشرح الصدور. لكن في حال وجدنا المريض مرهقاً، أو أنه بحاجة لبعض الإجراءات الطبية التشخيصية أو العلاجية، أو أنه محتاج أن يتناول طعامه، أو أنه يميل إلى الخلوة والخصوصية، فليس لنا

أي عـذر عندئذ بإطالة الزيارة، بل إن الذوق والأدب يتطلب الإيجـاز، وإفسـاح المجال للأطباء وطاقم التمريض لينجزوا أعمالهم دون حرج. وقديماً قال الشاعر:

أدب العيادة أن تزور مُسلِّمًا

وتكون في أثر السلام مودعًا

ولايُثقِل على المريض وأهله بأن يجعلهم يخدمونه، ويعدون له الطعام والشراب مع الضيافة، فإن ذلك يذهب بأجر الزيارة وثوابها. فيستحب للعائد ألا يتناول عند المريض طعاماً ولا شراباً، فلعلة العدوى، أو لعلة أن هذا المريض منعه الطبيب من هذه الأكلة، فإذا أكلتها أمامه قد يشتهيها وقد يأكلها مغلوباً فيتأخَّر شفاؤه! وقد تبلغ بنا الآداب الأصيلة أحياناً شأناً عظيماً فيعتلج الشوق إلى لقيا رفيق أو صديق في صدورنا في بعض الأحيان ليبلغ بأحدنا منتهاه؛ فلا يملك له رداً؛ فتأخذه قدماه قسراً لزيارته دونما موعد ولا إنذار ولا مُهاتفة؛ ويقبع المريض في فراشه الليالي ذوات العدد؛ يصارع فيها الآلام العظام؛ وقسوة مزعجات الأحلام؛ ولا ينفك من ذلك ولا يستيقظ إلا على صوت جرس الباب، فيقوم متحاملاً على نفسه؛ ليرى من بالباب؟ فيفاجأ بجيش عرمرم من الأصدقاء الذين قَدِموا للسلام على شخصه الكريم وتهنئته بالصحة والعافية التي ما طرقت له باباً وما رآها إلى ساعته تلك؛ فيضطر إلى إدخالهم اضطراراً، وأن يتحامل على نفسه ويتجلد كي يُرى قوياً لا تضعضعه النوازل والنوائب.

فكن أخي رؤوفاً وعطوفاً وألوفاً وودوداً وضع نفسك مكان المريض وامض معه حيث ما يشاء، أمسك بيده وتجول معه إن كان ذلك مناسباً ومسموحاً به، وكن له خادماً مطيعاً، والتعاطف لا يكون بالكلمات ولا بالنوايا الحسنة فقط، اجلس بقربه وضع يدك على رأسه وادع له.

**3 ـ محادثة المريض:** احذف من قاموسك جميع الكلمات النابية والمصطلحات ذات الدلالات السلبية، وليكن شعارك: «وَقُولُواْ لِلنَّاسِ حُسْناً وَأَقِيمُواْ الصَّلاَةَ وَآتُواْ الزَّكَاةَ ثُمَّ تَوَلَّيْتُمْ إِلاَّ قَلِيلاً مِّنكُمْ وَأَنتُم مِّعْرِضُونَ﴾ ﴿٨٣﴾ سورة البقرة. فإذا كان الأمر بالقول الحسَن عَاماً لجميع الناس لَكنه يتأكد أكثر للمرضى ولذوي القربى،

فالكلمة الطيبة شبهها القرآن بالشجرة الطيبة أصلها ثابت وفرعها في السماء تؤتي أُكلها كل حين بإذن ربها.

4 ـ **الإصغاء لما يقوله المريض مهما كان كلامه**، وكيف كان مزاجه، دون أن نحاكمه أو ننتقده، لئلا نفقد ثقته، فقد يكون المريض بحالة مزاجية سيئة، أو محبطاً، أو غاضباً، أو خائفاً، أو يائساً، وهدفنا هنا المساعدة في تجاوز الأزمة لا تعقيدها وتشديدها من خلال الكلمات أو التلميحات أو المواقف السلبية، فيجب أن يشعر المريض بالأمان ويتحدث على سجيته بكل ما يفكر فيه، ولنعلم أن اللحظة التي نبدأ فيها بانتقاده والتقليل من شأنه، هي دعوة له للانسحاب والانعزال، أو للاستجابات الملفقة، وغير الصادقة. قد يحتاج المريض لبعض الصمت، فلا ينبغي ملء جميع لحظات الزيارة بالثرثرة والكلام عديم المعنى وغير الضروري، فكثيراً ما يكون المريض بحاجة للهدوء ليستجمع أفكاره ويتحدث بما يريد أن يقول. هيء نفسك أن تكون مساعداً على ذلك، ويمكن ملء لحظات الصمت هذه ببعض التعابير، واللمسات المعبرة عن المؤازرة، بالإمساك بيد المريض مثلاً أو التربيت عليها، أو على ظهره للتعبير عن التواصل، أو المسح على رأسه، مالم تكن هناك خشية من مرض معد، وكل ذلك مع الانتباه، لتفاعل المريض وارتياحه وتقبله لذلك، فكل شيء يجب أن يتم حسب رغبته، دون أي ضغوط، أو إملاءات من الآخرين. وحسبه من الإملاءات ما يتعرض له من الأطباء، وغيرهم ممن يتطوع لنصحه، أو لإدارة شؤونه.

وربما رقاه بيده ومسح على ألمه بما ينتفع به المريض. ولربما كانت عند المريض بعض الظنون من أن مرضه من الشدة بحيث قد يهدد حياته، فلذلك يجب ترك الفرصة له ليتحدث بما يشغل باله، ثم يعالج بما يناسب حاله بالعبارات الصادقة والمطمئنة.

5 ـ **تجنب العبارات المحبطة والإيماءات السلبية:** ولا تعتقد أن بعض الأمراض المشخصة للمريض مثل السرطان أو الجلطة هي مرادفات للموت المحقق أو العجز الدائم، فتدمر معنويات المريض بعبارات محبطة أو ذات حكم مسبق مثل "أنا أعرف ما تشعر به تماماً" لأن كل فرد فينا مختلف عن الآخر وله مشاعر مختلفة، ومن المستحيل على أي منا أن يعرف بالضبط ما يشعر به

الآخر، لكن يمكن ذكر بعض التجارب المشابهة التي مررنا بها والتي آلت نهايتها إلى الشفاء والتحسن مع مرور الوقت.

6 ـ **الحلم والصبر مع المريض**، والتأني وعدم الاستعجال وتقديم الحلول غير المدروسة جيداً، فالمريض يحتاج من الزائر أن يكون محل ثقته، وأن يبوح له بما يجول في خاطره وهو غالباً لديه الحلول فيجب أن ننصت له ونحترم رأيه حتى ولو كان مخالفاً لما نراه، ونعطيه الفرصة الكاملة ليطرح ما يبدو له. وأحياناً يكون الصمت أبلغ من الكلام. لكن الاستثناء من ذلك قد يكون موجوداً عند الأطفال أو الأشخاص شديدي القلق، أو الذين يعانون من رهاب المستشفيات، فهؤلاء تكون لحظات الصمت هذه مرعبة لهم.

7 ـ **الانتباه لحالة المريض واحتياجاته**؛ كن لمّاحاً واقرأ ما بين السطور واستنتج ما يرمي إليه المريض من خلال كلامه وتلميحاته، فربما قال المريض عبارة "لا أحب أن أكون عبئاً على أحد" مثلاً ، فما هو قصد المريض من هذه العبارة؟ إنه لا يقصد بالتأكيد الاستغناء عن المساعدة والتعاطف لا بل على العكس من ذلك، ربما كانت له احتياجات يرغب أن يعبر عنها، لكنه ينتظر التشجيع على ذلك، وربما كان قلقاً لأن مرضه سوف يمنعه من أن يكون معتمداً على نفسه بشكل كامل، كما كان عهده قبل المرض، وبسؤاله عن ذلك نفتح له فرصة للتعبير عن احتياجاته ومخاوفه وآماله.

8 ـ **الاستعداد لمساعدة المريض وقضاء حوائجه قدر الاستطاعة**؛ وعلى نحو مناسب، فلربما أن المرض قد أقعد مريضك عن قضاء كثير من احتياجاته الضرورية، فقد يحتاج لترتيب المكان، أو للتشجيع، أو لرعاية الأطفال، أو لسقاية النبات، أو لإجراءات، أو التزامات حان وقت أدائها، وقد يترتب على تأخيرها دفع غرامات؛ كتجديد رخصة السيارة أو خدمة معينة لها، أو دفع فاتورة الهاتف، أو الكهرباء، قد يحتاج إلى الدواء، وليس عنده من يأتيه به، أو زوجته مريضة، وهو في أمَس الحاجة إلى بعض أنواع الطعام، قد يكون مضطراً إلى إرسال رسالة فأقعده المَرض عن إرسالها، أو يكون مضطراً إلى تسجيل معاملة ينتهي وقتها بعد يومين أقعده المرض عن تسجيلها، وربما كان مضطراً إلى أن يفعل شيئاً أساسياً في حياته وأقعده المرض عن ذلك. وتذكر دائماً أن

الله في عون العبد ما دام العبد في عون أخيه، وأن من نفّس عن مؤمن كربة من كرب الدنيا نفّس الله عنه كربة من كرب يوم القيامة.

9 ـ **الدعاء للمريض:** ينبغي للزائر أن يطيّب نفس المريض وأن يدعو له بالشفاء التام والعاجل والعمر المديد، حتى ولو كان المرض خطيراً، ومن الكلام الصادر من نور مشكاة النبوة أيضاً: «أن النبي ﷺ كان يعود بعض أهله، يمسح بيده اليمنى ويقول: أذهب البأس رب الناس، اشف أنت الشافي، لا شفاء إلا شفاؤك، شفاءً لا يغادر سقماً» رواه الشيخان عن عائشة رضي الله عنها. وعن ابن عباس رضي الله عنهما « من عاد مريضاً لم يحضره أجله، فقال عنده سبع مرات أسأل الله العظيم رب العرش العظيم أن يشفيك، إلا عافاه الله من هذا المرض»، رواه أبو داوود والترمذي والحاكم.

أي إذا ابتهلت إلى الله ابتهالاً شديداً، وكنت محباً لهذا الأخ ودعوت الله أن يشفيه لعل الله عزَّ وجل يظهر له كرامتك عنده وكرامته عندك وأن يشفيه بهذا الدعاء، لذلك دعوة الأخ لأخيه لا ترد كما قال النبي ﷺ «لا بأس طهور إن شاء الله»، سنن ابن ماجة، وعن أبي عبد الله عثمان بن أبي العاص رضي الله عنه أنه شكا إلى النبي ـ ﷺ ـ وجعاً في جسده فقال له: «اجْعَلْ يَدَكَ الْيُمْنَى عَلَيْهِ وَقُلْ بِسْمِ اللَّهِ أَعُوذُ بِعِزَّةِ اللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ سَبْعَ مَرَّاتٍ فَقُلْتُ ذَلِكَ فَشَفَانِيَ اللَّهُ » سنن بن ماجة. ويروي لنا إمام الأندلس، الشيخ الجليل بقي بن مخلد الأندلسي، الذي رحل من الأندلس إلى بغداد، ماشياً على قدميه ليطلب العلم والحديث من الإمام أحمد بن حنبل، رحمه الله عن زيارة الأخير له في مرضه، ودعائه له: فيقول رحمه الله: «لم ينس الإمام أحمد معاناتي معه في طلب العلم فكان يعرف لي حق صبري، فكنت إذا أتيت حلقته العظيمة، وهو بين تلاميذه، ففسّح لي وأوسع لي في مجلسه، ويقص على أصحاب الحديث قصتي معه، فكان يقرأ عليَّ الحديث، وأقرأه عليه، ومرت الأيام وأنا على تلك المكانة عند أحمد، حتى أصابني مرض فأرقدني في سريري، ففقدني من مجلسه فسأل عني، فأُعلم بعلتي، فقام من فوره مقبلاً عليَّ عائداً لي بمن معه، وأنا مضطجع في البيت الذي كنت قد أجّرت، وكسائي عليَّ وكتبي عند رأسي، فسمعت الدار قد ارتج بأهله، وأنا أسمعهم يقولون: هو ذاك أبصروه، وهذا إمام المسلمين مقبلاً، فأسرع إليّ صاحب الدار قائلاً: يا بقي هذا أحمد بن حنبل إمام المسلمين مقبلاً عليك، عائداً لك، فدخل فجلس عند رأسي، وقد امتلأ المكان من أصحابه فلم يسعهم، حتى صارت فرقة منهم في الدار وقوفاً

وأقلامهم بأيديهم، فما زادني على هذه الكلمات، فقال لي: يا أبا عبدالرحمن أبشر بثواب الله، أيام الصحة لا سقم فيها، وأيام السقم لا صحة فيها، أعلاك الله إلى العافية، ومسح عنك بيمينه الشافية، فرأيت الأقلام تكتب لفظه ـ (لأنهم يعلمون أنه إمام عالم بالحديث والسنة، وهذا درس تطبيقي عملي، ويريدون من خلاله حفظ ما يفعله وما يقوله عند زيارته للمريض) ـ ثم خرج عني، فأتاني أهل الدار يلطفون بي ويخدمونني، فواحد يأتي بفراش، وآخر بلحاف، وبأطايب الأغذية، وكانوا في تمريضي أكثر من تمريض أهلي لو كنتُ بين أظهرهم»، فتأمل، رحمك الله، في هذه الزيارة الوجيزة كم اشتملت على الخير والبركة، وكيف لخصت الآداب العامة لزيارة المريض، وكيف أقبل الإمام لزيارة أحد طلبة العلم المتفانين في طلبه، وجلس عند رأسه، فناداه بكنيته، يا أبا عبد الرحمن، وبشره ودعا له، وانصرف، ليقوم غيره بعد ذلك بواجب العناية والخدمة والتمريض.

**10 ـ طلب الدعاء من المريض:** ومن فضل الله وكرمه أن جعل دعوة المريض كدعاء الملائكة، لذلك يستحب طلب الدعاء من المريض. عن عمر بن الخطاب رضي الله عنه عن النبي ﷺ قال: «إذا دخلت على مريض فمره يدعو لك، فإن دعاءه كدعاء الملائكة». رواه ابن ماجة.

**11 ـ حث المريض على الإيمان بالقدر والرضا بالقضاء والصبر على المكاره:** والإيمان بأن الشافي هو الله، قال تعالى: ﴿وإذا مرضت فهو يشفين﴾﴿٨٠﴾ ﴿سورة الشعراء﴾، لا مكان لليأس مع الإيمان، قال تعالى: «لاَ تَيْأَسُواْ من رَّوْحِ اللّه إِنَّهُ لاَ يَيْأَسُ من رَّوْحِ اللّه إِلاَّ الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ». ﴿٨٧﴾ ﴿سورة يوسف﴾، وتذكيره بأن الذي يكشف بلواه هو الله لا أحد غيره، يقول الشافعي:

يا صاحب الهم إن الهم منفرج
أبشر بخير فإن الفارج الله
اليأس يقطع أحياناً بصاحبه
لا تيأسن إن الصانع الله
إذا بليت فثق بالله وارضى به
إن الذي يكشف البلوى هو الله

فلماذا التشاؤم؟ ولماذا اليأس من رحمة الله عزَّ وجل؟ والذي عند الله ليس عند العبيد، اليأس نوعٌ من أنواع الكفر بالله، والقنوط من رحمة الله من صفات الكافرين. كما قال تعالى: « إِنَّهُ لاَ يَيْأَسُ مِن رَّوْحِ اللّهِ إِلاَّ الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ» . ﴿٨٧﴾ ﴿سورة يوسف﴾. كما طلب من المؤمن ألا يقنط من رحمة الله، وذلك في قوله تعالى: «قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنفُسِهِمْ لاَ تَقْنَطُوا من رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ». ﴿٥٣﴾ ﴿سورة الزمر﴾. والحال كما قال الإمام الشافعي:

ضاقت فلما استحكمت حلقاتها

فرجت وكنت أظنها لا تُفرَج

وقال أيضاً في سورة البقرة: «وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ» ﴿١٥٥﴾. وبيّن أن أجر الصابرين لعظمته وكرمه يُعطى لهم دون حساب، فقالَ سبحانه:«إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُم بِغَيْرِ حِسَابٍ» ﴿١٠﴾، ﴿سورة الزمر﴾. إذا شعر المريض أنه في حال ابتلائه يكون قريباً من الله تعالى، هانت عليه آلامه، وأمكنه التكيف مع كل ما يواجهه من محن، بعيداً عن الجزع والاكتئاب.

وهذه الطمأنينة والسكينة هي من أهم مقومات الصحة النفسية، وهي دائماً تعود عليه بخيري الدنيا والآخرة. ففي الحديث :عن أبي يحيى صهيب بن سنان ـ رضي الله عنه ـ عن النبي ﷺ قال: «عجباً لأمر المؤمن.. إن أمره كله خير، وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن، إن أصابته سراء شكر، فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء صبر، فكان خيراً له». رواه مسلم.

## 12 ـ تذكير المريض بأن المرض تكفير للذنوب أو رفع للدرجات:

فالله عز وجل بعباده رؤوف رحيم، وقد جعل مع كل محنة منحة، ومع كل عسر يسر، وفضله ورحمته وسعت كل شيء، ومهما قل الألم، ولو كان مجرد شوكة يشاكها، فإن الله سبحانه يعطي عليها الأجر والثواب، عن أبي سعيد الخدري ـ رضي الله عنه ـ عن أبي هريرة ـ رضي الله عنه ـ عن النبي ﷺ قال: «ما

يصـيب المسلم من نصب ولا وصب، ولا هم ولا حـزن، ولا أذى ولا غم، حـتى الشوكة يشاكها، إلا كفرّ الله بها خطاياه». رواه البخاري في صحيحه.

عن أبي هريرة رضي الله عنه، قال ذُكرت الحمى عند رسول الله ﷺ، فسبها رجل فقال النبي ﷺ: « لا تسبها، فإنها تنقي الذنوب كما تنقي النار خبث الحديد». رواه ابن ماجة.

وهذا هو الحبيب ﷺ يزف البشرى للسيدة أم العلاء وقد كانت مريضة، عن أم العلاء قالت: عادني رسول الله ﷺ وأنا مريضة فقال: «أبشري يا أم العلاء، فإن مرض المسلم يُذهِب الله به خطاياه، كما تذهب النار خبث الذهب والفضة». رواه أبو داوود.

وكيف يحزن الإنسان إذا علم أن الابتلاء والمرض هما إلا لتكفير الذنوب، أو لرفع الدرجات. عن محمد بن خالد السلمي ـ رحمه الله ـ عن أبيه، عن جده، وكانت له صُحبة، قال سمعت رسول الله ﷺ يقول: «إن العبد إذا سبقت له من الله منزلة لم يبلغها بعمله ابتلاه في جسده أو ماله أو ولده، ثم صبَّره على ذلك حتى يبلغه الله المنزلة التي سبقت له من الله تعالى». رواه أبو داوود. والنفس عند المرض ترق وتصبح شفافة وقريبةً من الله عزَّ وجل، لأنه في أثناء المرض، يشعر الإنسان بضعفه، وخلق الإنسان ضعيفاً، المرض من نعم الله على الإنسان، لو أن الإنسان لم يمرض إطلاقاً لظن أنه قوي، ولكن هذا المرض يحجمه ويعطيه حجمه الحقيقي، يجعله عبداً لا يقوى على شيء، ولو كشف الغطاء لرأيت أن المرض من نعم الله الكبرى على الإنسان، فلعل المرض هو الذي حثه على التوبة، أو عرفه بعبوديته. وقد كان ﷺ أشد الناس ابتلاء. عن عائشة – رضي الله عنها، قالت: «ما رأيت أحداً أشد عليه الوجع من رسول الله ﷺ ». رواه البخاري. وعن عبد الله رضي الله عنه، قال: دخلت على النبي ﷺ وهو يوعك ـ (أي يعاني من شدة المرض) ـ فقلت: يا رسول الله، إنك توعك وعكاً شديداً، قال: «أجل، إني أوعك كما يوعك رجلان منكم. قلت: ذلك بأن لك أجرين، قال: أجل، ذلك كذلك». رواه الشيخان. وعن فاطمة بنت اليمان أخت حذيفة قالت: «أتيت النبي ﷺ في نساء نعوده، فإذا بسقاء يقطر عليه

من شدة الحمى، فقال: إن من أشد الناس بلاءً الأنبياء ثم الذين يلونهم، ثم الذين يلونهم». رواه البخاري وصححه الحاكم.

ومن فضل الله تعالى، ألا ينقص للمريض أجر ما كان يعمله وهو صحيح. عن أبي موسى رضي الله عنه، عن النبي ﷺ قال: « إذا مرض العبد أو سافر، كتب الله له من الأجر مثلما كان يعمل صحيحاً مقيماً». رواه البخاري وأحمد. أعتقد أن هذه النصوص والأحاديث كافية جداً ليقبل الإنسان المرض، ويصبر عليه، ويرضى به، وأن يعود المريض، ويحثه على ذلك. ولا يعني القبول والرضا هنا ترك التداوي، ورجاء العافية، بل يأخذ بالأسباب ويرضى بالمكتوب، وقد يفرّ الإنسان من قضاء الله إلى قضاء الله.

**13 ـ الحث على التداوي:** فقد كان ﷺ يستعيذ بالله تعالى من زوال النعمة وتحول العافية. عن عبد الله بن عمر رضي الله عنهما، قال: كان من دعاء رسول الله ﷺ: «اللهم إني أعوذ بك من زوال نعمتك، وتحول عافيتك، وفجاءة نقمتك، وجميع سخطك». رواه مسلم. كما أنه أمر المسلمين صراحة بالتداوي. فعن أسامة بن شريك رضي الله عنه عن رسول الله ﷺ قال: «يا عباد الله تداووا» «رواه أحمد». كما نهى ﷺ عن تمني الموت. حيث ورد عن أنس بن مالك رضي الله عنه أنه قال، قال النبي ﷺ: «لا يتمنين أحدكم الموت من ضر أصابه، فإن كان لابد فاعلاً فليقل: اللهم أحيني ما كانت الحياة خيراً لي، وتوفني إذا كانت الوفاة خيراً لي». رواه البخاري.

# الفصـــل الثاني

## آداب زيارة المريض في المستشفى

يُقدّر مريض المستشفى من يزوره عادة تقديراً عالياً، وخاصة إذا ساعده في إزالة كثير من حزنه وتوتره، والتزم بآداب الزيارة المراعاة، فزيارة صديق أو قريب تلعب دوراً هاماً في عملية الشفاء، ووسيلة تتوطد من خلالها أواصر المحبة والقربى، وتمثل دواءً سحرياً ينهض بأرواحنا حتى ولو كانت أجسادنا ثقيلة على الأسرّة والوسائد، لكن للأسف، فإن واقع الأمر في كثير من الأحيان يكون على النقيض من ذلك، بسبب عدم الاهتمام، أو عدم مراعاة آداب الزيارة، مما قد ينعكس على صحة المريض، بشكل سيء قد يكون مهدداً لحياته. فكم من مريض قد أوشك على الشفاء ودنا منه حتى أصبح قاب قوسين أو أدنى، لكن انتكست حالته بعد زيارة قريب له، قصد ذلك أو لم يقصد. ولفهم نفسية المريض في المستشفى لا بد من أن نضع أنفسنا مكانه.

**(الشكل 2) : تقديم الهدايا الرمزية لها أثر طيب على صحة المريض**

**ما هو شعورك لو كنت أنت المريض الذي يتلقى العلاج في المستشفى؟** يمثل دخول المستشفى وقتاً عصيباً للمريض، فالمستشفيات تمثل أماكن مخيفة، ودخولها يشبه إلى حد بعيد السفر إلى بلد أجنبي، كل شيء فيه مختلف عما ألفناه وتعودنا عليه، بما في ذلك اللغة والمناظر والروائح والأشخاص.

اسأل نفسك دائماً "لو كنت أنا المريض ما الشيء المفيد لي؟"، "وما الشيء الذي قد يكون مشكلة حقيقية؟". تخيل نفسك وأنت شخص يعتمد عليه وكلك ثقة، وأنك ذهبت إلى طبيب تشتكي من بعض الشكاوى البسيطة لكنها أبت أن تزول من تلقاء نفسها. وقد طلب منك الطبيب بعد أن قام بفحصك أن تذهب إلى المختبر لإجراء بعض التحاليل. وبعد أن سحب منك الدم للتحليل، وتم فحصك بإجراء التصوير بالأشعة، طلب منك الفني أن تذهب إلى بيتك وتنتظر ليتصل بك الطبيب ويخبرك عن النتائج. وبدأت هنا لعبة الانتظار، لتتصل بك الممرضة بعد يومين من مكتب الطبيب وتطلب منك الحضور إلى مكتب الطبيب ليقوم بمزيد من الاختبارات. بدأت تشعر ببعض القلق وسألت "هل توجد أية مشكلة؟" ردت عليك الممرضة ببعض الإجابات غير الشافية وأخبرتك أن عليك الحضور لمزيد من الاختبارات. وتستمر لعبة الانتظار. وبعد يوم آخر من سلسلة الاختبارات اتصلت الممرضة من جديد وأخبرتك أن الطبيب يريد أن يراك في مكتبه. ازدادت عصبيتك وجلست في قاعة الانتظار تنتظر دورك لينادى على اسمك. وأخيراً وبعد انتظار بدا لطوله أنه لن ينتهي ولجت أخيراً إلى غرفة الطبيب. الذي أخبرك أن هناك نمواً نسيجياً أو ورماً صغيراً في رئتك اليمنى، وأوصى بإزالته جراحياً على وجه السرعة ليرى فيما إذا كان حميداً أم خبيثاً، وسألك ماهو أسرع موعد يمكنك الحضور فيه إلى المستشفى لتكون جاهزاً لذلك؟".

وتقفز إلى ذهنك هنا شتى أنواع الأسئلة، لكنك مصدوم وعاجز عن التلفظ بها. لقد كان أسبوع الانتظار الأخير عصيباً بالنسبة لك ومع ذلك تمتمت بصوت خافت أن يوم الاثنين المقبل مناسب. ولا يزال أمامك مزيد من الانتظار والنوم المتقطع والمزعج والحافل بالكوابيس المخيفة، وخاصة ليلة الأحد السابقة لدخول المستشفى، استيقظت عدة مرات ونظرت إلى الساعة خلال الليل. وأخيراً جاء صباح يوم الاثنين، وخطوت تجاه المستشفى وحالما وقفت على مكتب الاستقبال شعرت بأن خصوصيتك قد انتهكت كإنسان عند مكتب الاستقبال، حيث بدأ الموظفون يسألونك العديد من الأسئلة الشخصية، عن عمرك وحالتك الاجتماعية، وعدد الأطفال، وانتمائك الديني، ووظيفتك، وبيانات صاحب العمل، وشركة التأمين الصحي، والحالة المالية، والأقارب، وغيرها الكثير من الأسئلة التي لا تعد ولا تحصى. وبعد ذلك أخذوك إلى غرفة، وأخذت منك ملابسك الخاصة ووضعت في سلة صغيرة،

وطلب منك أن تلبس قطعة قماش رمادية باهتة لا لون لها ولا مظهر، عبارة عن ثوب قبيح لا يتلاءم مع شخصيتك. ومعظم الناس حولك غرباء يدخلون ويخرجون دون استئذان كما يشاؤون هم، لا حسب رغبتك أنت. وغرز في جسمك العديد من الإبر والقثاطر وأدخلت الأنابيب إلى جوفك. وقبل بدء موعد الجراحة بساعات قرر الطبيب إجراء اختبار آخر وانتظرت مرة أخرى نتيجة ذلك الاختبار. في تلك الأثناء كان يشاركك غرفتك اثنان، أو ثلاثة من الغرباء كثيري الشكاوى والمتألمين والمتأوهين الذين لا يحلو لهم الحديث إلا عندما تكون أنت راغباً بالخلود إلى الراحة، ومنهم من يكون مدمناً لبرامج التلفاز طوال الليل أو يحب تشغيل المذياع بصوت صداح. أو قد تكون في غرفة خاصة بمفردك وتشتهي أن يكون معك إنسان تكلمه أو تتبادل معه بعض الخبرات والتجارب وتبدأ أحاسيس الانعزال بالزحف نحوك. وتم تأخير موعد الجراحة ـ التي نادراً ما تتم في موعدها ـ بانتظار دراسة نتائج التحليل. الأكل واجب عليك عندما يقدم لك لا كما يحلو لك ولا كما تشتهي، ولا عندما تكون جائعاً ولا حسب المذاق الذي يطيب لك. وأحياناً غير مسموح لك نهائياً بالطعام. ولن تستطيع الخلود إلى النوم عندما تشعر بالنعاس، فالممرضات يدخلن ويخرجن إما لإعطائك بعض الأدوية أو لقياس الضغط أو الحرارة، أو ربما فقط لسؤالك هل أنت نائم أم مستيقظ؟ الزيارة محددة في أوقات معينة ولعدد محدد. الحمية الغذائية من الطعام والسوائل محددة أيضاً. وربما طلب منك أن تتقيد بالتعليمات متى وكيف تذهب إلى الحمام. ولن تجد فرصة كافية لتستحم، ولن يعجبك شكل الحمام أصلاً، ولن ترتاح إلى منظره. أما الفريق الطبي فإنهم يناقشون حالتك مستخدمين مصطلحات واختصارات عجيبة وغريبة لا هي من لغتك ولا هي من الكلمات المألوفة عندك. والإجراءات الطبية تتم لغايات قد لا تفهمها. وبدأت تشعر نفسك محاطاً بجو مخيف. ومع اقتراب موعد نتائج الاختبار والجراحة القادمة بدأت تتخيل الأسوأ، فكيف بك إذا غيرت الجراحة نمط حياتك؟ وما هو شعورك لو فقدت جزءاً من

**(الشكل 3) : تعاون الطاقم من أساسيات الاهتمام بالمرضى**

جسمك؟ وهل سيبقيك صاحب العمل في وظيفتك لو استمرت إقامتك في المستشفى عدة أسابيع؟ وكيف ستدفع جميع الفواتير المتراكمة إذا فصلت من عملك؟ وكيف سيتفاعل شريك حياتك مع الموقف؟ ومن سيعتني بالأطفال؟ فجأة أصبح مستقبلك غامضاً بلا ملامح. بدأت المخاوف والوساوس تدب في ذهنك بعد أن كنت واثقاً من كل شيء أصبحت لا تثق في أي شيء. لقد دخلت في أزمة حقيقية أنت ومن حولك من أقاربك وأصدقائك.

ربما يختلف السيناريو السابق من حالة إلى أخرى ومن مكان إلى آخر لكن مشاعر المرضى المقبولين في المستشفيات متشابهة عادة، وبغض النظر عن عدد زيارات المستشفى السابقة للمريض، فكل زيارة لها خصوصيتها المتميزة، ومجموعة من الظروف المحيطة بها التي تجعل مشاعر المريض في النهاية أنه فاقد السيطرة على خصوصيات حياته.

## لماذا الزيارة مهمة؟

في أجواء المستشفى المذكورة سابقاً التي يتم التركيز فيها على المشكلات والأزمات التي يتعرض لها البدن فقط، ناسين أن المريض إنسان له روح ومشاعر وأحاسيس، كم أنت بحاجة إلى من يعيد لك البسمة والثقة في هذه الأجواء، ويفتح أمامك أبواب الثقة والأمل، وينقذك من إحساس الخوف والعزلة الذي ألم بك. ربما بدأ الوسط الطبي حديثاً بالاهتمام بمشاعر وأحاسيس المرضى، كنتيجة للضغوط الاجتماعية، وبدأ يدرك أهميتها في عملية الشفاء. لكن لازال هناك الكثير الذي يجب عمله لمعرفة الأبعاد الروحية لعملية الشفاء التي لاتزال مهملة إلى حد بعيد. حيث إن التغيرات التي تحدث للمريض تكون عادة سريعة ومتعددة، فإن المريض يشعر بالعجز وفقدان السيطرة والرعب أحياناً، وخاصة إذا كان المريض طفلاً فقد يشعر بالرعب وعدم التوجه. وكزائر يمكنك أن تمنح المريض مقياساً للعودة إلى السيطرة والتحكم. فبسؤال بسيط تطلب من خلاله الإذن بالزيارة "هل يمكنني أن أزورك؟" أو بالجلوس "هل تسمح لي بالجلوس؟" أو بالحديث "هل هذا وقت ملائم لك لنتحدث؟" فبسماحك للمريض بالتحكم بالمواقف تعطيه شعوراً بالثقة، بدلاً من أن تكون شخصاً آخر يملي عليه ما يجب عليه فعله. وتمنحه شعوراً بأنه ليس وحيداً وتخلصه من إحساسه العميق بالعزلة المحيطة به في جو المستشفى الخانق.

ويمكن للأشخاص المقربين من المريض أن يتولوا كثيراً من المسؤوليات ويتأكدوا أن حاجات المريض الأساسية مُؤَمَّنة. ويقومون بخوض المعركة نيابةً عن المريض عندما يكون المريض بحالة رعب وعجز عن خوض معركته الخاصة ضد المرض. كما أن زوار المريض حين يقومون بزيارته وتشجيعه فإنهم بذلك لا يمنحون الشجاعة للمريض فقط بل يقدمون الحماس أيضاً لمن يقوم بالعناية بالمريض، وربما أيضاً للمرضى الآخرين حول المريض. وربما كان بقاؤهم مع المريض لفترة مؤقتة ريثما يذهب ذووه المقربون منه لقضاء بعض شؤونهم واحتياجاتهم له أهمية كبيرة في مساعدتهم.

## كن حساساً لظروف المريض واحتياجاته

قد لا تقابل زيارتك بالحماسة التي ترجوها، فقد يكون المريض منهمكاً وقد لا يتمكن من التفاعل مع محادثتك بما يسرك، وقد يكون الألم مسيطراً عليه ومستحوذاً على كامل تركيزه. وقد يكون ميالاً للنوم بسبب الأدوية التي يتناولها، وقد يكون بحالة عبوس بسبب الظروف والملابسات التي تعرض لها. وقد يكون متعباً طوال اليوم عاجزاً عن الحديث، وقد يكون فقد جميع طاقاته فلم يعد لديه منها ما يمكّنه من الاهتمام بالزائر. كما أن بعض المرضى قد يكونون قلقين من ناحية مظهرهم ولا يحبون أن يراهم أحد على هيئة غير ملائمة، وبعض المريضات لا يتحملن أن يراهن الزوار دون مكياج أو زينة أو تسريحة شعر. وقد يكون الوقت غير مناسب لزيارتك بسبب أن المريض بحاجة لقضاء بعض حوائجه، أو ميال للنوم. قد يكون مزاج المريض مكتئباً أو خائفاً ويصعب عليه تحمّل الثرثرة ولغو الحديث. قد يربط المريض بين مرضه وبعض عاداته، فقد يلوم نفسه لأنه مدخن مما سبب له سرطاناً في الرئة وليس من مهمتك أن توافق أو تعارض موقفه فقط، دعه يتحدث ويعبر عما يجول في خاطره. اعط له فرصة التعبير عن الندم أو الإحساس بالذنب أو الإحساس بالمسؤولية أو التقصير دون أن تشير إلى أن مرضه قد حدث له بسبب خطئه أو عقاباً له عما قدمت يداه.

(الشكل 4) : زيارة المريض تخفف من آلامه

لا تتوقع أن يستقبلك المريض بحرارة وأن يكون خير مضيف لك، ولا تنس أنه في سريره، سواء أكان في بيته أو في المستشفى، ولا تنتظر منه أن يقوم بخدمتك. وظيفتك أنت أن تخدمه وأن تلبي احتياجاته هو.

قد تكون مناعة المريض مثبطة، ومعرضاً للعدوى بالڤيروسات والجراثيم بسهولة، لذلك وفرّ عليه عناء تلك المضاعفات غير المرغوبة إذا كنت تشعر أنك مريض بأي مرض معدٍ كالحرارة والسعال أو نزلات البرد أو غيرها.. وهنا قد تفي المحادثة عبر الهاتف بما هو مطلوب.

لا تزر مريضاً عندما تكون أنت أصلاً مريضاً وخاصة إذا كان مرضك معدياً أو كانت مناعة المريض ضعيفة أو مثبطة، فقط اكتف بالاطمئنان عنه عبر الهاتف.

## كيف يمكنك أن تساعد المريض؟

كثيراً ما نسمع المريض يتفوه بعبارات العاجز واليائس مثل: "لا أعرف ما ينبغي عليَّ أن أفعل أو أن أقول" أو " أشعر بنفسي أني أصبحت عديم الفائدة ". كثيراً ما تكون زيارة صديق مريض صعبة، لكن لا ينبغي أن يبالغ بالحذر من الوقوع في بعض الأخطاء بحيث يمنع من الزيارة. ومن الأهمية بمكان المحافظة على العلاقات الاجتماعية وتوطيد أواصرها في أوقات الشدِّة والمرض.

وإليك بعضاً من النقاط العملية المفيدة لتتذكرها قبل زيارتك للمريض:

- اتصل أولاً واسأل إذا كان هذا الوقت مناسباً لزيارتك، فقد يكون عند المريض بعض الإجراءات التشخيصية أو العلاجية التي تشغله عن استقبالك. قد لا يكون الاتصال قبل الزيارة عملياً في كل الحالات، وعندئذ يمكنك أن تجرب حظك بالقدوم ولكن ضع في حسبانك أن تغادر بنفس طيبة لو كانت الظروف تستدعي ذلك.
- الزيارة قبل الجراحة هذا هو أنسب وقت يشعر فيه المريض ويقدر من يزوره ويحتاج لمساعدته والشد من أزره وطمأنته ببعض الكلمات. فيجب أن تكون الدقائق أو الساعات أو الأيام التي تسبق العمل الجراحي مليئة بالأمل والثقة بالشفاء ونجاح العمل الجراحي، ويمكنك كزائر المساهمة بحظ وافر من التشجيع في تلك الأوقات ليكون لك دور هام في عملية الشفاء.

**(الشكل 5) : إذا كانت مناعة المريض مثبطة، اكتف بالاطمئنان عنه عبر الهاتف**

- اجلس بقرب المريض فالوقوف بعيداً عنه وعلى الجانب الآخر من غرفته يجعله يشعر بأن مرضه معدٍ حتى ولو لم يكن كذلك، كما أنه لا يعبر عن الصداقة الحميمة بينكما.
- لمسات الود والعطف تذهب بكثير من خوف المريض وقلقه، فأسوأ ما يخاف منه المريض هو العزلة وعدم تمكنه من استقبال الزوار. وكثير من المرضى يكون عندهم اكتئاب سببه قلة الاحتكاك مع الآخرين، واعتقادهم أنه لا أحد يمكنه ملامستهم، مجرد لمسة بسيطة تشعر المريض أنك مهتم به. والمعانقة قد تصنع العجائب لآخرين، وخاصة عندما يكون مرضهم من منشأ عاطفي، مثل كثيرات من العجائز اللائي افتقدن أفراد عائلاتهن وأولادهن وأحفادهن واشتقن لمعانقتهم بسبب غيابهم الطويل عنهن لانشغالهم بأعمالهم، فإنهن يتقن لمعانقتهم، ويتمنين أن أولادهن يعودون صغاراً ويقفزون إليهن ويقبلونهن.

وإليك بعضاً مما يساعد على إدخال السرور إلى قلب المريض:

- شراء بعض الهدايا والمفاجآت البسيطة والمعبرة. خذ معك مفاجأة صغيرة. ونورد لك بعض الأفكار مثل: مجلات، كتب، قصص فكاهية، ألعاب مضحكة (حتى للكبار)، برامج تليفزيونية وأشرطة مسجلة لبرامج ممتعة، أزهار، نباتات، قرطاسية، بعض المأكولات والمشروبات، أنواع من الشاي، أدوات خياطة وتطريز، صور، ألغاز، مرآة صغيرة، أدوات العناية الشخصية، ألعاب حسابية لتنشيط المخ والدماغ، أشياء يمكن أن تذكرهم بأوقات سعيدة.

وأكثر ما يشترى عادة الأزهار، ولكن يجب التأكد أولاً أن المريض ليس عنده حساسية من روائح الأزهار مثل مرضى الربو ومرضى التهاب الأنف التحسسي.

(الشكل 6) : تقديم بعض الهدايا البسيطة للمريض تُذهب بعض ألمه

- يجب عدم المبالغة أيضاً في الهدايا، وعدم إحضار أنواع من الهدايا ذات أحجام كبيرة لا مكان لها في ممرات المستشفى، ويجب الأخذ بعين الاعتبار أيضاً أن الزائر ليس هو الوحيد الذي يحضر هدية للمستشفى، بل كثيرون الذين يفعلون ذلك وقد لا يوجد مكان كافٍ لوضع تلك الهدايا فيه. وقد يختار الزائر شراء بطاقات أو حلوى، ولكن يجب أن لا يكون المريض ممنوعاً من تناول الحلوى لأسباب صحية كمريض السكر أو مرضى الأزمات القلبية أو ارتفاع الدهون في الدم. والكتب من الخيارات الأخرى التي قد تكون لها قيمة عظيمة في الاستفادة من وقت الفراغ. وهناك أشياء عزيزة على الأطفال (سنورد بتفصيل أكبر في فصل زيارة الطفل المريض) عندما يكونون في المستشفيات كالألعاب و العرائس والدمى المحشوة، أو أي شيء من رائحة المنزل يهدئ من روعهم ويذهب ببعض القلق الناتج عن دخولهم المستشفى، ولكن لابد من السؤال إذا كان نظام المستشفى يسمح بذلك.

يوصى بالمشي بهدوء باتجاه غرفة المريض ونقر الباب وطلب الإذن قبل الدخول وخاصة إذا كان الباب أو الستائر مغلقة. فكثيراً ما يكون المريض في أوضاع غير مناسبة لاستقبال الزوار.

ثم حيّه إن كان مستيقظاً وسلّمه الهدية واجلس بالقرب منه من جهة رأسه وتحدث معه بلباقة وأدب، ولا بأس من ذكر بعض القصص والطرائف الممتعة والسارة للترويح عنه. يجب احترام رغبة المريض في بقائه وحيداً إن ألمح إلى ذلك. يجب عدم نسيان أن المستشفى مكان هادئ لا ينبغي أن نعكر صفو هدوءه بالأصوات العالية أو بالقصص المثيرة، وإذا كان المريض نائماً فالأولى عدم إيقاظه أو إزعاجه لأن المريض عادة يحتاج للنوم أكثر من غيره.

وإذا كان المريض مشتركاً في الغرفة مع غيره فلا ينبغي التحدث بالأمور الشخصية. لا تسأل المريض ما الذي جاء به إلى المستشفى حتى يبادر هو في الكلام. أظهر دائماً التعاطف مع المريض والدعاء له بالشفاء العاجل وسل عن أي شيء يمكن أن تساعده به.

**وهناك قواعد لا بد من اتباعها لدى زيارة مرضى المستشفيات، لتجنب الكثير من الأخطاء التي يقع فيها كثيرون، فيؤذون بها مريضهم بدلاً من مساعدته:**

1 ـ يجب الحضور دائماً في مواعيد الزيارة، وقد تكون مواعيد الزيارة في بعض الأقسام محددة بشدة أو مقتصرة على أعضاء العائلة المقربين فقط، وهناك أقسام أخرى تمنع زيارة الأطفال دون سن معين لذلك يجب التأكد قبل إحضارهم.

2 ـ لا تقم بزيارة المريض عندما تكون أنت مريضاً حتى لا تنقل له العدوى. ابق في البيت حتى تتحسن.

3 ـ استعمل المطهرات الموجودة في أنحاء المستشفى قبل وبعد الدخول على المريض.

4 ـ لا تتدخل في شؤون المريض الخاصة التي لا يرغب أن يطلعك عليها، فكثير من الأمور الصحية هي أمور شخصية والمريض وحده هو من يملك الحق في اطلاع غيره عليها، قد يكون محرجاً سؤال المريض عن ماهية وطبيعة المرض الذي يعاني منه. اترك للمريض حرية التحدث واحترم رغبته إذا كان يفضل عدم الحديث، وليكن حديثك مشجعاً ومريحاً ومطمئناً وإيجابياً.

5 ـ عدم المبالغة في حضور عدد كبير من الزوار للمريض، وخاصة إذا كان يشارك المريض عدد آخر من نزلاء المستشفى في جناحه، فقد يزعجه وجود عدد كبير من الزوار بالوقت نفسه.

6 ـ اطلب المساعدة من طاقم التمريض إذا لم تكن متأكداً من بعض الأشياء، ربما كنت ترغب مثلاً بإطعام المريض شيئاً ما، لكن تأكد قبل ذلك أن المريض ليس ممنوعاً من هذا الطعام. هناك بعض الأمور قد تبدو بسيطة كمساعدة المريض في تغيير وضعيته أو نهوضه من السرير، ربما تتحول إلى مشكلة فقد تؤثر هذه الحركات على الأنابيب أو القثطرة المثبتة إلى وريده، تأكد دائماً قبل أي إجراء.

7 ـ لا تلمس أي تجهيزات موجودة حول المريض، فقد يكون موصل للمريض بعض الأنابيب والقثاطر والأسلاك وشاشات المراقبة وغيرها، فلا تكن فضولياً وتتدخل فيما لا يخصك، وانتبه أثناء مشيك في غرفة المريض كي لا تتعثر بمثل تلك التوصيلات التي قد تكون موصلة للجانب الآخر من السرير.

8 ـ اخفض من صوتك فجو المستشفى يجب أن يكون أهدأ مايكون، تذكر دائماً أن لا تزعج المرضى بصوتك، وتكلم بنبرة منخفضة حتى ولو كان المريض بغرفة خاصة فربما يكون الباب مفتوحاً وتنتقل الأصوات وتزعج الغير.

9 ـ اختصر زيارتك ولا ترهق المريض، فالمريض ملزم بأن يصحو لك، ويحدثك حتى ولو كان متعباً. تذكر أنه كثيراً ما يكون المريض متناولاً لبعض الأدوية ذات التأثير المنوم. راقب أية علامة من علامات التعب والإرهاق أو العصبية، أو عدم الارتياح، أو عدم التركيز والاهتمام الذي قد تبدو على المريض، هذه العلامات هي مؤشر لك لتغادر.

10 ـ تحل بروح الدعابة والمرح، فالضحك والابتسام خير دواء وخاصة في أوقات الشدة. وتشجيع المريض على المرح والابتسام، والسماح له بالضحك حتى في أحلك الأوقات عن طريق استذكار بعض المواقف المضحكة التي حدثت في المستشفى مثلاً، أو شيء مدهش قاله طفل، أو مقطع من تمثيلية مضحكة، أو موقف طريف حدث أثناء العمل أو في البيت، أو لوحة كرتونية مسلية، كل هذا قد يساعد في عودة البسمة إلى ثغره في وقت عصيب. وليكن حديثك ممتعاً أثناء الزيارة كما لو كنتما تتحدثان معاً على مائدة الطعام في البيت أو في المطعم.

لكن كن حساساً ولبقاً، فبعض المواقف المضحكة ليست مناسبة لبعض المرضى المتأزمين، فرواية نكتة مثلاً: "أن شخصاً توفي وأن الملائكة لم تسمح لروحه بالصعود إلى السماء بسبب كيت وكيت.." ليست مناسبة لتروى أمام شخص أخبر للتو أنه مصاب بمرض قاتل أو فتاك.

11 ـ كن لماحاً لحالة المريض، ولاحظ هل هو مرتاح أم متألم، هل هو يقظ أم أقرب إلى النوم، واختصر الزيارة وغادر بسماحة نفس عند أول بادرة تنم عن حاجة المريض لذلك.

12 ـ ليكن حديثك هادئاً ومراعياً لمرافقي المريض في غرفته، وهذا لا يعني أن عليك أن تصمت طوال الوقت بل فقط اضبط طبقة صوتك بشكل معقول.

13 ـ كن أميناً للمعلومات والأسرار الطبية التي تباح أمامك ولا تفضحها أمام الغير مالم يسمح المريض بذلك، وإلا فسيفقد مريضك الثقة بك ولن يبوح أمامك بأي شيء آخر.

14 ـ لا تعط المريض آمالاً مزيفة بشكل مكشوف ولا يستطيع المريض تصديقها، بل افسح له كما تشاء من فسحة الأمل ولكن بشكل معقول وقابل للفهم.

15 ـ تواصل مع المريض بالعين والنظر وهذا يعني أن يكون مستوى نظرك على نفس مستوى نظره أو أدنى منه، لا أن يكون أعلى منه فإن وقوفك بهذا الشكل سيجعله يشعر بأنك تسيطر عليه. لا تجهد مريضك بدفعه إلى اتخاذ وضعيات مرهقة من أجل أن ينظر إليك، أو يضطر لمواجهة مصادر الإضاءة بعينيه.

16 ـ حاول أن تجعل زيارتك في غير وقت طعامه، فالطعام على السرير يتطلب من المريض جهداً إضافياً عن الطعام على مائدة الطعام الاعتيادية، فلا ترهقه أكثر من ذلك بمحادثته أثناء تناوله لوجبة طعامه، ولتدرك ذلك حاول أن تأكل وشخص آخر يحدق بك فكيف سيكون شعورك ؟. والاستثناء الوحيد من ذلك هو فيما إذا كان المريض يحتاج للمساعدة في تناول طعامه، وسترى أن طاقم التمريض سيرحب بمساعدتك في ذلك.

17 ـ حاول أن تنصرف بلباقة عند حضور الطبيب إلا إذا طلب المريض منك البقاء أو المساعدة في بعض الأمور أثناء زيارة الطبيب.

18 ـ حاول أن تستذكر قريباً أو صديقاً لك مر بتجربة مشابهة لتجربة المريض وتجاوزها بنجاح، واشرح لمريضك الحالي كيف أن صديقك ذلك قد تجاوز أزمته بثقته ويقينه، بعد أن بدت تلك الأزمة ميؤوس منها ولا حل لها، وحاول أن تستثير وتحفز قوة الشفاء الذاتي عند المريض وتصميمه وإيمانه وثقته بالشفاء. ولا تكن كبعض الزوار الذين نسوا أنفسهم أمام المريض وراحوا يروون له قصصاً لأناس تعرضوا لمثل حالته، وكانت نهايتهم مأساوية، وهم لا يدرون أنهم بذلك قد فتحوا أمام المريض باباً واسعاً للفزع واليأس، وهو أحوج ما يكون إلى غير ذلك منهم.

19 ـ حاول أن تحصل على أحدث المعلومات المتعلقة بتطور الطب العلاجي، لتساعد مريضك على التخلص من قلقه الناتج عن جهله بوجود علاج ما لمرضه، وشجع المريض أيضاً على استشارة طبيبه في ذلك.

20 ـ لاحظ وجود أي تنبيهات أو ملاحظات معلقة على باب المريض، توضع هذه الملاحظات عادةً بهدف حماية المريض. قد يكون جهازه المناعي معطلاً أو أنه يحتاج للراحة. وراجع الهيئة التمريضية مرتين إذا كان هناك تغيير في التعليمات ولم يعلق ذلك التغيير على باب المريض بعد. وحتى عندما يكون المريض في غرفة عزل قد تتمكن من زيارته بعد أن تلبس ثياباً خاصة بذلك. اطلب المساعدة من هيئة التمريض واتبع التعليمات. اسأل طاقم التمريض عن أي شيء لم تفهمه وتعاون معهم، واعتبر نفسك أحد أفراد فريق هدفه شفاء المريض.

21 ـ اسأل الممرضة إذا كنت ترغب بتحريك المريض قبل أن تقوم بذلك، فقد يكون المريض ممنوعاً من الحركة، أو قد يكون موصوفاً له إجراءات أو مراقبة معينة، أو قد يكون معرضاً للسقوط أثناء المشي.

22 ـ انتبه قبل أن تقدم للمريض أي طعام أو شراب، فقد يكون المريض ممنوعاً من ذلك الطعام أو الشراب، حتى شربة الماء البسيطة قد يكون لها تأثير ضار على المريض، خاصة المريض غير الواعي قبل أو بعد العمل الجراحي مباشرة، أو المريض الذي لديه انسداد أمعاء، أو المريض الذي لديه ميل شديد للقيء. انظر إلى التعليمات المعلقة فوق سرير المريض واسأل الممرضة عن ذلك. فقد يكون المريض غافلاً عن ذلك المنع، أو يمتنع عن الامتثال للأوامر، ويطلب منك المساعدة في ذلك.

23 ـ تكلم عن العالم خارج المستشفى، فهذا يساعد المريض على التخلص من العزلة ويطرد عنه الأفكار التي توحي إليه أن العالم يمر ويتجاوزه بمجرد استلقائه على سريره. ألق على مسامعه بعض النكت الجيدة والجديدة وأشركه فيها. اقصص عليه أي أخبار جيدة تتعلق ببعض الأصدقاء المشتركين بينكما.

24 ـ كن بسّاماً؛ فالبسمة من أكثر الأشياء التي تنعش آمال المريض.

25 ـ ساعد المريض في بعض أموره الشخصية إن وجدت أنه يستحسن ذلك منك: مشط شعره، أو ساعده في تقليم أظافره، أو حلاقة شعره، أو تدليكه بالشامبو، أو تهذيب لحيته، أو تحسين هندامه ومظهره، أو عمل تدليك لبعض عضلات جسمه. وغني عن الذكر هنا أنك ستحتاج إذن المريض وتعاونه، لكنك ستكسب مكانة خاصة عنده، وستدهش عندما ترى كم يتحسن شعور الشخص عندما يعتنى به بهذه الطريقة.

26 ـ حافظ على وعدك للمريض إن وعدته بزيارة، فكثيراً ما يستلقي المريض على سريره منتظراً تلك الزيارة الموعودة ليحصل على خيبة الأمل بعد أن يخلف الزائر وعده، بعض المرضى يمتنع عن تناول المسكنات والمهدئات المحتاج لها عندما يتوقع مجيء بعض الزوار حتى يكون بحالة يقظة خلال الزيارة.

27 ـ العب مع المريض بعض الألعاب الخفيفة التي يتحملها، إن وجدت أنه يرغب بذلك، ويحتاج للتسلية وتمضية الوقت، لتُذهِب عنه بعض الملل والضجر.

28 ـ دع المريض يشعر بأهميته والحاجة إليه. لا داعي لأن تخبر المريض أن كل شيء في البيت والعمل على ما يرام بدونه، فإن ذلك قد يشعره بأنه قد أصبح عديم الفائدة ويفتح مجالاً لليأس ليتسرب إلى عزيمته، بل الأفضل من ذلك أن تجعله يدرك أن الأمور ستصبح أفضل عندما يعود إلى بيته وأهله وأصدقائه في العمل أو المكتب أو المدرسة أو النادي.. إلخ.

29 ـ خاطب المريض بلهجة تتناسب مع عمره وثقافته وحالة مزاجه، فالطفل له خطابه، والشاب له خطابه، والكبير له خطاب آخر، واللهجة التي تستعمل عادة لتدليل الأطفال الصغار والتودد إليهم بألقاب، "مثل عبودي، وعموري، وعزوزي، وحسوني.." لا تناسب الشباب والكبار، بل ربما تجعلهم يشعرون بالضعف والعجز وفقدان السيطرة.

30 ـ اسأل كيف تستطيع المساعدة بعبارات مشجعة، فهناك بعض العبارات تشجع أكثر من غيرها مثل ما الذي يمكنني فعله؟ أو هل هناك أي شيء يمكن أن أقوم به؟، أفضل من أن تقول اتصل بي إن احتجت لأية مساعدة، أو يمكن عرض خدمات معينة، مثل هل ترغب أن أذهب إلى البريد لأتفقد لك بريدك، أو هل ترغب أن أشتري لك بعض الحاجيات من السوق.

31 ـ لا تصطحب معك الأطفال إلا إذا كان اصطحابهم مرغوباً به من المريض ومسموحاً به حسب أنظمة المستشفى، وكان مأمول من حضورهم أن ينعش نفسية المريض ويقرّ عينه. لا تحضر معك الأطفال إلى المستشفى إلا إذا كانوا واعين ومميزين وهادئين ويتوقع منهم أن يتكلموا ويتصرفوا بما يسرّ المريض، لكن مهد لهم قبل الزيارة إذا كان منظر المريض بحالة غير مألوفة، كوجود الأنابيب موصلة له مع القثاطر والإبر والحقن والأمصال إلى غير ذلك. واشرح لهم أن الهدف من كل هذه التعقيدات هو تحسن المريض.

أما ما يفعله البعض من إحضار أطفال مزعجين، وغير منضبطين، وغير مميزين أو مقدرين لحالة المريض واحتياجاته، وميالين للصخب والعناد والعويل، لزيارة مريض أشد مايكون حاجة للهدوء والراحة فهو الأذى بعينه.

(الشكل 7) : جلوسك بقرب المريض يعبر عن الحميمية، وأثر ذلك على نفسيته

32 ـ تجنب الأسئلة المتسرّعة والساذجة والمباشرة عن حالة المريض وما الذي أتى به إلى المستشفى وماذا يفعل هناك؟ وما المشكلة التي ألمت به؟ وقاوم فضولك لمعرفة ذلك إلا إذا بادر المريض بشرح ذلك لك.

33 ـ لا تجعل المريض يشعر أنك تزوره لمجرد رفع العتب، بل لتكن زيارتك معطرة بمحبتك له واهتمامك به، ومشاركتك له، وإخلاصك في صداقتك وعلاقتك معه. وحاول أن تتبادل معه أخبار أصدقائكما المشتركين.

34 ـ قد يكون لبعض الكلمات أو الضحكات أو التعابير أو الحركات أو الإشارات التي لا تلقي لها بالاً تأثير كبير على المريض. كن حساساً عندما تكشف عن مخاوفك أمام المريض، لأن تأثير ذلك يكون مبالغاً فيه عند المريض عادة.

35 ـ اقرأ له إن رغب بذلك، فقد تجد موضوعاً مفيداً أو قصةً ذات مغزى يمكن أن تشركه بها، والقصص المضحكة والفكاهية قد يكون لها دور عظيم، يجب اغتنام كل فرصة للضحك، فقد تكون فرص الضحك عزيزة وغالية.

36 ـ لا تهمل مشاعر المريض. فإذا قال لك المريض مثلاً إنه يشعر بأنه على وشك الاستسلام فساعده عندئذ لتوضيح مشاعره. لا تنتقده أو تحاكمه أو تقول له إنه يجب عليه تغيير مشاعره أو الطريقة التي يشعر بها. دع المريض يبكي إن كان ذلك مريحاً له. وهذا يشمل الرجال أيضاً، لا تشعر بالحرج أمام الدموع، ولا مانع أن تذرف أنت أيضاً بعض الدموع لكن لا تخرج عن طورك كثيراً، فالمريض غير قادر على العناية بك ومؤازرتك، أنت الذي يجب أن تؤازره وترعى حاله. وإذا شعرت أن المريض مُحرج من دموعه اشرح له كيف أن الدموع هي كشف وجلاء للقلوب تغسل الهموم وتنقي النفوس، واشرح لهم كيف أن الحبيب ﷺ، وهو حبيب الحق وخير الخلق، ذرفت عيناه في العديد من المواقف.

37 ـ تأكد من السبب الرئيسي لحزن المريض، فقد يحزن بعض المرضى لتغير نمط حياتهم الذي اعتادوا عليه، أو فقد أجزاء من أجسادهم، أو لاضطرارهم للاعتماد على غيرهم، قد يكون العوز الذي أحدثه المرض عندهم مؤقتاً أو دائماً، أكد لهم أنك تتفهم سبب حزنهم، وساعدهم على الصبر والرضى بما قدر، وبشرهم بالأجر العظيم والثواب الجزيل، كما أسلفنا في الفصل السابق.

38 ـ اعرض خدماتك على المريض كأن تتفقد منزله وأولاده وحاجياته، أو أن تسقي له حديقته، أو تطعم أطفاله، أو تهتم بطيوره، أو حيواناته، أو تنجز له بعض المهام كأن تأخذ ملابسه للتنظيف أو تصلح له سيارته.

39 ـ اجلس مع المريض بعض الوقت، لا تبق واقفاً، وإن لم تجد مقعداً فابحث عن كرسي من مكان قريب واسحبه وضعه جانب المريض من جهة رأسه واجلس عليه، لأنك لو بقيت واقفاً فسوف يظن المريض أنك على عجلة من أمرك.

40 ـ ركز حديثك على شؤون المريض لا على شؤونك الخاصة. ودع المريض يقود سياق الحديث والمواضيع التي يرغب في مناقشتها ومدى مشاركتها معك. لا تقحم المريض في مشكلاتك وتشتكي له منغصات حياتك فلديه ما يكفيه.

41 ـ لا تدع الأجهزة التقنية تقف حاجزاً بينك وبين زيارة المريض. فبعض الأجهزة كالأنابيب والآلات وشاشات المراقبة التي تُصدر أصواتاً وصفيراً ومخططات تبدو مقلقة ومشتتة للانتباه، حاول أن تركز انتباهك على حقيقة أنه يوجد شخص إنسان وسط هذه الأجهزة كلها.

42 ـ لا تهمس بأذن أحد أفراد الطاقم الطبي أو أفراد العائلة كأنك لا تريد للمريض أن يسمعك. فقد يسيء المريض فهم ذلك ويشكل له مصدراً للقلق.

43 ـ لا تجلس على سرير المريض، فذلك قد يسحب الأغطية بشدة من فوق أقدام المريض، وقد يعيق التوصيلات والأنابيب الموصلة للمريض، كما أن هزهزة السرير قد تزعج المريض كثيراً.

44 ـ لا تجلس على السرير الفارغ المجاور للمريض، لأن على الممرضة أن تعيد ترتيب السرير بعد ذلك مما يتطلب منها وقتاً ثميناً، الأفضل لك أن تجد كرسياً.

45 ـ لا تفسر مواقف المريض السلبية بأنها مواقف شخصية تجاهك. فقد يكون غاضباً أو مكتئباً أو عابساً بسبب إحباطه ومخاوفه لا بسببك. كن صبوراً وسيتحسن مزاج مريضك إن شاء الله.

46 ـ لا تدخن أو تأكل أو تشرب في غرفة المريض، ولا شك أن تأثير التدخين هو أسوأ من ذلك بكثير.

47 ـ لا تندهش أو تُصدَم أو تُظهِر الاشمئزاز من الروائح المنبعثة من أرجاء المستشفى أو من منظر الأنابيب والأمصال والأجهزة وغير ذلك، فإن هذه المشاعر تسري إلى المريض وتفاقم يأسه وإحباطه.

48 ـ لا تنشغل بمشاهدة التلفاز، أو بالمكالمات الهاتفية غير الضرورية.

49 ـ لا تتدخل في الخلافات العائلية.

50 ـ لا تكثر النظر إلى ساعتك، فهذا يشكل رسالة إلى المريض بأنك مشغول

ومستعجل، يجب أن تكون رسالتك هي أن المريض أهم عندك من أي شيء آخر يجب فعله.

51 ـ لا ترو القصص المرعبة ولا تقرنها مع قصة مريضك.

52 ـ لا تصحح أجوبة المريض، أو تنه قصصه، بل اعطه الوقت الكافي ليجيب وليصحح بنفسه. ولا تكمل عبارات المريض بدلاً عنه إن تباطأ عن إكمالها، فقد يكون ذلك مذلاً للمريض، وأكثر المرضى الذين يتعرضون لمن يتطوع بالحديث بدلاً عنهم ظناً منه أنه يساعدهم، هم مرضى الإصابات الدماغية كالجلطات وغيرها .لا تفترض أنت من عندك أفكاراً وتظن بأن المريض يريد أن يتكلم بها فإن ذلك يتعارض مع أدب الإصغاء. فقد تظن أنت مثلاً أن المريض سيكون مسروراً جداً لفكرة مغادرة المستشفى، والذهاب إلى بيته. بينما تكون الحقيقة والواقع أن الوضع في البيت رهيب والمريض خائف من أن حالته ستتدهور هناك ويكون وحيداً ولن يجد من يساعده. وهذا ينطبق أيضاً على مظهر المريض لا على حديثه فقط، فقد يبدو المريض بأبهى صورة ومع ذلك لا تظن أن حالته تتحسن بل ربما كان على العكس من ذلك.

**(الشكل 8) : التدخين له أثر سيء على الصحة**

53 ـ تجنب توجيه المريض والإملاء عليه بما ينبغي ويجب عليه. ولا تخبره قصصاً عن أشخاص أوضاعهم مشابهة، ليستنتج عدم استحسانك لعمله، فهذه حيلة مكشوفة. لا تستعمل لفظ ضمير "نحن" للتعبير عن المريض مثل "كيف حالنا؟ إن شاء الله يبدو أن حالنا أحسن اليوم".

54 ـ لا تنتقد الأطباء ولا أساليبهم العلاجية، بل اذكر محاسنهم ومهاراتهم، والأشخاص الكثيرين جداً الذين عولجوا عندهم وكتب الله لهم الشفاء على أياديهم، حتى ولو كان في حديثك بعض المبالغة المنطقية، فالمريض بحاجة للثقة بهم. كما يمكنك أن تشجع المريض على الاستفهام من الأطباء عن بعض الأمور التي تبدو غير مفهومة. أما أن تذكر قصصاً عن فشلهم في علاج العديد من الحالات، فإنك بذلك تشجع مريضك على الفشل أيضاً.

55 ـ لا توقظ المريض من نومه إلا إذا أخبرتك الممرضة أنه لا مانع من ذلك. واترك ملاحظة أنك مررت لهدف الزيارة.

56 ـ لا تحاول أن تضحك المريض عندما تجده يريد فعلاً أن يتكلم عن مخاوفه.

57 ـ لا تزر المريض بعد عملية جراحية كبرى بنفس اليوم. فالمريض سيكون نائماً أو متأوهاً أو غير مرتاح.

58 ـ ابق على اتصال مع المريض. كثير من المرضى يتلقون العدوى من الزوار مع بدء مرضهم، أو مباشرة عقب عمل جراحي حيث يكونون بحالة لا تسمح لهم بالتفاعل مع زوارهم واستقبالهم والوعي لمجيئهم وذهابهم، وما أن تتحسن حالتهم ويعود لهم وعيهم ويكونون مستعدين لمجيء الزوار، حتى يروا أن الزوار قد انفضوا عنهم ونسوهم وانشغلوا عن زيارتهم، وأصبحت أخبار المرضى عندهم قديمة.

59 ـ ليكن ختام زيارتك مِسكاً. لا داعي لتعتذر بأنك مضطر لسبب ما للمغادرة. أخبر مريضك كم أنك سعدت بزيارته وأنك تتطلع للزيارة المقبلة. غادره ومشاعره طيبة وقبل أن تبدو عليه علامات الضيق والضجر.

60 ـ لاتنس دعاء الأخ لأخيه بظهر الغيب.

## بعـــض الأخطـــاء والظواهـر السلبية التي شوهدت عند زيـارة المرضـــى في المستشفيات:

وتتمثل تلك الظواهر السلبية في بعض المناظر المؤسفة والتصرفات غير المسؤولة التي يشتكي منها كثيرٌ من المستشفيات حينما يقوم بعض الزوار فيها بالتجمهر أمام بوابات المستشفيات، وممراتها بشكلٍ فوضويٍ لافتٍ للنظر دونما سببٍ يدعو إلى ذلك، وبخاصةٍ عندما يحاول البعض منهم، تسريب بعض المأكولات والمشروبات ونحوها للمرضى مع علمهم المُسبق بمخالفة ذلك للأنظمة والتعليمات، وقد نرى أن من الزائرين من يفترشون الحدائق والمُسطحات الخضراء، ومواقف السيارات بشكلٍ عشوائي في مجاميع كبيرةٍ أو صغيرة يودعون فيها ويستقبلون، وقد نجد مَنْ يتجمعون أمام المداخل والممرات لتناول أصناف الطعام والشراب في ردهات المستشفى، بل إن العجب يزداد حينما نجد من يصطحب أعدادًا من أفراد أهله وأسرته، ولاسيما الصغار منهم، في زيارته للمرضى، وكأنه خارجٌ بهم في نزهةٍ أو رحلة جماعية، وهناك من يتفنون في خرق أنظمة المستشفى، فتراهم يقتحمون الأبواب المغلقة، ويدخلون الأماكن الممنوع دخولها، كغرف العناية المركزة، وغرف العمليات التي لا يجوز دخولها لغير العاملين مهما كان السبب. ومنهم من يتعدى أكثر من ذلك، فتثور عصبيته لسبب من الأسباب، ويخرج عن طوره ليتهجم على الفريق الطبي، أو غيرهم من الموظفين، ومع أن ذلك لا يحدث إلا نادراً، أو في حوادث متفرقة، فإنه يشكل ظاهرة تستحق التوقف عندها ومعالجتها بالوسائل الكفيلة بردعها، لأن المريض في النهاية هو أكبر الخاسرين من هذه الأعمال البعيدة كل البعد عن الأدب والقيم والحضارة.

## مرحلة النقاهة والعودة للمنزل

حالما يخرج المريض من المستشفى يعتقد الجميع أنه شفي وعاد ليستأنف حياته الطبيعية ويطويه النسيان. والحقيقة هي أن المرء ما لم يُصب بمرض خطير فإنه لن يدرك طول المدة التي سيحتاجها ليتعافى ويعود لسابق عهده بدنياً وعاطفياً. والزيـــارة مطلوبـــة للمســاعـــدة فـــي ذلك في هذه المرحلة حالها حال زيارة

مريض المستشفى أو أكثر منه، ولابد من الاستمرار في التواصل مع المريض وزيارته وإهدائه.

وهذا هو وقت مناسب وفعال لتحفيز قدرات المريض وإمكانياته للتشافي. ثمة العديد من الأشياء التي يمكن فعلها لتظهر للمريض حبك واهتمامك. فيمكن أن تعرض على المريض خدمات كثيرة كأن تطبخ له مثلاً، أو تأخذه بسيارتك لزيارة الطبيب، أو تأخذه في زيارة لوالدته، أو تجلس عند أطفاله، أو تشتري له بعض الأدوية أو تجزَ له مروج حديقته، أو تساعده في تنظيف المنزل، أو تتسوق له بعض الأشياء. فكر في جميع المهام التي قد تعترضك خلال يومك واعرض على صديقك المريض أن تفعلها من أجله في الوقت نفسه، حيث إن المريض كثيراً ما يخشى أن يكلفك ما لا تطيق من العناء لذلك اعرض عليه خدماتك ببعض العزم والصدق لا مجرد كلمات، اتصل به مثلاً وأنت في السوق واسأله من هناك ماذا يمكنك أن تشتري له. لا يكفي أن تقول له اتصل بي إن احتجت أي شيء، أظهر للمريض أنك تعني فعلاً ما تقول.

## عيادة المغمى عليه

من المعلوم أن آخر حاسة تذهب من الإنسان هي حاسة السمع فكم من مريض مغمى عليه لكنه يسمع ما يقال حوله لذلك يجب اختيار الأحاديث بعناية حول المريض المغمى عليه، ولا يقال إنه لا يسمعنا، بل يختار أطيب الكلام في حضوره حتى ولو لم يكن واعياً لأن من وراء ذلك أيضاً جبر خاطر أهله، وما يرجى من بركة الدعاء له ووضع اليد عليه والمسح على جسده والنفث عليه عند التعويذ إلى غير ذلك.

# الفصـــل الثالث

## آداب زيارة المرضى المسنين

كثيراً ما يجد المرضى العجزة والمسنون أنفسهم كأنهم سجناء في بيوتهم وكأنهم مرتهنون في إقامة جبرية مع ما يتبع ذلك من شعورهم بأنهم لن يستعيدوا قواهم البدنية مرة أخرى. ويشعر زوارهم بقلة الحماسة لاستثمار أوقاتهم بمثل هذه المواقف فيهملوهم. ويشعر المرضى بأمراض مزمنة بتناقص أصدقائهم مع الوقت. ويشعر أصدقاؤهم بالضجر والإحباط. ويبدأ المسنون أنفسهم بالشعور بالذنب لأنهم يأخذون أوقات غيرهم، لذلك يميلون مع الوقت لعزل أنفسهم ولا يطلبون مساعدة غيرهم من أصدقائهم ومعارفهم أو صحبتهم. وهم يفسرون أية إشارة أو تلميح إلى أن الشخص مشغول وعليهم ألا يزعجوه ويأخذوا من وقته الثمين.

ومع الوقت يعزلون أنفسهم أكثر فأكثر ليدخلوا في دائرة النسيان، ودون عناية وتدّخل الأشخاص المحيطين بهم تزداد عزلتهم لتصبح حياتهم بياتية معزولة عن الآخرين مع أنهم قادرون على ممارسة حياة طبيعية ومنتجة إن تدخل أقاربهم والأشخاص المحيطون بهم بالشكل المناسب قبل فوات الأوان.

الهدف الأولي من زيارة المسنين هو مساعدتهم على استكشاف المصادر المتوفرة لمساعدتهم ليصبحوا أشخاصاً فعالين ومنتجين. ويمكن القيام بذلك من خلال تجهيزات وأدوات معينة. وكأمثلة على ذلك الحصول على فرن مايكروويف مثلاً يمكن أن يساعدهم في تحضير وجباتهم الخاصة بسهولة، أو استئجار كرسي متحرك كهربائي يمكنهم من حرية الحركة حول المنزل، أو الاتصال بشركات المطاعم التي توصل وجبات إلى المنزل، أو الاتفاق مع أحد الأشخاص ليأتي إلى المنزل ويعتني به بصورة منتظمة، أو وضع مكبر خاص للصوت في سماعة الهاتف بحيث يمكنهم من التحدث مع الآخرين بارتياح، إذا كان لديهم نقص في قدرة السمع.

ومهما كانت الخطة يجب أن يبقى الهدف واضحاً وهو مساعدة المقعدين بجهود تجعلهم معتمدين على أنفسهم قدر الإمكان. وهذا يتوافق إلى حد كبير مع

الحكمـــة التـــي تقـــول "اعطهـم سـمكة تشبـعهم يومـاً. علمـهم الصـيد يطعـمون أنفسـهم غداً".

حالما يدرك المقعدون أن هناك أشياءً يمكن لهم أن يساهموا فيها في المجتمع يمنحهم ذلك شعوراً بالانتماء. ورغم أن مواقفهم ومواقعهم قد تتغير لكن يبقى لهم دور في الحياة.

ساعد المسنين في استعادتهم التحكم في شؤون حياتهم، وركز انتباهك على احتياجاتهم واسألهم أسئلة ذات نهاية مفتوحة مثل "ما هو أكثر شيء يقلقك ؟" أو "كيف استطيع مساعدتك؟" وضع خطة للعمل على مساعدتهم وحل مشكلاتهم.

قد توجد مجموعات للمساعدة يمكن لك أن تبقيهم على صلة بهم، فمن المفيد لهم أيضاً أن يعلموا أنه يوجد الكثير من الناس غيرهم يعيشون مثل ظروفهم. اتصل بتلك المجموعات وصلهم مع مريضك.

شجعهم على الاستمرار في التعلم فتوجد خيارات واسعة من أشرطة الفيديو المتوفرة اليوم التي تعلم ضروباً مختلفة من الأشياء وإذا كان نظرهم لا يساعدهم في ذلك فتوجد كتب مسجلة صوتياً في مختلف المواضيع. شجع قدراتهم الإبداعية في مختلـف الفنـون والكتابة والأعمال الفنية المختلفة، ليصبح عندهم هدف يعيشوا من أجله.

## زيارة المرضى في دار رعاية المسنين

إن زيارة المرضى في دار المسنين تشكل قمة التحدي والرهبة والفائدة؛ قمة التحدي لأن المرء لا يجد جديداً يقوله خلالها، وهي صعبة لأنك تكلم شخصاً عنده صعوبة بالغة في السمع، ومضجرة لأنك تضطر لسماع القصص القديمة والمعادة والمكررة مرات ومرات، ومرعبة لأنها تذكّر الزائر بأن التقدم بالعمر قد ينطوي على صعوبات. ومفيدة لأن المرضى هناك يكسبون كماً هائلاً من المتعة والتشجيع من خلال عمل بسيط جداً، ومفيد أيضاً لأن المرء يمكن أن يتعلم خبرات عظيمة من هؤلاء وما عليـه إلا أن يسـألهم، وكئيبة لأنك تشاهد أشخاصاً سئموا الحياة وتفكيرهم في الموت.

خلافاً لما هو عليه الحال في المستشفيات، حيث يتوقع أن يتحسن المرضى ويعودون إلى منازلهم فإن نزلاء دور الرعاية لا يغادرونها إلا عند وفاتهم، وقد كشفت إحدى الدراسات أن معدل الانتحار العام بين نزلاء دور رعاية المسنين هو (100.000/15.8). كما أن معدل الانتحار عند المسنين في الولايات المتحدة أكثر من معدل الانتحار العام عند باقي السكان بـ (50٪).

لدى المسنين مخاوفهم من فقد الاستقلالية، وخوفهم من أن يكونوا عبئاً على غيرهم أكثر من خوفهم من الموت. وخوفهم من أن يصبحوا عالة على غيرهم في احتياجاتهم الأساسية بعد أن عاشوا حياتهم باستقلالية واعتماد على النفس لسنوات عديدة يشعرهم بالذل والإحباط. فهم وجدوا أنفسهم فجأة يعاملون كأطفال صغار، بل أطفالاً وعديمي المسؤولية أيضاً. وبعد دراسة وبحث موسع ومتأنٍ وُجد أن معدل حدوث الاكتئاب في أرذل العمر يبلغ (30-50٪) عند نزلاء دور رعاية المسنين، وهذا يؤهب لخطر الانتحار بنسب عليا.

**(الشكل 9) : دور رعاية المسنين**

وكشفت دراسة أخرى أجريت عام (1989) على نزلاء دور رعاية المسنين عن معلومات مهمة جداً للأشخاص الذين لديهم قريب أو صديق في هذه الدور، فقد سئل (150) شخص من نزلاء هذه الدور في (45) دار رعاية في (5) ولايات مختلفة عن أهم خيار لهم من أوجه متعددة في حياتهم في دار الرعاية، فأجاب معظمهم بأن أفضل شيء لهم هو أن يكونوا قادرين على الخروج من الدار والمشي خارجها

لتناول غداء، أو للتسوق أو غير ذلك. والخيار المفضل الثاني بالنسبة لهم كان هو تواصلهم مع عائلاتهم وأصدقائهم بالهاتف أو بالبريد. أما باقي الخيارات حسب ترتيبها فكانت اختيار شريكهم في الغرفة، أو اختيار نمط العناية الشخصية كالاستحمام والترفيه، والنشاطات الإبداعية، وأوقات الطعام، ونمط الطعام، وحرية الحصول على المال، والحرية في إنفاقه، وحرية الاستيقاظ في الوقت الذي يريدون، وحرية الذهاب إلى النوم في الوقت الذي يرغبون، وأخيراً أن تكون له كلمة يؤخذ بها فيمن يأتي من الضيوف ومتى يأتي.

أما أهم رغبة للمشرفين على دور الرعاية فقد كانت هي المحافظة على الانتظام في أوضاع وشؤون المؤسسة، ولذلك يعطى الزائر توجيهات واضحة ليلتزم بها. لكن.. لنتغلب على العقبات التي تحول دون الزيارة في المقام الأول. ثم بعد ذلك نستطيع أن نستكشف جميع الإمكانيات المتاحة لزيارة فعالة وإيجابية لكل من النزيل والزائر.

## أهم العقبات التي تحول دون زيارتنا للمسنين في دور الرعاية:

1 ـ ضيق الوقت. يدرك النزلاء أن الجميع مشغولون، فهم ليس لديهم وقت فراغ بسبب أعمالهم وأطفالهم وغير ذلك. مع أن الزيارة لا تشغل حيزاً كبيراً من الوقت. والمرغوب هو كثرة الزيارات القصيرة أكثر من الزيارات القليلة والطويلة. فتنظيم جدولة زيارة لمدة (10) دقائق بين الكثير من المشاغل أو المواعيد الأخرى ليس مستحيلاً ولا يضيف عبئاً آخر إلى قائمة مشاغلك الطويلة. ربما تكون قريباً من الدار توقف لوقت قصير وقم بزيارة سريعة للدار.

2 ـ جهل ما يمكن التحدث بشأنه. هذه ليست عقبة كأداء، أخبرهم عن أصدقائكم وأقاربكم المشتركين، أشركهم في رسالة أو صورة تلقيتها، أخبرهم عن مقالة قرأتها، تجربة حديثة مررت بها، وصفة طعام جديدة جربتها. في الحقيقة هذا ليس مهماً، اطلب نصيحتهم ولا تنسى أن لديهم خبرة سنوات طويلة تستطيع أن تستفيد منها.عدم معرفة ما سنقوله أمامهم هو مشكلة قائمة في أذهاننا فقط، أما في الواقع فلا توجد أية مشكلة بهذا الشأن. ومرة أخرى دع الصمت يكون صديقك، فإن كنت مرتاحاً لوجودك هناك فإن النزيل على الأرجح يحتاج لمن يستمع له أكثر من حاجته لمن يثرثر فوق رأسه، وهو الذي سيخبرك عن الشيء المهم بالنسبة له.

3 ـ الاعتقاد بأن الزيارة تسبب الاكتئاب. يميل نزلاء الدار عادة إلى الاكتئاب بسبب عدم وجود أهداف قريبة أو بعيدة، إضافة إلى فقد الأمل، وعدم وجود أشياء يتطلعون إليها في المستقبل، وعدم رؤيتهم لأشياء يحيون من أجلها. من الصعب مشاهدة بعض الناس يتقدم بهم العمر ليصبحوا عجزة وينهكهم المرض ويعجزوا عن القيام بشؤونهم الخاصة. وتزداد الصعوبة حقاً عندما يكون النزيل فاقداً لذاكرته ولا يعرف من يزوره. والتحدي بالنسبة لك هو كيف يمكن لك أن تقاوم حزنك ولا تجعل الزيارة تزيد منه أو من حزن غيرك.

تحتاج قبل كل شيء لمراجعة نيتك وهدفك من الزيارة. فقد يكون من الأفضل لتلبية احتياجاتك أن تكون على شواطئ جزر هاواي تستنشق الهواء العليل هناك، ولكنك كإنسان صاحب رسالة في الحياة وتعلم قيمة مساعدة الضعفاء والمحتاجين والصابرين وأن الله معهم، وتعلم نص الحديث الشريف «إنما تنصرون بضعفائكم» لذلك لن تجد نفسك خاسراً عندما تقضي بعض الوقت مع هؤلاء الأشخاص، وربما كان ذلك هو الشيء الوحيد الذي يحتاجه هؤلاء للشعور بالتحسن.

4 ـ كثير من الزوار توقفوا عن زيارة أقاربهم لأنهم أصبحوا لا يميزونهم ولا يتذكرونهم ولا يحسون بهم. راجع نفسك، وراجع الهدف من زيارتك. ما الفرق الذي تحدثه زيارتك لنزيل الدار؟ فهم يستفيدون من زيارتك لأنك تظهر لهم أنك تحترمهم وتقدر مشاعرهم كأشخاص. ويشعرون بأهميتهم لأن شخصاً ما أتى لزيارتهم سواءً عرفوا ذلك الشخص أم لم يعرفوه. لذلك بادر إلى زيارتهم واجعل يومهم سعيداً وسيكونون ممتنّين وستبدد زيارتك كآبتهم.

## اجعل زيارتك إيجابية

إليك بعض الأفكار التي يمكن أن تجعل زيارتك لنزيل الدار إيجابية إن أخذتها بعين الاعتبار:

1 ـ اتصل أولاً أو حدد موعداً منتظماً. بالعودة إلى المبدأ الذي ذكرناه سابقاً وهو مساعدة النزلاء ليتمكنوا من الشعور بالتحكم بأمور حياتهم قدر الإمكان، نرى أنه من الأفضل سؤال النزيل عن الوقت الملائم له. فقد يكون لديهم نشاطات أخرى يستمتعون بها في بعض الأوقات ويفضلون أن تكون الزيارة أثناء الأوقات التي تمر عليهم ببطء شديد.

2 ـ ادع الله أن يوفقك في زيارتك. أو اطلب من الله دعوات خاصة مثل أن يكون النزيل بحالة جيدة تسمح له أن يتمشى معك في الحديقة قليلاً، أو غير ذلك.

3 ـ أكثر من ملامسة وتقبيل ومعانقة النزيل المسن والإمساك به، لأن المسنين بشكل عام يشعرون أنهم لا يحصلون على ما يشبعهم من اللمسات والمعانقات. أكثر من ملامستهم وتقبيلهم ومعانقتهم والإمساك بهم. فهم يحتاجون للشعور بحرارة التماس البدني مع الأشخاص الآخرين أكثر من حاجتهم للّمسات السطحية غير المبالية التي يحصلون عليها من المرضين، ومن الأجهزة خلال الأعمال الروتينية اليومية، فقد تكون هذه اللمسة التي يحصلون عليها منك هي لمسة الصداقة الوحيدة التي يجدونها.

4 ـ اصطحب الأطفال. فالأطفال يمنحون قبلاتهم وحبهم ولمساتهم بحرية أكثر من الكبار ودون تحفظ. ونادراً ما تحصل زلات أثناء المحادثة معهم.

5 ـ زرهم في أوقات العطل والمناسبات الخاصة. فقد يحز في نفس النزيل أن يجد من حوله يأتيهم الزوار في هذه المناسبات ولا يجد من يزوره.

6 ـ خذ معك هدية بسيطة. كيساً، أزهاراً من حديقتك، صورة للأطفال، علبة عصير، مثلجات، حلوى، كتاباً، قصة، مجلة، أو أي شيء يجعلهم يعرفون كم هم مهمين.

7 ـ ألبس ما يليق ويجعلك تبدو أنيقاً ومبتهجاً وزين ذلك بابتسامة كبيرة. فهذا مما ينقل لهم البهجة والسعادة.

8 ـ تكلم مع الأشخاص الجالسين في القاعات والاستراحات والردهات وسلم عليهم واسألهم عن أحوالهم. فالسلام معهم والتعرف عليهم ومناداتهم بأسمائهم والتبسم بوجوههم ينشر المحبة والألفة ويجعل يومهم سعيداً.

(الشكل 10) : قد يكون حضور الأطفال ساراً للمريض ومجدداً لنشاطه

9 ـ اتصل عليهم بين الزيارات إن كان ذلك متاحاً. دعهم يعرفون أنك تفكر فيهم وتهتم بشؤونهم. ويمكن أن تسألهم إن كانوا يرغبون أن تحضر لهم شيئاً ما في الزيارة القادمة. ويكفي اتصال مختصر معهم في معظم الأحيان.

10 ـ خذ معك ورقةً وقلماً. فكثير من المسنين يرغبون في كتابة رسائل لكنهم قد يعجزون عن ذلك بسبب ضعف الرؤية أو اهتزاز الأيدي ورجفانها، لكنهم يمكن لهم أن يملوا عليك ماتكتبه من أجلهم.

11 ـ خذ معك كاميرا (آلة تصوير) والتقط لهم بعض الصور مع أصدقائهم، وخاصة إذا كان ثمة نشاط أو فعالية أو مناسبة خاصة. فقد يستمتعون بمشاهدة الصور وتمريرها فيما بينهم وقد يرسلونها في البريد لآخرين. واطلب إذناً من المشرفين أولاً.

12 ـ حاول أن تصنع لهم احتفالاً بسيطاً لبعض المناسبات الخاصة. أحضر لهم مجموعة من البالونات، وبعض قطع الكعك والحلوى، وبعض الشموع، وهدية بسيطة، مما يجعل هذا اليوم مميزاً.

13 ـ أرسل لهم البطاقات البريدية والملاحظات على أوراق أنيقة ومميزة. مع عبارة بسيطة (مرحباً، اشتقت إليكم، لم أستطع الانتظار حتى يوم الجمعة المقبل... مع حبي وأشواقي).

14 ـ اطلب إذن النزيل إذا كانت غرفته تحتاج إلى ترتيب، لترتبها له فتصبح مريحة وملائمة أكثر. مع التقيد بتعليمات إدارة الدار ورغبات النزيل، فيمكن أن تعدل موضع الأثاث والفرش ليحصل النزيل على إطلالة أجمل من خلال النافذة، وإضاءة أفضل للقراءة، وطريقة أفضل لمشاهدة التلفاز، وغير ذلك.

15 ـ أحضر للنزيل بعض حاجياته الخاصة إلى غرفته. وسادته الخاصة مثلاً أو أغطيته، طاولته، صوراً معينة.. وهكذا. فهذه الأشياء تجعلهم يشعرون بمزيد من الارتياح.

16 ـ ساعد النزيل في العناية بمظهره وتسريحته وزينته وتدليكه. فهذه طريقة رائعة للتعامل مع المريض والعناية به.

17 ـ أحضر للنزيل بعض الحلوى أو الفواكه، أو المشروبات الباردة، أو الساخنة أو بعض المقرمشات.

18 ـ اسأل نفسك كم ترغب أن تُزار لو كنت مكانه؟

19 ـ اصطحب معك بعض الحيوانات الأليفة إن كان ذلك مسموحاً به. فالقيمة العلاجية لوجود مثل تلك الحيوانات في بيئة مؤسسات دور الرعاية قد أصبحت

مؤكدة وموثقة. وقد لوحظ أن بعض دور الرعاية تسمح بوجود حيوان واحد أو اثنين يجولان في أنحاء الدار ويتلقيان الحب ودفء العاطفة من جميع النزلاء وينشران الألفة والمرح والمتعة والسعادة. وإذا كانت قوانين الدار لا تسمح بإحضار حيوانات كبيرة كالقطط مثلاً، فقد تسمح بإحضار حيوانات أخرى صغيرة مبهجة مثل ببغاء أو غيره. أو قد تستطيع إحضار مثل تلك الحيوانات إلى فناء الدار أو الحديقة المحيطة بها دون أن تدخلها إلى الدار. وتقوم جمعيات العناية بالحيوان وحمايته في بعض المدن الأمريكية والأوروبية ببرنامج يقوم من خلاله متطوعون باستعارة حيوان أليف كقطة صغيرة مثلاً إلى دور رعاية المسنين بهدف أن يحتضنها نزلاء تلك الدور.

20 ـ خذ النزيل خارج الدار في نزهة قصيرة أو للتسوق إن أمكن. وتحتاج بالطبع أن توقع إذناً خاصاً بذلك من المشرفين عليه.فالخروج لتناول الغداء خارج الدار ولو مرة بالشهر قد يمثل علاجاً حقيقياً وخاصة لو تركت لهم اختيار المطعم الذي يرغبونه. واترك لهم حرية اختيار ما يشاؤون من قائمة الطعام، بعد أن عانوا طويلاً من قائمة الطعام المحدودة والمفروضة عليهم في الدار. فقد تجعلهم مثل هذه النزهة يستنشقون نسمات الحرية خارج قضبان سجن دار رعاية المسنين.

21 ـ إذا كنت من أقارب النزيل المقربين فقد يكون مهماً أن تتناقش معه في وصيته وترتيبات ما بعد موته إن طلب منك ذلك. وبذلك تكون قد ساعدته في تحقيق مشيئته ورغبته في التأكد بأن الأمور ستكون حسب ماهو مخطط لها بعد موته.

والحديث عن الموت قد يكون صعباً بالنسبة لنا، لكنه ليس كذلك بالنسبة لنزيل الدار المسن، فقد يكون له رغبة معينة أن يدفن في مكان معين أو يرغب بجنازة خاصة أو أي ترتيبات أخرى يوصي بها.

22 ـ لا تطلق وعوداً لن تستطيع تحقيقها. واسأل مشرفي دار الرعاية كم يستبشر ويفرح النزلاء بمن يزورهم، حتى لا تأتي صبيحة يوم الجمعة إلا وتراهم قد استيقظوا مبكراً ولبسوا وأخذوا زينتهم استعداداً لاستقبال زوارهم، وكم تُخيب آمالهم وتتحطم قلوبهم عندما لا يأتي هؤلاء الزوار. فإن وعدتهم بالحضور ليوم معين في وقت معين فلا بد لك إذن من أن تحافظ على وعدك وإلا دمرت آمالهم. أما إن كنت لا تستطيع الحضور في موعد محدد أخبرهم عندئذ أنك ستحضر في أقرب وقت.

23 ـ اصغ إلى قصصهم مراراً وتكراراً. وأظهر الاهتمام والاستمتاع بما يقولونه، واسألهم عن التفاصيل. أظهر الاحترام فقد يكون هذا الماضي الذي يتكلمون عنه هو كل ما يملكونه في وقتهم الراهن، بالتأكيد فإن الحاضر ليس هو زمانهم ومكانهم المفضل لهم، كما أن أملهم بتحسن ظروفهم في المستقبل يتناقص تدريجياً، لذلك فقد يكون الماضي هو كل ماتبقى لهم، إلا من رحم ربك.

24 ـ مارس معهم بعض الألعاب المسلية، كالشطرنج أو غيره.

## بعض الاقتراحات بشأن الهدايا لنزلاء دور رعاية المسنين:

من الصعب التفكير في نوع الهدية المناسبة لإهدائها لشخص عزيز ينزل في دور رعاية المسنين، فقد تحد قوانين ولوائح دور رعاية المسنين والأماكن المتاحة وإجراءات الأمن والسلامة من الخيارات المطروحة لانتقاء هدية مناسبة. من الأفضل لك قبل أن تشتري الهدية أن تسأل المشرفين في دار رعاية المسنين فيما إذا كانت تلك الهدية مقبولة عندهم أم لا. وإليك قائمة من الهدايا المقترحة لتساعدك على الاختيار، منها:

ـ سلة من الفواكه الطازجة مغلفة بذوق وعناية، ترسلها له وتضع عليها كرت تكتب عليه تحياتك وتمنياتك بالأوقات السعيدة، ومن الأفضل أن تكون الفواكه مشكلة بعضها ناضج يمكن أكله على الفور، وبعضها الآخر قليل النضج لينضج مع الوقت، فلا يضطر أن يأكلها كلها دفعة واحدة لأنها كلها ناضجة.

ـ المربيات والحلوى الجيلاتينية، فبعض النزلاء يروق لهم مشاركة زملائهم في طعام الإفطار بأنواع من المربيات المصنوعة في المنزل.

ـ بعض الكتب والمجلات المطبوعة بأحرف كبيرة وواضحة.

ـ أشرطة تسجيل. توجد أنواع كثيرة من أشرطة التسجيل ترضي جميع الأذواق، ويوجد العدد الكبير والمتنامي من الكتب المسجلة صوتياً، ومن الخيارات المعقولة جداً شراء جهاز تسجيل بسيط حتى يمكنّهم من سماع أصوات أصدقائهم وأقاربهم الذين يعيشون بعيداً عنهم ويمكن لأحفادهم أن يسجلوا أصواتهم وأغانيهم وبعض الأشعار التي يحفظونها على تلك الأشرطة ويرسلونها لهم، إضافةً إلى أخبارهم وقصصهم في دراستهم وصفوفهم، مثل هذا الشريط يمكن

أن يُسمع ويعاد مراراً وتكراراً، وأن يشكل صلة وصل تربط بين نزيل دار رعاية المسنين والعالم الخارجي. ومثل هذه الهدية (الراديو وجهاز التسجيل) رغم أهميتها فسعرها ليس غالياً، ويمكن أن يكون معها سماعات توضع على الأذنين يتم التحكم في مستوى الصوت حسب الرغبة دون إزعاج الآخرين.

- صور الأقارب والأصدقاء ضمن إطار جميل.

- ألبوم صور لحفظ الصور الملتقطة فيه.

- ملابس أو كسوة ويفضل اللون الذي يفضله المسن، ويفضل الثوب الفضفاض، والمريح في ارتدائه وخلعه، توجد أثواب لها فتحات من الأمام ذات كبسات سهلة في فتحها وإغلاقها وخاصة للمريض الذي يشتكي من تيبس في مفاصل الأصابع إذ يتعذر عليه ارتداء وخلع الملابس الضيقة أو ذات الأزرار المحكمة والقاسية في فتحها وإغلاقها.

- نعال أو خف يسمح بارتدائه حتى ولو كانت الأقدام متورّمة. لأن الأطراف عند المسنين تتأثر بالبرودة بسبب ضعف جريان الدورة الدموية، لذلك يجب التأكد أن الخف أو النعل دافئ وطري. وتوجد أنواع مصنوعة من مواد دافئة قابلة للغسيل.

**(الشكل 11) : خف يُقدم للمسنين لتدفئة القدمين وحمايتهما**

(الشكل 12) : غطاء صوفي للتدفئة

- الستـرات الصـوفيـة، وأغطيـة الرجلين الدافئـة، أفكار أخـرى عظيمـة لمزيد من التدفئة الضرورية للمسن.

- الأثواب العملية صيفاً وشتاءً، والبنطلونات ذات الخصـر المطاطي للراحـة وسـهـولة نزعـها ولبسـها. وتوجـد أيضـاً بنطلونات رجالية لها فـتحـات سـهلة جـداً للتعـامل معـها بأنامل المسنين المتيبسـة والمصـابة بالتهابات المفاصل.

- النظارات الشمسية لارتدائها عند الخروج في الأجواء المشمسة.

- عـدسـات مكبـرة. وبعـضـهـا يكون مـزوداً بمصباح، تسـهل عملية القراءة. احضر عدسة أكبر قياس ممكن.

- دفتر عناوين وأرقـام هواتف الأشـخاص الذين يرغب في التواصل معـهم، واكتبهم له بخط كبير جداً.

- استأجر فني تجميل ليـأتي معك فـي زيارتك ويزين شعر وأظافر المسن. كثير من الدور عندهم مثل هؤلاء الأشخاص. اسأل عنهم موظفي الدار.

- لوحـة مـجلة الحـائط يمكن لنزلاء الدار أن يعلقـوا عليـهـا الصـور والبطاقـات التي أرسلت إليهم، إلى غير ذلك. تأكد من تعليمات الإدارة قبل شرائها وتثبيتها.

- بعض حـاجيـات المسن الخـاصـة. مثل الهـاتف، أو التلفـاز، أو الراديو، أو السـاعـة، عندما يكون ذلك ممكناً.

- بعض العطور ومواد التجميل للرجال والنسـاء. فـهم يسـتمتعون عندمـا يظهرون بمظهر لائق ورائحة جميلة.

- بعض المجوهرات غـير الغـالية، كـحلق الأذان، أو الـعقـود المزيفـة التي توضـع على النحور، أو ربطات العنق التي تجعل المرء يشعر بالأناقة.

- بعض أجزاء المفروشات والوسائد والبطانيات والحلق المطاطية التي تجعلهم يجلسون على كراسيهم بارتياح فترات أطول.

- صور تسلية تركيب، ألغاز، فالنزلاء غالباً لديهم إحدى الألعاب التي تتطلب تشغيل العقل، أو التحدي موضوعة على الطاولة أمامهم في غرفة الاستراحة، ويمضون بعض الوقت للعمل على حلها، أو تركيبها، ثم يمضون إلى شؤونهم. وكل واحد منهم يساهم ويشارك في اللعبة، وتستمر عندهم قرابة الأسبوعين. تأكد أن حجم قطع التركيب ليس شديد الصغر بالنسبة للمسنين الذين تجهد مفاصل أناملهم المتيبسة الأعمال الدقيقة.

- ومرة أخرى فإن الأزهار تشكل دوماً إضافة مبهجة لأية غرفة. فكر بالنباتات أو البذور الحية التي يمكن أن يعتني بها نزيل الدار ويراقبها وهي تنمو.

- أشرطة الفيديو. إذا كان النزيل عنده مشغل لأشرطة الفيديو، فيمكن إحضار شريط فيديو عائلي له، أو بعض الأفلام والأشرطة التي يفضلها.

- تجهيزات لعبة جديدة أو لوحة ألعاب توضع في غرفة الاستراحة ويمكن أن يتشارك بها جميع النزلاء. تحدث مع مشرف الدار لترى إن كان هناك أي احتياجات خاصة، أو بطاقات ألعاب تكون الأحرف والأرقام مكتوبة عليها بخط كبير جداً.

- ألعاب صغيرة مضحكة أو أي شيء يمنحهم البسمة والضحكة الحلوة.

- قفص يحتوي على طيور وعصافير، أو جرس هوائي يعلق على نافذة النزيل. ولا تنسى أن تحضر بين الفينة والأخرى البذور لتأكلها الطيور.

- كثير من نزلاء دور المسنين لديهم ضعف نظر جزئي أو كامل، يمنعهم من المشاركة في الفعاليات التي يقوم بها النزلاء المبصرون. ويتوافر لمثل هؤلاء كتب ناطقة يمكن إرسالها لهم دون تكاليف بالتعاون مع صندوق إعانة المرضى. وكثير من المكتبات لديها كتب على أشرطة تسجيل يمكن الاستعانة بها. ويقدر النزلاء فاقدو البصر أن تصف لهم ما يرتدونه من ألوان وأشكال ونماذج. ويكون إحساسهم مرهفاً ويرغبون بالملابس الناعمة والخف طري الملمس.

- قم بتغليف الهدية التي اخترتها بورق هدايا ذي بريق، واربطها بأشرطة الزينة واعقدها بشكل أنيق، وألصق عليها قوساً جميلاً، وأرسلها مع شخص ذي ابتسامة واسعة.

(الشكل 13) : الحرص على المناسبات الخاصة للمسنين

## كن مواظباً على الزيارة

بعض دور الرعاية أفضل من الآخر، فبعضها يتضمن نشاطات وفعاليات واحتفالات وخدمات أفضل من الدور الأخرى التي لا تُقدم للنزيل إلا مجرد السرير والطعام. وحتى في أحسن الأحوال فإن النزيل قد يشعر بالوحدة والعزلة والانقطاع عن العالم الخارجي. وزيارة مثل هؤلاء تشكل تجربة رائعة ومفيدة لجميع الأطراف. حتى لو لم يكن لك قريب أو صديق مقيم في دور رعاية المسنين، اذهب هناك وتكلم مع الموظفين واسألهم عن أحوال النزلاء، فهم بالتأكيد سيجدون لك شخصاً من النزلاء، سيستفيد حتمًا من زيارتك واهتمامك به ويمكن أن توطد علاقته معك وأن تعامله كجدك أو عمك فستجد حتماً أنك ستحصل على السعادة والانشراح أكثر مما تعطي، حاول أن تصطحب معك أطفالك الصغار، أو أياً من أفراد العائلة. ويمكن أن تشكل مجموعة عائلية تواظب على الزيارة أسبوعياً أو كل أسبوعين على الأقل، ومن المفيد التعرّف على مثل تلك المجموعات، وتشجيع أفراد العائلة على الانضمام إليها وتبادل المعلومات معها والاستفادة من خبراتها في التعامل مع المواقف الصعبة، وأن يدرك الجميع أنهم في سفينة واحدة. ويعتبر نزلاء دور المسنين الذين لديهم أصدقاء صغار بالعمر من المحظوظين بين أقرانهم.

# الفصـــل الرابع

## آداب خاصة بزيارة الطفل المريض

نبينا ﷺ لم تمنعه مكانته، وكثرة انشغاله من زيارة غلام يهودي مرض، لينقذه الله به من النار، ولا عجب في ذلك فهو لم يُرسل إلا رحمة للعالمين. وكان حرصه ﷺ على هداية الناس صغيرهم وكبيرهم فوق كل اعتبار. فعن أنس رضي الله عنه قال: «كان هناك غلام يهودي يخدم النبي صلى الله عليه وسلم فمرض، فأتاه النبي صلى الله عليه وسلم يعوده، فقعد عند رأسه فقال له أسلم فنظر إلى أبيه وهو عنده، فقال أطع أبا القاسم، فأسلم، فخرج النبي ﷺ وهو يقول الحمد لله الذي أنقذه من النار». أخرجه البخاري.

وكان ﷺ يخاطب كلاً حسب عمره ولهجته وعقله، فخطاب الطفل يختلف عن خطاب الكبير، وقد لبث بعض العلماء ليلة يتفكر في بعض حديث استنبط منه ستين حكماً: منها استحباب مداعبة الأطفال وتكنيتهم وملاطفتهم والتودد إليهم: عَنْ أَنَسٍ رضي الله عنه قَالَ: « كَانَ النَّبِيُّ ﷺ أَحْسَنَ النَّاسِ خُلُقاً وَكَانَ لِي أَخٌ يُقَالُ لَهُ أَبُو عُمَيْرٍ قَالَ أَحْسِبُهُ فَطِيمًا وَكَانَ إِذَا جَاءَ قَالَ يَا أَبَا عُمَيْرٍ مَا فَعَلَ النُّغَيْرُ نُغَرٌ كَانَ يَلْعَبُ بِهِ فَرُبَّمَا حَضَرَ الصَّلَاةَ وَهُوَ فِي بَيْتِنَا فَيَأْمُرُ بِالْبِسَاطِ الَّذِي تَحْتَهُ فَيُكْنَسُ وَيُنْضَحُ ثُمَّ يَقُومُ وَنَقُومُ خَلْفَهُ فَيُصَلِّي بِنَا». أخرجه البخاري.

فقد كان ﷺ يربي بالضحكة، ويهذب بالابتسامة، ويُقوّم بالمزحة، ويدعو بالطرفة، فلضحكاته منافع، ولابتساماته مقاصد، ومن ممازحته عِبر، ولطُرَفه حِكَم وعظات. مهارة التربية بالمداعبة، لا بتقطيب الجبين، وإصدار التعليمات. جُبل الأطفال على حب المرح؛ فهم يحبون الطريف، ويتقبلونه؛ حتى لا يكاد أحدهم يمله؛ على الرغم من كثرة تكراره، وترداده أحياناً.

وقد روي عن النبي ﷺ غير خبر يفيد ملاطفته الصغار، ومداعبته الأطفال؛ فلا غرو أن يشب ناشئة ذلك الجيل وملء قلوبهم حب له ـ ﷺ ، وإيمان به، وتصديق برسالته. وضرب الرسول ﷺ لنا الأمثال العملية في التربية بالرفق، واللين،

والفكاهة، والمداعبة؛ فلا يمنعه – وهو القائد الأول – محله من أن يداعب طفلاً صغيراً حزيناً على موت طائره، قائلاً في نوع من المشاكسة الظريفة: يا أبا عمير! ما فعل النغير؟!. قد نجح ﷺ في تسخير الدعابة، والملاطفة لأجل إنشاء جيل مسلم، مرتبط بنبيه، محب له، ولمنهجه الوسط، بعيداً عن المجون، وهكذا كان الصحابة من بعده.

## زيارة الطفل في المستشفى

قد تكون المستشفيات مكاناً مخيفاً لأي شخص، لكنها للطفل خاصة قد تكون مكاناً شديد الرعب. فمشاعر الأطفال نحو الغرباء الذين يقومون بأشياء غير مألوفة لأجسادهم، عادة تتسم بشدة الحساسية. ومشاعرهم المتعلقة بفقدهم للأشياء أو بهجرهم، هي خارجة عن السيطرة. ومن الصعب تفسير ما يحدث لهم لأن معارفهم محدودة، ولأن مفرداتهم قليلة وخاصة الأطفال الصغار جداً.

**(الشكل 14) : زيارة الطفل المريض**

وتواجه بعض المستشفيات هذه المعضلة بجعل الأطفال يزورون المستشفى ويلتقون مع الفريق الطبي وكادر التمريض قبل موعد الجراحة بعدة أيام، وقبل أن يتم قبولهم للإقامة والعلاج في المستشفى، وقد تعرض عليهم بعض أشرطة الفيديو

التي تصف لهم ما يدور في المستشفى. ثم يصطحب الطفل مع والديه بجولة تعريفية في أنحاء المستشفى أو المركز الجراحي، يقودهم خلالها مهرج أو شخص مضحك للأطفال يخبرهم أين سيكونون وماذا سيحدث بالضبط عندما يتم قبولهم. ويشجع الأطفال على أن يسألوا عن أي شيء يقلقهم. وقد يُترك للأطفال اختيار نكهة المخدر الذي سيتم تخديرهم به. وفي نهاية الزيارة يُشجع الأطفال على أن يحضروا معهم عرائسهم، أو بعض ألعابهم المفضلة، أو الدمى المحشوة، أو بعض البالونات أو الهدايا التذكارية لدى عودتهم إلى المستشفى. كل ذلك قد يكون مطمئناً جداً عندما يكون قبول الطفل مبرمجاً سلفاً. لكن مثل هذا القبول قد يكون مفاجئاً، وقد لا تتاح فرصة للاستعداد والتحضير.

**(الشكل 15) : ضرب من الدعابة مع طفل مريض**

## فهم مراحل التطور عند الأطفال

من المعلوم أن كل طفل هو كائن فريد ومتميز عن غيره، وأنه مختلف في مراحل نضجه وتطوره، ومن المفيد معرفة صفات ومميزات مراحل التطور المختلفة. حتى نتقن كيفية التكلم مع الطفل وهذا يعتمد كثيراً على عمر الطفل ودرجة استيعابه.

الأطفال الذين تقل أعمارهم عن خمس سنوات من العمر: يستقبل هؤلاء الكلام حرفياً، وربما لايستوعبون الجمل والعبارات التي تقال على سبيل المجاز. وقد تشاهد عندهم بعض الطرف التي تدل على ذلك، "اشتكت والدة بعض الأطفال من شدة الضجيج، الذي يكاد يحملها على تسلق الجدران، لكن الطفل كان يسأل ما هو نوع الحذاء الرياضي الذي يجعلها تستطيع فعل ذلك؟، ولا يدرك الأطفال في هذا العمر مفهوم الوقت غالباً. حتى عبارة "بعد الظهر"، يجب استبدالها بعبارة" بعد تناول الغداء".

الأطفال في الأعمار (6-9) سنوات: مع نمو الأطفال يزداد اهتمامهم بالأشخاص والأشياء التي كانت متواجدة في بيئتهم ومحيطهم، وإشراكهم في خبراتهم السابقة. ويزداد ولعهم بالتفاصيل والحقائق ويبدأون بالسؤال كيف ولماذا. على الرغم من أنهم لا يزالون يتمركزون حول أنفسهم، لكن يزداد اهتمامهم الاجتماعي، ويسعون لإيجاد أصدقاء مقربين. وتزداد عندهم أهمية أن يكونوا مقبولين بين مجموعات الأفراد. ويتواصل الأطفال حتى عمر (9) سنوات من خلال اللعب أو الفن، ولا يبدأ التطور الكلامي السريع عندهم إلا في عمر (9) سنوات. وتأخذ اهتماماتهم المؤكدة نماذج وأشكال. ويستعملون خبراتهم الماضية الخاصة ومجموعة من الحقائق المحددة، ويبدأون باستخلاص استنتاجاتهم الخاصة بهم دون الاعتماد على ما يخبرهم به البالغون على أنه حقيقي. قد تكون عندهم بقية من التفكير الخيالي الخارق أو السحري، الذي يظهر من حين لآخر.

الأطفال في الأعمار (10-12) سنة: يُفضل ما قبل البلوغ أن يقوموا بأعمالهم مع "أفضل صديق لهم"، أو ضمن مجموعات، أكثر من أن يقوموا بها بمفردهم. ولا يختلط عندهم الجنسان في نشاطاتهم، بسبب إحساسهم بعدم الأمان المتعلق بتغير شكل الجسد وتطور الهوية الجنسية. ومن أكثر مراحل العمر صعوبة مرحلة الطفولة فيما قبل البلوغ، لأنهم يجدون أنفسهم عالقين ما بين مأخذين اثنين "إنك كبير على هذه التصرفات الصبيانية"، والمأخذ الثاني "إنك صغير جداً ابتعد على تصرفات البالغين هذه." وتتلاشى ثقتهم بأنفسهم من جرّاء ذلك. قد تكون مرحلة محيرة

وفي الأعمار (13-17) سنة: تتميز مرحلة البلوغ بانتقال التأثير الأولي من الآباء إلى الأقران. يحتاج البالغون إلى بعضهم، وتصبح الحاجة إلى أن يكون الشخص مقبولاً من الآخرين في مجموعته من نفس الأعمار هي القوة الدافعة

والموجهة للسلوك. وكثيراً ما يعتمد تقدير الذات على ما إذا كان وجد هذا القبول أم لا. وتتشكل المجموعات في هذه المرحلة لإيجاد مجموعة يكون المراهق مقبولاً فيها. ويوازي ذلك في الأهمية الاهتمام بالمظهر من خلال الملابس، وتسريحة الشعر، والمكياج، والمظاهر البدنية الأخرى.

## كيف تتم زيارة الطفل المريض بنجاح؟

ثمة خطوات عديدة يجب التأكد منها للقيام بزيارة ناجحة لطفل مريض أو مصاب بأذية ما، مع الأخذ بعين الاعتبار مراحل التطور المذكورة سابقاً. كن صادقاً، فالكذب على الطفل أو إعطاؤه آمالاً كاذبة بأن حالته ممتازة جداً، بينما الواقع خلاف ذلك تجعله يفقد الثقة بك. وهذا لا يعني أن عليك أن تُرعِب الطفل. لكن إن سؤلت سؤالاً مباشراً، أعط تفسيراً مبسطاً ومباشراً قدر الإمكان. حالما يكتشف الطفل أنك تكذب سيشعر بعدم الأمان والضياع، والغضب. فإذا هو لم يستطع أن يصدقك في مثل هذه الأمور، فما الأمور التي سيصدقك بها؟

- لا تتهامس بشأن المريض. فقد يذهب به الخيال بعيداً نحو أسوأ الاحتمالات، والبعيدة جداً عن الواقع، إذا لاحظ المريض أنك تعتبر أن حالته من الأسرار التي يجب عدم اطلاعه عليها.
- أحضر للمريض مجموعة من الألعاب الصغيرة، ومجسمات الحيوانات، وأوراق وأقلام التلوين ومجموعة من الألعاب للأطفال الذين تكون أعمارهم تحت التاسعة، دعهم يتواصلون من خلال اللعب، فقد يُظهِرون ما بداخلهم من مخاوف، وآمال، واحتياجات من خلال الأوقات الخاصة من اللعب المشترك.
- اقرأ لهم، حيث يعتمد اختيار الكتاب بالطبع على عمر الطفل. ويمكن استشارة صاحب المكتبة. ويمكن سؤال الطفل عن نوع القصص التي يحبذها، دعهم يسألون عن التفاصيل.
- اسألهم أسئلة ذات نهايات مفتوحة مثل "ما هو رأيك بالعمل الفلاني؟" أفضل من سؤالهم: "هل علينا أن نعمل ذلك؟"، أو اسأل "هل سبق لك أن مررت بمثل هذا الشعور من قبل؟" "هل تستطيع التفكير بنهاية مختلفة؟" فهذا يعطيهم فرصة أفضل للتعبير عن أنفسهم، ويمكن أن يؤدي إلى اكتشاف رؤى وأفكار مختلفة.

(الشكل 16) : الضحك خير دواء

- اقصص عليهم بعض القصص واستمع إلى قصصهم. أو هناك طريقة سهلة بأن تترك الطفل يرسم صورة ويشرح لك عنها.

- لا تتفوه بالكلمات نيابة عنهم. ولا تفترض أنك تعرف كيف يشعرون أو ماذا يريدون. اعطهم الوقت والاهتمام الكافيين ليخبروك بما يشعرون به.

- لا تغرقهم بالمعلومات. اعطهم المعلومات تدريجياً، حسب قدرة استيعابهم. فبالتأكيد كلما نضج الأطفال أكثر يستطيعون استيعاب كمية أكبر من الحقائق دفعة واحدة.

- اشرح الحقائق والوقائع بطريقة يستطيع الطفل فهمها، فبعض المستشفيات تستعمل الدمى لتشرح للأطفال الإجراءات المزمع القيام بها. ويمكن الاستعانة بالرسوم البسيطة والصور، أو المجسمات البلاستيكية إن توفرت. تأكد أن الطفل قد فهم ما ترمي إليه بأن تطلب منه أن يعيد لك ما شرحته. (لا تنسى أن تسأل الفريق الطبي قبل أن تقوم بذلك).

- ليس عيباً أن تقول لا أعرف، وليس واجباً عليك أن تجيب عن كل سؤال، وليس مطلوباً منك أن تعرف كل شيء. يمكن أن تقول رأيك، على أن يعرف الطفل أن هذا

هو رأيك، وأن تنظر بعد ذلك في تفاعله مع رأيك، فقد يوافق أو لا. حيث يستغرق الطفل وقتاً أطول لبناء الثقة، وتأسيس العلاقة. ويمكن أن تساعد الزيارات القصيرة والمتكررة في تأسيس الألفة وبناء الثقة.

- ليس عند الأطفال المرضى طاقة كبيرة ليقابلوا أشخاصاً غرباء، والأطفال بشكل خاص يشعرون بالراحة أكثر عندما تكون الوجوه من حولهم مألوفة. لا تتفاجأ إن قال لك الطفل "اذهب من هنا". ذلك لا يعني أن الطفل غير ممتن للزيارة. فالأطفال صادقون ومباشرون في كلامهم. قد يكون الكبار لديهم نفس المشاعر لكنهم لا يعبرون عنها بأمانة. تحتاج زيارة الأطفال للتفاعل. ومطلوب منك أن تشارك باللعب أو بتوجيه الأسئلة. وقد تكون المشاركة برسم الصور مع الطفل مشجعة جداً. والمطلوب أيضاً أن تكون منفتحاً بشكل كامل، وأن تتواصل مع الطفل بنفس النغمة وطبقة الصوت التي يستقبلها الطفل. لا تسهب وتستمر بأجندتك الخاصة. اصغ إلى ملامح الطفل وإشاراته، واتبع قيادته.

- الزيارات القصيرة لها نفس فوائد الزيارات الطويلة. راقب بوادر علامات التعب والضجر والإرهاق . فإن بدت عليهم علامات عدم الاستمتاع فاختصر الزيارة.

- أتح للطفل المريض الفرصة ليتواصل مع أقرانه. وإذا كانت زيارة أصدقائه غير ممكنة، فقد تساعد الرسائل والبطاقات من زملاء الدراسة، أو الجيران، أو النادي، أو الأقارب في التعويض عن ذلك. انقل لهم أخبار الأطفال خارج المستشفى. وقد يكون الاتصال من زملاء الدراسة، أو مشاهدة أشرطة التسجيل أو الفيديو ممتعاً جداً لهم.

- اترك الأطفال يتحدثون عن مخاوفهم وإحباطاتهم دون أن تُظهِر لهم أنك مصدوم أو خائف. والأطفال الصغار لم يتعلموا إخفاء مشاعرهم، وقد يكون صدقهم أحياناً مخيفاً للشخص المحب الذي يحاول حمايتهم. لا تعزلهم أكثر بعدم رغبتك في تقدير هذه المشاعر.

- لا تنتقد مشاعرهم، ولا تقل عليهم ألا يكونوا خائفين، أو ألا يشعروا بهذه الطريقة. كن متفهماً.

- كن حساسًا لصورة اليافعين عن أنفسهم. ساعدهم في التحدث عن قلقهم فيما يتعلق بمظهرهم.

ـ الضحك خير دواء، كن مبدعاً واستعن بالفكاهة أينما كان ذلك ممكناً.

ـ لا تبالغ في حماية الأطفال، بدلاً من ذلك زودهم بالأدوات التي يحتاجونها لمواجهة الحياة.

ـ المراهقون يحبون زيارات أقرانهم. قم بتوصيل أصدقائهم وأقرانهم لزيارتهم.

ـ قد تصدر عن الأطفال (والبالغين أيضاً) تصرفات غير ناضجة. يحتاجون للكثير من الطمأنة خلال هذه الفترة. كن كريماً في معانقتهم. فلمس الأطفال مهم جداً أيضاً. دعهم يعلمون أنك معهم وأنك مهتم بهم.

ـ لا تجعل الأطفال يشعرون أنهم هم المسؤولون عن مرضهم. يحتاج الأطفال لفهم السبب في حدوث الأشياء السيئة للأشخاص الطيبين.

ـ يشعر الأطفال، كما يشعر البالغون بالراحة أكثر إذا وجدوا أشياءهم الخاصة حولهم مثل الصور المألوفة والألعاب المحشوة والبطانيات وغير ذلك.

ـ ساعدهم في القيام بواجباتهم. فكلما كانوا محافظين على واجباتهم المدرسية أكثر كلما قلّ العبء عليهم عند عودتهم للمدرسة. وقد يخفف ذلك من قلقهم من الرسوب والتخلف عن أقرانهم في المدرسة. ولا تنس أن تتصرف حسب طاقتهم فلا تكلفهم ما لا يطيقون.

ـ انهي زيارتك بملاحظة راقية. اسألهم ماذا يرغبون أن تحضر لهم في الزيارة القادمة.

ـ إذا كان صعباً عليك، أو إذا كنت لا تستطيع أن تكون صادقاً مع الأطفال، فلا تقم بزيارتهم. بدلاً من ذلك أرسل لهم الهدايا أو البطاقات. فالأطفال لديهم شعور ويدركون أنك غير مرتاح في الزيارة أو أنك في المكان غير المناسب لشخصيتك.

## مساعدة آباء الأطفال المرضى

إن أكثر ما يحتاج إليه آباء أطفال المرضى، هو من يهبهم الحماس والقوة. دعهم يتكلمون عن مخاوفهم وإحباطاتهم. واعترف لهم بأنك تقدر مصيبتهم وما يعانون. يفترض بالآباء أن يكونوا قادرين على حماية أطفالهم والمحافظة عليهم وعلى أمنهم. عندما يمرض هؤلاء الأطفال أو يتعرضون للأذى، أو عندما يكونون في موقف

مهدد للحياة يشعر الآباء بالفشل والإحباط والتقصير. لا داعي لأن تخبرهم أنه يجب ألا يشعروا بهذه الطريقة. فهم يحتاجون لدعمك ودعواتك ولأذنك الصاغية.

- اجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات عن مرض الطفل أو أذيته، وتبادل مع الآباء المقالات المتعلقة بذلك. واقرأها لهم إن أرادوا وهذا يساعدهم على أن يسألوا أسئلة أفضل للاستفادة من الفريق الطبي. ويمكن أن يهدئ من مخاوفهم وقد يساعدهم على التعرّف على السير الطبيعي للموقف، بحيث لا يتفاجئون بالتغيرات التي تحدث.

- يحتاج الأطفال لاستقبال أية معلومات متعلقة بمآل المرض من آبائهم. لا تحاول أن تقوم بذلك بدلاً عنهم بل شد من عزيمتهم من خلال دعواتك وتشجيعك وتزويدك لهم بالمعلومات ليقوموا بالمهمة بأنفسهم. أية معلومات مهمة تأتي من غير الآباء قد تخلخل ثقة الأبناء بآبائهم وتبعدهم عنهم.

- قد يحتاج الآباء لمن يهتم بأبنائهم المرضى لفترات قصيرة ريثما يذهبون لبعض شؤونهم، اعرض عليهم فترة استراحة، ولا تنزعج إن لم يتقبلوها.

## مساعدة أهالي المرضى المصابين بأمراض مزمنة

هؤلاء هم الجنود المجهولون الذين لا يهتم بهم أحد، والذين يضحون عادة بالغالي والنفيس من أوقاتهم وجهودهم من أجل تخفيف آلام المريض وأحزانه، دون أن يأبه بهم أحد. قد يكونون أزواجاً أو أبناءً أو إخوةً يقومون بشؤون المريض اليومية الحياتية، ولا يتقاضون أي أجر، وتأسرهم التزاماتهم بالعناية بالمريض فلا يستطيعون الخروج والقيام ببعض شؤونهم. وقد لا يجدون من يعينهم على ذلك، ولا من يدفع لهم أتعابهم، ولا يستطيعون استئجار من يعتني بمرضاهم ريثما يغادرون المنزل.

ناقشنا "مساعدة آباء الأطفال المرضى" في فصل سابق؛ ونود هنا أن نعمم هذه المساعدة لتشمل مساعدة أي شخص لديه مريض قريب يحتاج إلى من يقوم بشؤونه. يجب أن نفهم التفاصيل المتعلقة بالعناية بشخصٍ مريض كل الوقت، حتى نستطيع أن نقدّر أفضل طريقة لمساعدة هؤلاء الأشخاص المميزين. قد يشتمل الأمر على جهود بدنية وانتباه مركز لبعض التفاصيل، مثل متابعة الأدوية بأوقاتها

المنتظمة، أو التنظيف الفوري للمريض والعناية بنظافته الشخصية، وتحضير وجبات الطعام التي قد يكون لها احتياجات خاصة.

كثيراً ما تشاهد شخصاً مسناً يقوم بالعناية بآخر مثله قد يكون مصاباً بالشلل نتيجة جلطة دماغية، أو زوجة تقوم هي بالعناية بزوجها المريض، وتكون غير مهيأة بدنياً لذلك، وتكون خياراتها محدودة، بغض النظر عن الولاء والإحساس بالذنب أو الاعتبارات المالية. ليس من الغريب أن تجد أن هؤلاء الأشخاص الذين يقومون بالعناية بمرضاهم هم أنفسهم يتم قبولهم ودخولهم المستشفى بعد شهور عديدة من عنايتهم بأشخاص آخرين مما أدى إلى إنهاكهم. وكما ذكرنا في فصل "زيارة المسنين في دور الرعاية"؛ فإن الناس يميلون إلى نسيان المرضى ذوي الأمراض المزمنة بعد زوال الفترة الأولى الحرجة التي تعرضوا لها. ويتم نسيان القائمين على العناية بهم، وبما أن هؤلاء الأشخاص مشغولون كثيراً فيلقى بهم في زوايا النسيان ويتركون ليواجهون بمفردهم عزلتهم التي هي عدوهم الحقيقي.

كما ألمحنا آنفاً أن الاحتياجات البدنية للقائمين على العناية بالمرضى قد تكون مكلفة؛ فكثيراً ما يحتاجون إلى حمل المريض، وقد يكون عليهم المساعدة في العلاج، وقد يتوجب عليهم التعامل مع أجهزة طبية ثقيلة، وقد تكون هناك حاجة لإعطاء أدوية أو مراقبة طوال ساعات الليل؛ مما يعرضهم للحرمان من النوم أو النوم المتقطع. قد يستغرق إنجاز بعض الواجبات البسيطة ساعات عديدة.

وهناك أعباء مالية من أجل العناية الطبية المتكررة والمركزة، إضافة إلى أن فقد الدخل بسبب المرض قد يعصف حتى بالأشخاص الميسورين مالياً، فضلاً عن الأشخاص ذوي الحاجة.

كثيراً ما يشعر القائمون بالعناية بالمريض بالذنب والإحباط ويقعون في حيرة من أمرهم بين رغبتهم في العناية بالمريض، وتمنيهم أنه لا يتوجب ذلك عليه. أحياناً يتمنون لو أن هذا المريض يموت ليرتاحوا ويمارسوا حياتهم الطبيعية من جديد.

ومن الناحية العاطفية قد يحاط هؤلاء بتدفق ثابت من الأفكار السلبية. إذ ليس سهلاً أن تحافظ على حيوية المريض وحماسه، بل قد يكون ذلك مستحيلاً في بعض الأحيان. والمحافظة على الأمل بأن الأشياء ستتحسن يمثل تحدياً مستمراً. أو في

حال عدم توقع التحسن؛ فإن قبول الأمر الواقع والتعايش معه بشكلٍ يوميٍّ قد يدعوا إلى الاكتئاب.

قد يكون الاكتئاب هو الصاحب الثابت الذي لا يفارقهم نتيجة الحزن والفقد. واعتماداً على الظروف فقد يحزن المريض لفقده صحته أو عمله أو لبعض وظائف جسمه الأساسية، أو لعلاقاته مع الآخرين أو لتلاشي آماله وأحلامه وأهدافه واستقلاليته، واعتماده على نفسه. ومع الوقت تزداد القائمة طولاً وتضاف لها أشياءُ جديدة. ويحزن القائمون على العناية بالمريض بسبب كثيرٍ من الدواعي المذكورة؛ فقد تتبخر أحلامهم أيضاً وتتحدد نشاطاتهم الاجتماعية ويفتقدون صداقاتهم.

## كيف يمكنك أن تساعد أهل المريض؟

ثمة ثلاثة أشياء أساسية بإمكانك مساعدتهم بها هي: التشجيع، وتخفيف الأعباء، والتأييد.

- يمكن القيام بالتشجيع من خلال التواصل المستمر والمنتظم والمتكرر؛ بأن تظهر لهم التعاطف، وأن تدعو لهم في صلواتك، وتقوم بزيارتهم وتقدم لهم الهدايا البسيطة المعبرة كالبطاقات، والاتصالات الهاتفية. وجّه بطاقتك لهم بشكل منفصل عن بطاقة المريض، وتعامل معهم كأشخاص منفصلين لهم احتياجات مختلفة. اجعل لكل شعور خصوصية. ومن أجل أن يكون ذلك فعالاً؛ لا تمنح عباراتك المشجعة كلها بشكل مجملٍ للمرضى وذويهم معاً، بل فصّل ووزّع بعضاً منها لهم وأخرى لهؤلاء. ابحث في المكتبات عن كتب تتعلق بالتشجيع الذي يمكن منحه ليحفز الأمل فيهم ويجدد طاقاتهم.

- تعاون معهم على تحمّل المسؤوليات بشجاعة، وواظب على تشجيعهم لطلب ما يحتاجونه منك.

- مساعدتهم وتخفيف أعبائهم. المقصود بذلك الأشياء العملية التي يمكن تقديمها لذوي المرضى. فوجبات الطعام دائماً مقبولة عندهم. وتقديم وجبات مطبوخة من قبل شخص آخر تعتبر هدية لها قيمتها بعد السأم من تناول طبخ شخص معين يوماً بعد يوم.

- القيام ببعض المهمات، مثل التنظيف والتسوق وجلب الأدوية وإرسال الرسائل أو إحضارها هي من الأشياء المساعدة لهم أيضاً. أو تقديم مكاناً للاسترخاء والاستجمام كإعارة منزل صيفي يعتبر منحة ممتازة وعمل خيري رائع.

(الشكل 17) : مساعدة ذوي المرضى يخفف بعض أعبائهم

- من أفضل طرق المساعدة أن تجلس مع مرضاهم أو تعتني بهم بنفسك؛ لتمنحهم بذلك بعض الوقت ليذهبوا في شؤونهم وقضاء حوائجهم. إذا كان بإمكانك أن تقوم بذلك؛ فشجع ذوي المريض بشدة لقبول عرضك السخي باستمرار دون أن ترغمهم على ذلك، وإن رفضوا ذلك في البداية امنحهم الفرصة وكرر عرضك مرة أخرى.

- التأييد. ويكون ذلك بإعلام ذوي المرضى بأنهم يقومون بالأشياء الصحيحة. فدعم هؤلاء في قراراتهم الصعبة من خلال الإصغاء لهم وعدم انتقادهم هو عمل نبيل. يحتاج ذوو المرضى إلى من يصغي إليهم لينفِسّوا عن مشاعرهم، وقد يتساءلون فيما إذا كانوا قد قاموا بالعمل الصحيح، أو بكل ما يتوجب عليهم أم لا.

- أكثر المساعدة تتم من خلال الاهتمام برسائلهم المبطنة، واكتشاف مخاوفهم إن وجدت وتقديرها، ومساعدتهم على تقبلهم لأنفسهم ومسامحتها إن كان عندهم إحساس بالذنب؛ ومفتاح ذلك كله هو الإصغاء لما يقولونه. أليس لنا عبرة في حقيقة أنّ الله خلق لنا أذنين اثنتين، وفم واحد؟!

# الفصـــل الخامس

## آداب زيارة المريض في المراحل النهائية من الحياة

يمر المريض عندما يُشخص له تشخيص نهائي لمرض مميت بخمس مراحل:

1 ـ الرفض.

2 ـ الغضب.

3 ـ المفاصلة أو المقايضة.

4 ـ الحزن.

5 ـ القبول.

ففي المرحلة الأولى ينكر المريض صحة التشخيص، ولايصدقه بل يدعي أن هذا التشخيص أو نتيجة الاختبار تعود لشخص آخر غيره، ولا يتقبل أبداً أن يكون هو المعني بهذا التشخيص. ثم تأتي المرحلة الثانية المتمثلة بالغضب والسخط والاعتراض، وتكون تلك المرحلة بارزة ومسيطرة وطويلة عند ضعيف الإيمان، وقد يتلفظ خلالها بتعابير الضيق، فيقول لماذا أنا من بين كل الناس، وهو ناس أن الموت كأس يشرب منه جميع الناس، وقد يعترض على القضاء وعلى حكمة العزيز العليم، لماذا لم يتركه بصحته وشبابه ليستمتع بحياته، ثم بعد ذلك يبدأ بالمقايضة والمفاصلة ليطلق وعود الثبات والاستقامة إن شفي ونجا من مرضه، وأخيراً (وهي أولاً وأخيراً عند من ثبته الله وأنعم عليه بالرضا والإيمان) القبول. وللأقارب دور في وصول المريض بسلام إلى المرحلة الخامسة والأخيرة التي تتمثل بالرضى والقبول.

ـ قد لا تتزامن تلك المراحل بين المريض وأحبابه وأقاربه، فربما لايزال ذووه في المرحلة الأولى المتمثلة بالرفض والإنكار، ويقولون لابد من وجود خطأ ما في

التشخيص، بينما يكون المريض قد وصل إلى مرحلة الغضب. وتنشأ من ذلك مشكلات في التوافق والتواصل بين المريض وذويه فقد يشتكي بعض المرضى من عدم وجود أذن صاغية لهم ليناقشوا الموت وما يتعلق به، ولكن لا أحد من العائلة أو من الناس يريد أن يتكلم في هذا الموضوع، وكلما فتح الموضوع يقاطعه الناس ويخبرونه أنه سيكون على ما يرام وأن عليه ألا يتكلم في هذا الموضوع، ونادراً جداً ما يجدون من يرغب في الحديث معهم عن هذا الموضوع.

عندما ينعدم التوافق بين المريض ومن حوله حول الموضوع ويكون كلٌّ منهم في مزاج مختلف، وفي مرحلة مختلفة بين الإنكار والرفض والقبول. تزداد الهوة بينهما. لأن المريض سلفاً يشكو أنه معزول عن العالم ومثل هذا التباين في وجهات النظر قد يوصله لحالة من الهجران الكامل.

فمن خلال الزيارة؛ وخلال الدقائق الأولى من المحادثة تستطيع أن تحدد في أية مرحلة يمر بها المريض. ولكن يجب ألا يغيب عن بالنا أن هذه المراحل ليست كصعود سلم أو درج، فليس بالضرورة أن يتدرج المريض في تطور المراحل بفواصل زمنية واضحة ومنتظمة. والخطوط البينية بين تلك المراحل لا تكون عادة مرسومة بوضوح. وقد يتدرج أو يتردد المريض من يوم إلى آخر وينتقل من مرحلة لأخرى، لنجده في مرحلة المفاصلة يوم السبت مثلاً ثم في مرحلة القبول يوم الاثنين، ثم ليعود إلى مرحلة المفاصلة مرة أخرى يوم الأربعاء.

**(الشكل 18) : لا يأس مع الحياة**

وبفهمنا لتلك المراحل التي يمر من خلالها المريض المصاب بمرض مصيري نستطيع أن نفهم بشكل أفضل تصرفاته من يوم لآخر. فمريض أخبر أنه مصاب بمراحل نهائية من السرطان قد تجده منفتحاً في الحديث لأنه لا يستطيع تصديق ما قد قيل له. وربما يعتقد أن ما به ما هو إلا نزلة برد عابرة وقد يحتاج إلى حديث مطول عن مآل مرضه.

وبعد أسبوعين من العلاج الكيميائي ستجد أن موقفه مختلف تماماً فقد تجد مشاعر الغضب تجتاحه وقد يلوم السنوات التي قضاها في التدخين. وقد يعترض على إرادة الله كيف يفعل ذلك به وهو لايزال ينشئ أولاده الصغار، ولا تزال زوجته في ريعان الشباب. ففي هذه المرحلة ستجد أن النقاش لن يكون مفتوحاً، وقد لا يستجيب لدعوات الرضى والقبول، عند هذه النقطة بالذات قد يتوقف الناس عن زيارة المريض. إما لشعورهم بعدم التقدير، أو عدم الكفاية لعمل أي شي للمساعدة. ويبدأون بالابتعاد شيئاً فشيئاً ويجدون الأعذار لعدم تتابع الزيارات. وقد يفسر الزائر كلام المريض أو تصرفاته وهو في مرحلة الغضب على أساس شخصي ويشعر بعدم الارتياح لزيارته مرة أخرى.

لكن زيارة المريض في المراحل النهائية من حياته من قبل الناس الذين يستطيعون أن يؤثروا فيه ويوعونه ويساعدونه ويريحونه أمر حاسم وحيوي في تقديم الدعم والتشجيع له. يجب ألا يشعر هؤلاء المرضى بأنك تستسلم معهم. يقول أحد الأطباء المختصين بدراسة علم النفس:"يحتاج المرضى الذين دنا أجلهم إلى التعامل معهم بصدق وأمانة ودون رهبة مسبقة من الألم الأكبر لعملية الوفاة التي توصلهم إلى وحدة رهيبة"، وأفضل تعبير أو رسالة يمكن أن نرسلها لشخص دنا أجله: "أنا معك، وسأبقى معك مهما كان.."

- قد تكون كلمات التواصل مع مريض في مرحلة ما قبل الوفاة سهلة على زائر أو صديق عابر لكن ما أصعبها على أعضاء العائلة المقربين. وكثيراً ما يبعد الإنسان نفسه عن شخص عزيز دنا أجله، نتيجة لحب البقاء المزروع في الإنسان. وقد يكون الشخص الأبعد أكثر فائدة من أقرب الناس لأنه يستطيع أن يصغي ويناقش بشكل منطقي أكثر.
- يجب التركيز على الآمال المعقولة والعملية أكثر من التركيز على الآمال الإعجازية

البعيدة عن الواقع. ويجب المواظبة على الزيارة أو الاتصال أو الرسائل لأن ذلك يمنح الأمل ويساعد على تحسن نفسية المريض.

- قد يتغير الأمل صعوداً أو هبوطاً، فمثلاً رياضي، أُصيب بحادث قد تكون لديه آمال بالتعافي والمشاركة في بطولة الموسم القادم، ثم بعد ذلك قد تتناقص آماله لتتركز في إمكانيته في الاعتماد على نفسه والعيش بحرية في شقته الخاصة دون الحاجة لمن يخدمه في أموره الشخصية، وقد تتناقص بعد ذلك آماله لتتركز على تمكنه من الخروج من المستشفى أيام العطل، وحتى تلك الآمال قد تتبخر أخيراً لتتحول إلى أمل واحد هو أن يموت بسلام ودون ألم.

- يمكنك كزائر تشجيع المريض ومنحه الأمل، وانتبه لما تقوم به أثناء زياراتك المتكررة في هذه المرحلة المتغيرة التي قد تحفل بالمفآجآت. فقد لا يكون مناسباً منك أن تشجع هؤلاء المرضى على العودة إلى آمال الأمس. ولا تبالغ في الضغط عليهم للتحرك بسرعة أكبر نحو تحقيق آمالهم عندما لا يكونون هم جاهزين لذلك، بل إن التدرج المنطقي هنا هو الأنسب.

- نقص المعلومات هو المصدر الأساسي للقلق. راجع أكبر كمية ممكنة من المعلومات المتعلقة بتشخيص المرض ومآله وطرق علاجه لكن لا تنس أن إخبار المريض بتلك المعلومات هو من مهمة الطبيب فقط.

- يمكنك مساعدتهم في تكوين توقعات واقعية عندما يكونون جاهزين لمواجهة الحقيقة. يمكنك مساعدتهم أيضاً بتشجيعهم على سؤال طبيبهم عن أشياء نسوها أو يرفضون مناقشتها، وشجعهم على المشاركة في علاجهم.

- ويمكن أيضاً مساعدتهم على العيش بكرامة لحين حضور الأجل. ينبغي ألا يتملك أحدنا الرعب لقرب أجل صديق أو قريب فنفقد توازننا، ونتصرف بفزع وحزن وقلق ودون عقل بل ينبغي التسليم لقضاء الله تعالى والرضا به. ولا ينبغي أن يغيب عن بالنا حديث الحبيب محمد ﷺ الذي رواه البخاري «إذا قامت الساعة وبيد أحدكم فسيلة فليغرسها». بل يجب أن نتابع حياتنا ونملؤها بالنشاط والعمل ونستمتع بها ونخالط الناس ونأخذ ونعطي معهم ونمارس كل الأنشطة والهوايات من كتابة ورسم ورياضة وتعلّم وكل ما نقدر عليه حتى آخر لحظة.

لا ينبغي لأحدنا أن يموت قبل أن يموت. فموت القلب أصعب من موت الجسد، وكم من إنسان يمشي على الأرض وقلبه ميت، لا أمل ولا هدف له، بل يأس وإحباط. وكم من إنسان دنا أجله وهو يحيا حياته بكل معانيها وثقتها وأملها وتفاؤلها. لماذا لا يغتنم الإنسان كل لحظة من حياته ويحياها كنعمة منحها له العزيز الكريم، ويحتفي بها ويمارس خلالها كل ما يستطيع من أنشطة الحياة ليسعد بها ويسعد من حوله ويشع نوراً يضيء الطريق لمن سيأتي بعده، يلتقي بأهله وأحبته، ويتواصل معهم، ويعمل كل خير ويغرس ما يستطيع من غراس سيحصد ثمراته غداً عند مليك مقتدر لا يضيع جزاء من أحسن عملاً. وإني لأنظر إلى العصافير التي لا تتجاوز فترة بقائها حية على الأرض إلا أسابيع قليلة، لكنها تقفز وتزقزق هنا وهناك لتملأ الدنيا فرحاً وسعادة بتغاريدها العذبة وموسيقاها الرائعة. أما الإنسان الجهول فما أن يمسه بعض الشر إلا ويتمزق قلبه هلعاً وتنقلب أيامه حزناً وغماً، وهو الذي وهب من النعم ما لا يعد ولا يحصى، ومنح عمراً على الأرض يمتد عبر عشرات السنين.

لماذا يترك المرء نفسه فريسة للفزع والخوف والقلق، وتنتهك راحته الهواجس والأحزان، ويعزل نفسه عن الناس وهو بأمس الحاجة إليهم وهم بأمس الحاجة إليه؟. أية فائدة يرجوها الإنسان عندما يدنو أجله إن هو فقد الأمل وترك العمل وابتعد عن الناس؟ فمتى يستطيع إذن أن يعوض ما فاته في أيام الشباب واللهو والغفلة التي قضاها بعيداً عن ربه؟! لماذا لا يغتنم المرء كل لحظة من حياة وُهبت له في التقرب إلى الله الذي أنعم على الإنسان وكان فضله عليه عظيماً، أرجى من سُئل وأكرم من أعطى وأعظم من غفر.

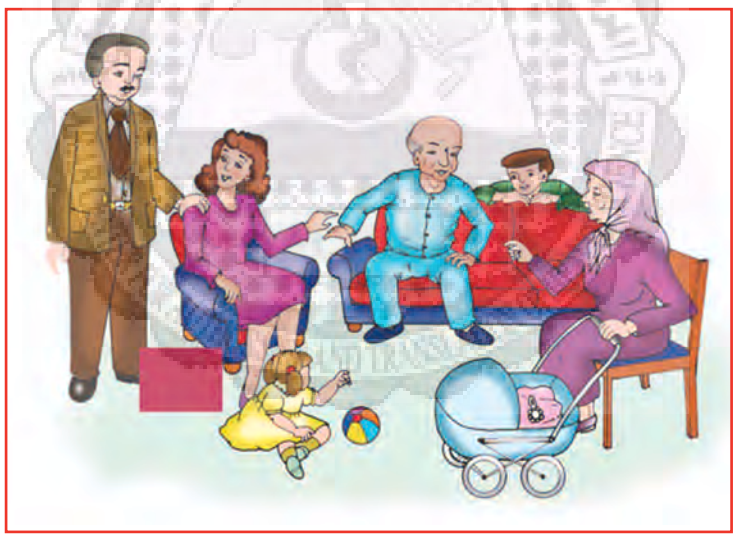
## كيف يمكن لنا أن نشجع مريضاً قد دنا أجله ليقوم بجهود مثمرة؟

ـ أفضل شيء هو أن نسأله ما الشيء الذي يريده؟ وما الحال التي يرغب أن يغادر الدنيا عليها؟ وكيف يحب أن تكون ذكراه؟ مثل تلك الأسئلة قد تعطي أحدنا فرصة ليبدأ حديثه. أفضل ما نقابل به احتياجات المريض العاطفية هو أن نبث له رسالة تفيد أنه يمكنه الثقة بنا بمشاعره. على أن يكون أحدنا مستعداً ومنفتحاً ليستمع منه إلى كل شيء؛ تعبيره عن مخاوفه، عن فشله، عن غضبه، إلى آخر ما هنالك

مما يكنه المريض، وقد يجد راحة في البوح به. لا ينبغي لنا أن نحاكمه سواء بالكلام أو بالإيماءات الساخرة أو الناقدة.

- لا ينبغي أن نغير مجرى الحديث عندما يرغب المريض أن يتكلم عن الموت، ولا ينبغي أن نقلق عما يمكن لنا أن نتكلم بشأنه. لنصغي فقط ونربت على المريض ونتفاعل معه ونتبادل معه المشاعر ولنشاركه الإحساس بالعجز والحب والاهتمام. لنعترف بأننا لا نفهم بعض الأمور، ولنعترف أننا نشعر بالعجز الشديد، أو أن لدينا إحساساً بالذنب تجاه تقصيرنا، ولنعترف بخوفنا من الأمراض المهلكة كالسرطان أو مرض القلب أو أي شيء آخر قد يعاني منه المريض، فالمشاركة بتلك المشاعر تعمق الصداقة مع ذلك المريض، ولنكن صادقين في ذلك.

- قد يحتاج المرضى إلى التواصل مع عائلاتهم فيمكن أن نقدم لهم خدمة كبيرة إن ساعدناهم في ذلك حسب الإمكان.



**(الشكل 19) : يحتاج المريض التواصل مع أفراد عائلته**

- يحتاج المرضى لأن يُعاملوا بصورة طبيعية حتى في لحظات الاحتضار. وتذكر أنه لا يزال هناك نفس إنسان تقبع في ذلك الجسد المتهالك، قد جذبتك شخصيته وأحببته في يوم من الأيام قبل أن يقع فريسة لذلك المرض المهلك.

- يعاني كثير من المرضى من إحساسهم بفقد الكرامة والاحترام مع اقتراب الموت. ساعدهم على التخلص من تلك المعاناة بأن تتعامل معهم بشكل يظهر احترامك لشخصيتهم وتميزهم وفردانيتهم الخاصة. وأكد لهم أن مشاعر حبك وتقديرك لهم ليست متعلقة بقدراتهم الراهنة، بل هي كشجرة جذورها ممتدة في أعماق الحب من الماضي البعيد، وثمارها يانعة متجددة تحت ظل العرش في أعلى درجات جنان الخلد. إنه ليس حب مصلحة آنية عابرة سرعان ما يتبخر ويتلاشى مع انقضائها وزوالها وفقدان الأمل باستمرارها، بل هو حب يبتغى منه وجه الجليل سبحانه الذي أشرقت لنوره السماوات والأرض، وصلح به أمر الدنيا والآخرة.

- وكلما اقترب أجل المريض أكثر كلما احتاج أكثر ليؤذن له بالرحيل بالعبارات التي تطمئنه عن أهله من بعده، يحتاج لأن يسمع من ذويه الذين يهمه أمرهم عبارات مثل "نحن بخير.. سنكون على ما يرام"

- وأخيراً .. أصعب ما في الأمر على النفس، الوداع الأخير، وألم الفراق، دع عنك جانباً كم سيكون ذلك صعباً عليك وتذكر قول جبريل عليه السلام للنبي ﷺ "يا محمد أحبب من شئت فإنك مفارقه، واعمل ما شئت فإنك ملاقيه، وعش ما شئت فإنك ميت". والموت هو نهاية كل كائن حي إلا الباقي سبحانه، ولو دامت الدنيا لأحد لدامت لسيد الخلق وحبيب الحق ﷺ، لا تركز تفكيرك على صعوبة ذلك الأمر على نفسك، بل فكر أكثر بما يحتاجه مريضك، وما يريح نفسه في لحظات حياته الأخيرة ستكتشف أن ذلك وقت ثمين لتقول عبارات الوداع تلك وهي ليست مرضاً أو عيباً. اسأل المريض إن كانت لديه أي أشياء يريد أن يقولها لك، أو أية خدمة يطلبها منك، أي عمل بدأه ولم يتمه، أي اعتذار لأي شخص قد أساء التصرف معه.

## تلبية الاحتياجات العملية:

- يمكن للزوار أن يساهموا في تخفيف الأعباء عن المرضى في المراحل النهائية، وخاصة الذين ليس لديهم عائلات منهم. قد يحتاج مثل هؤلاء المرضى للمساعدة في الإعداد المسبق لإجراءات الدفن والجنازة وإعداد الوصية، واستدعاء المهنيين ذوي العلاقة بهذا الشأن (عالم بالشرع، محامٍ أو محاسب للضرائب والتركة،

مغسلو الموتى، عمال الجنائز، وموظفو المدافن). وتوجد كتيبات خاصة للمساعدة في إعداد الوصية والميراث التي قد تساعدهم في اتخاذ بعض القرارات. وقد يحتاجون لبعض الوثائق.

- والقاعدة العملية هنا هي أن يترك للمريض أكبر قدر ممكن من الاختيار والتحكم، وقد أباح الإسلام للمرء أن يوصي بما هو دون الثلث مما سيترك من ماله.

- أطلع المريض على المصادر الوطنية والمحلية، والجمعيات الخيرية، للمساعدة المعنوية والتعليمية والمادية، وإذا كان ثمة أطفال في المنزل أعرهم بعضاً من اهتمامك، أو عيّن من يتحمل مسؤولية العناية بهم إن أمكن، عيّن شخصاً يُعتمد عليه في العناية بهم والعطف عليهم ومداعبتهم لكسر التوتر والحزن المحيط بهم. حاول استطلاع ما يحتاج إليه هؤلاء الأطفال، قد يستغرق ذلك بعض الوقت إن لم تكن على علاقة وثيقة بهم. انتبه لحزنهم ولعجزهم عن التعبير عن حزنهم بشكل خاص.

- لا تمنع الأطفال من الوصول إلى المريض الذي دنا أجله. فهم بحاجة ليبقوا قريبين من أعضاء أسرتهم المقربين في تلك الظروف. كثيراً مايخطئ الناس بتوهم توقعات غير واقعية من الأطفال خلال الأزمات. فهم يتوقعون منهم أن يقوموا بمزيد من الأعمال، ويتركون أو يهملون ولا يتلقون إلا القليل من الرعاية والمتابعة، أو يُطلب منهم القيام بنشاطات معينة لم يعتادوا عليها، ويبدأ الأطفال برفض تلك التغيرات، ويسيؤون التصرف ويكتئبون أو يميلون إلى التعلق المفرط بأحد الوالدين، أو غير ذلك من ردود الأفعال. فهم يحتاجون لقضاء بعض الأوقات ليخلو بهم خلالها شخص ثقة متمكن من التعامل معهم في مثل تلك الظروف.

## تلبية الاحتياجات النفسية:

ربما لم يسمع أحد منا أن شخصاً على فراش الموت تمنى لو أنه أمضى وقتاً أطول في مكتبه أو تجارته. لكن لابد أننا سمعنا كثيراً عن أناس تملكتهم الحسرة واعتصرت قلوبهم الندامة بسبب علاقة أفسدوها مع صديق أو قريب أو أخ أو أب أو أم. ولابد لأحدنا ليرحل من هذه الدنيا بريح عطرة وسلام، لا بد له من حل المشكلات القديمة العالقة، والمحافظة على العلاقات الإنسانية القائمة. وهي من

الأهداف الأولية الضرورية. وحل تلك المشكلات والعلاقات الإنسانية ضرورياً ليس فقط لمن حضرته الوفاة، بل ضروري أيضاً لمن بقي في حياته أجل. فلربما وجد أخوان لكل منهما قيم متباينة ونمط حياة مختلف عن الآخر، ولربما بلغت بهما القطيعة عن بعضهما ألا يكلم أحدهما الآخر، فهب أن أحد الأخوين كتب رسالة إلى أخيه بعد طول قطيعة، يمد من خلالها ذراعيه ويفتحهما للقائه ويرحب بعودة علاقتهما وصداقتهما إلى أصولها الطيبة، لكن الآخر أعرض ونأى بجانبه، ثم بعد ذلك حصل حادث للأخ الأول صاحب الرسالة توفي على أثره، فتخيل كم من الألم والحسرة وتأنيب الضمير سيرافق ذلك الأخ المعرض عن أخيه، لأنه ضيع فرصة سنحت له بإصلاح ما نزغ الشيطان بينه وبين أخيه.

إن كثيراً من مستشاري معالجة الحزن والاكتئاب سيخبرونك أن أكبر عقبة تعترض طريق الشفاء لمن يعاني من الحزن والهموم هي بقاء أشياء لم يفعلها أو أشياء لم يقلها. فتلك الزوجة الشابة نادمة أنها لم تعتذر ذلك الصباح عن غضب ألم بها جعلها تفسد يوم زوجها، وأسرتها ثم لم تعتذر عن ذلك. وذلك الأب الذي وهبه الله تعالى ولداً آية في الذكاء والفهم والحلم ثم لم يشكر الله تعالى ولم يخبر ولده أبداً أنه فخور به. وذلك الأخ الذي لم يخبر أخته يومًا كم هو يحبها..إلى آخر ذلك من الأشياء التي لم تقل أو لم تُفعل.

**(الشكل 20) : الدعم النفسي والاحتواء العاطفي**

ومن وجهة نظر المريض فإن ذلك يعتبر عملاً يحتاج إلى إتمام، إضافة لحاجته ليغادر بريء الذمة صافي القلب خالصاً من الحقوق والالتزامات، فإنه يحتاج لإتمام ما بدأه أو لكتابة السطر الأخير من قصة حياته، أو لوضع اللبنة الأخيرة من ذلك البناء الذي شيده خلال سنوات عمره، أو ليصل إلى المحطة الأخيرة من رحلة حياته حتى النهاية.

قد تخاطر كزائر بأن تُواجه بالرفض إذا تدخلت لإصلاح جروح وخلافات قديمة؛ إذا كان المعنيون أصلاً لا يرغبون في إصلاحها، بل ربما تُترك لتتوارثها الأجيال اللاحقة. لكن لا تزال هناك خطوات يمكن من خلالها مساعدة المرضى قبل الموت؛ رغم أن الآخرين قد لا يرغبون في المشاركة. شجع المرضى على كتابة ما يريدون قوله من خلال توجيه رسالة إلى الأشخاص المعنيين. قد تتبرع بكتابة تلك الرسالة نيابة عنهم؛ إن عجزوا هم عن كتابتها بأنفسهم. أو أحضر آلة تسجيل مع شريط مسجل لتسجيل رسائلهم، وأكد لهم أن تلك الرسائل المكتوبة أو المسجلة ستصل لأصحاب العلاقة.

ربما كانت المريضة عجوز مسنة كانت تحلم باحتضان أحفادها لتروي لهم القصص والحكايات، لكن المرض وصل إلى مرحلة أخذ معها في تحطيم تلك الأحلام، فكيف يمكننا مساعدة تلك المريضة؟ ربما نكون ساعدناها مساعدة كبيرة بإحضار كتاب وقلم مع الصور المناسبة لتكتب لهم فصول حياتها، أو آلة تسجيل لتروي لهم ما ترغب من روايات وأخبار، وبذلك تستطيع أن تغادر الدنيا وهي تشعر أنها قد أدت رسالتها وبذلت ما عليها.

طمئن المرضى قبل الموت بأنهم قد قاموا بكل ما يمكن عمله، وأن الله تعالى سيبارك جهودهم. ادع لهم وأخلص لهم في الدعاء، وادع أن يصلح الله ذات بينهم. وناقش معهم كيف أن كثيراً من الناس لا يرغبون بتلقي رسالة نريد أن نوصلها لهم، ولكن مع الوقت سيتغير الحال؛ فكم قوبل دعاة الخير بالرفض في البداية لكنّ صبرهم وإخلاصهم ألان لهم الحديد وفتت لهم الصخر.

لابد من تقوية أواصر الصداقة مع المريض أساساً حتى نتمكن من المحافظة على العلاقات القائمة وإصلاح ذات البين. ويجب المواظبة على التواصل مع المريض بشكل منتظم وتقديم العون له. كثير من الأصدقاء يعزف عن صديقه لعلمه بدنو

أجله؛ فمشاهدة شخص يموت تجعل مخاوفنا الكامنة من الموت وما يتعلق به تطفو إلى السطح، وفي تلك المواقف إما أن تتعمق الصداقة وترتقي، أو أن تتفكك وتتلاشى؛ إذا لم يقم الصديق بتقديم العون المتوقع منه. ليس سهلاً أن تجلس وتتحدث مع شخص تهتم به، وتراقب موته، لكن لا تجعل عجزك يعزلك ويفصلك عنه ويحول بينك وبينه. فالوفاة وحيداً تمثل خوفاً حقيقياً له، وهو يحتاج إلى وجودك معه.

كثيراً ما يعاني مرضى السرطان في المراحل النهائية أو حتى قبل النهائية من الرفض الاجتماعي والعزلة حتى من أعز الأصدقاء؛ فكم من صديق واجهوه صدفة في السوق أو المتجر، فما كان منه إلا أن أعرض بوجهه وذهب في اتجاه آخر لاجتناب تلك المواجهة والمقابلة مع ذلك المريض والحديث معه.

اعمل ما تستطيع لتزيل مخاوف أقارب وأصدقاء المريض عند وفاته. ثقفهم وأعلمهم عما يمر به المريض، وأخبرهم ما الذي يستطيعون عمله للمساعدة. كثيراً ما يحتاج الناس في تلك الظروف إلى من يعلمهم بمهامهم المحددة التي يستطيعون إنجازها. يمكن مساعدة المريض بوضع قائمة للمهام التي يتعين إنجازها؛ بحيث تمثل إرشادات للأقارب والأصدقاء.

يمكنك مساعدة المرضى بإجراء مكالمات هاتفية لأصدقائهم القدامى الذين هم بحاجة إلى الاطلاع على حالتهم. وقد يكون لديك رغبة في إعداد مكان للضيافة لينزل به أي شخص يأتي من خارج البلد.

# المراجع

## * المراجع العربية:


1 ـ القرآن الكريم

2 ـ اسم الكتاب: فتح الباري لشرح صحيح البخاري.

المؤلف: الحافظ بن حجر العسقلاني

دار النشر: دار السلام ـ الرياض

سنة النشر: 2000م

3 ـ اسم الكتاب: مختصر صحيح مسلم

المؤلف: ذكي الدين المنذري

دار النشر: دار المعرفة

سنة النشر: 2007م

4 ـ اسم الكتاب: موطأ الإمام مالك ـ برواية الشيباني

المؤلف: مالك بن أنس، الإمام

الناشر: دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع ـ لبنان

سنة النشر: 2005م

5 ـ اسم الكتاب: السنن الكبرى للبيهقي

المؤلف: أحمد بن الحسين بن علي البيهقي أبو بكر

المحقق: محمد عبد القادر عطا

الناشر: دار الكتب العلمية

سنة النشر: 2003م

6 ـ اسم الكتاب: سير أعلام النبلاء

المؤلف: محمد بن أحمد بن عثمان الذهبي

دار النشر: مؤسسة الرسالة

سنة النشر: 2001م

## * المواقع الإلكترونية:

ـ موسوعة النابلسي *(WWW.NABULS.COM)*

*1* ـ تربية الأولاد في الإسلام ـ التربية الاجتماعية

*2* ـ تفسير سورة النور للنابلسي ـ آداب الاستئذان

ـ موقع طريق الإسلام *(WWW. islamway.COM)*

ـ موقع نسيم الشام *(WWW. naseemalsham.COM)*

## * المراجع الأجنبية:

ـ موسوعة موسبي الطبية (1982)

B-BEDSIDE MANNERS,KATIE MAXWELL

Baker Books,MICHIGAN,USA. 2008.

# في هذا الكتاب

أول مايتبادر لذهن القارئ من عنوان «آداب زيارة المريض» أنه موضوع سهل وبسيط ولا حاجة للتوقف عنده كثيراً، لكن ما يلبث المهتم بهذا الشأن أن يتبين أن هذا ليس موضوعاً بسيطاً، بل هو موضوع متشعب جداً تتداخل فيه الأمور الطبية والنفسية والاجتماعية والدينية، وتتشابك على نحو يتطلب تضافر الجهود لنصل إلى الهدف المنشود، وهو النهوض بأسلوب هذه الزيارة ونتائجها، ليحظى المريض بأقصى فائدة منها، فعيادة المريض تعني تشجيعه، والارتقاء بمعنوياته، وخدمته، وتفقد أحواله، والتلطف به، وإيناسه، وتعهد حاجاته، وتقوية أواصر المحبة بينه وبين من يلوذ بهم، وهذا ما سنبينه من خلال فصول هذا الكتاب.

نأمل أن يكون هذا الكتاب شارحاً مفصلاً لآداب زيارة المريض، وملماً لهذا الموضوع من كل جوانبه، وأن يجد فيه القارئ مطلبه.