آهات المعذبين

من إصدارات دار الحسيني 1 للطباعة والنشر والتوزيع

إصدارات دار الحسيني للطباعة والنشر والتوزيع
اسم الكتاب: آهات المعذبين – مجموعة قصصية
اسم المؤلف: محمد العيسوي الذهبي
رقم الايداع :2020/16278
الترقيم الدولي:978-977-6791-99-3

حقوق الطباعة محفوظة

جميع حقوق الطبع والنشر محفوظة للمؤلف، ولا يحق لأيِّ دار نشرٍ أو شخص طبع ونشر وتوزيع الكتاب وترجمته أو الاقتباس منه أو نشره على النت إلا بموافقة كتابية موثقة من المؤلف.

المراسلات:
دار الحسيني للطباعة والنشر والتوزيع
المقطم الهضبة الوسطى الحي الرابع منزل رقم 5275 شارع عماد مصطفى
موبايل01144059975 ت:27304004

آيات من الذكر الحكيم

"وإذا مرضت فهو يشفين"

إهـــداء

أهدى ثمـرة جهدي

ـ إلى الذين يعانون ويتألمون ، وطال عليهم الألم .

ـ إلى أصحاب الهمم العالية ، والعقول الراقية .

ـ إلى أصحاب القلوب النظيفة ، والإحساس المرهف .

ـ إلى المبتلين المعذبين الذين زُلزلوا فتحملوا ، وصبروا .

ـ إلى مَنْ لهم في القلب مكانة كبيرة .

من أجلهم خرج هذا الكتاب إلى النور وإليهم يُهدَى .

****

شكر

لا يسعني في بداية هذا الكتاب إلا وأن أشكر من كل قلبي كل من ساهم في إخراج هذا العمل إلى النور بهذا الشكل الرائع .

أقدم جزيل الشكر للدكتور باهي عبد الله والي – أستاذ البلاغة والنقد بجامعة الأزهر والذي قام بمجهود جبار في مراجعة الكتاب لغويا فله كامل وجزيل الشكر والتقدير والعرفان.

كما أشكر أيضا الدكتورة شيماء محمد جاد الله ـ مدرس علم النفس العصبي الإكلينيكي بجامعة الوادي الجديد والتي قامت بمراجعة الكتاب من الناحية الفنية وقامت بكتابة التقديم للكتاب ، وهي أيضا جزاها الله خيرا ساعدتني معنويا ومعلوماتيا في كتابة هذا العمل الأدبي فلها كامل وجزيل الشكر والتقدير.

وأيضا لا أنسى أن أشكر مصمم الغلاف الأستاذ مصطفى حسن والأستاذة روينا سعيد محمد واللذان يعملان بشركة Rocket media agency للتصميمات ، فحقيقي لهم كامل الشكر والتقدير على المجهود الجبار المبذول في إخراج وتصميم الغلاف بهذا الشكل الرائع وهذه التحفة الفنية .

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
الآهة الأولى :الاكتئاب – الكلب الأسود	17-58
الآهة الثانية : القلق والتوتر- وحيدة في بيتي	59-70
الآهة الثالثة : الرهاب الاجتماعي – أنا والمرآة	71-76
الآهة الرابعة:اضطراب الشخصية الحدية – التحدي الكبير	77-86
الآهة الخامسة : الزهايمر – النسيان وعمايله	87-94
الآهة السادسة:الوسواس القهري –آه من الكورونا وعمايلها	95-99

تقديم

بعد قراءة العمل الأدبي الخاص بـالأستاذ محمد العيسوي حول القصاصات التي أبدع في كتابتها ، والتي سردت قصصا ذات بعد نفسي عميق ، من خبرات بشرية تحدث في حياتنا النفسية ، من نوبات وأعراض لبعض الاضطرابات النفسية والعصبية المنتشرة في هذه الأيام ، منها الاكتئاب، والقلق ، والزهايمر ، وهو ما يدل على سعة أفق الكاتب ، وإدراكه لتأثير المشكلات النفسية والعصبية على أنشطة الحياة اليومية للمريض ، ومعاناة المريض خلال فترة مرضه ، وهو ما يعد باكورة إنجاز في الكتابات النفسية.....

تقديم

د : شيماء محمد جاد الله

مدرس علم النفس العصبي الإكلينيكي

كلية الآداب – جامعة الوادي الجديد

9 / 9 / 2020م

مقدمة الكتاب

كتاب "آهات المعذبين" هو عبارة عن مجموعة من القصص القصيرة تتناول ستة أنواع من الأمراض النفسية وهي الاكتئاب ، القلق والتوتر، الرهاب الاجتماعي والوسواس القهري ، اضطراب الشخصية الحدية ، وأخيرا الزهايمر.

وتحكي كل قصة أعراض المرض الذي تتناوله، وأهم أسبابه، وفي بعض القصص بعض أنواع المرض، وفي بعضها الآخر بعض التكنيكات لعلاجه، وأحيانا أخرى بعض الإحصائيات عنه .

القصص كلها ذات بعد نفسي عميق ، وبعضها ذات بعد تربوي واجتماعي أعمق إلى جانب البعد النفسي ، وهي تكشف جزءًا صغيرًا من معاناة المريض مع هذا المرض في حياته اليومية ، ومدى تأثير تلك الأمراض على الحياة اليومية للمريض....

ويبدأ الكتاب أولا بسرد قصة عن أشهر الأمراض النفسية ـ والذي يعتبر آفة القرن الـ 21، ويسمى علميا بالكلب الأسود ـ وهو الاكتئاب، حيث تتحدث قصة الاكتئاب عن نوعين من المرض هما الاكتئاب النفسجسمي ، والاكتئاب الظاهري الحاد ، وهذه القصة تحكي عن أسرة مكونة من خمسة أفراد ؛ الأم والأب وأبنائهما ولد وبنتين توأم ، وجميع أفراد هذه الأسرة مصابون بالاكتئاب ، منهم من هو مصاب بالاكتئاب النفسجسمي ، ومنهم من هو مصاب بالاكتئاب الظاهري الحاد ، وتعكس تلك القصة بعض أعراض هذا المرض اللعين ، والأسباب المختلفة للإصابة به ، كما تعكس بُعدًا تربويًا واجتماعيًا حول كيفية التربية في سن المراهقة ، والتعامل مع هذا السن الخطير ، وكيف أن التعامل بقسوة مع هذا السن ينتج عنه كوارث وإصابة بالاكتئاب ، وهناك بعد نفسي عميق أيضا تم تسليط الضوء عليه يتمثل في دور الأب المصاب بالاكتئاب الظاهري

ولكنه يرفض الذهاب للطبيب النفسي ، وتبين تلك القصة مدى المعاناة اليومية التي يعانيها مريض الاكتئاب ، وكيف أنها تقلب حياته كلها رأسا على عقب ....

ثم ينتقل الكتاب بعد ذلك إلى سرد قصة عن القلق والتوتر،والتي تحكي باختصار عن أسرة مكونة من أربعة أفراد : أم ، وأب ، وولد ، وبنت ، حيث أصيبت الأم بسرطان الثدي أولًا ثم شفيت منه ، ثم عاودها نفس المرض في الرحم فأصيبت بنوبة من القلق والتوتر أدت إلى وفاتها بسرطان الرحم ، ثم توفي الأب فجأة بعد وفاة الأم بمدة قصيرة ، فأصيبت البنت بما يسمى اضطراب الهلع (panic disorder) ؛ وهو أحد أنواع القلق ، خاصة أنها كانت تجلس بمفردها بعد وفاة الأم والأب وسفر الأخ للعمل بالخارج ، وتنتهي هذه القصة بنهاية سعيدة ؛ حيث عولجت البنت من اضطراب الهلع ،

وتعرفت على شاب من طريق الإنترنت وتزوجا، وبذلك قضت على وحدتها ، وهذه القصة بعنوان "وحيدة في بيتي" ....

ثم ينتقل الكتاب في الفصل الثالث ليسرد قصة عن الرهاب الاجتماعي بعنوان "أنا والمرآة" ؛ حيث تتحدث تلك القصة عن شاب ولد في السعودية ، ونشأ وتربى فيها ، وكان خجولا جدا ، لا يتكلم مع أحد ، ولا يختلط به أحد ، وقد ورث هذا الطبع من والده ، وكان متفوقًا في دراسته ، فالتحق بكلية الصيدلة ، ثم عُيِّن معيدًا بها، وكان مطالبًا بالشرح لـ 600 طالب مع امتحانهم شفويًا ،وهي معضلة كبيرة وفي السنة الأولى من التعيين تعرض بسبب مستواه الضعيف وبسبب خجله ـإلى خطر الإبعاد من الوظيفة،فذهب إلى طبيب نفسي كلفه ببعض التمرينات ؛ لتخطي ذلك الخجل ، كما طبَّق معه تكنيكا للشرح أمام المرآة ، وبفضل الله تخطى هذه العقبة الكئود

، ونجح بقوة في الوظيفة ، وتدرج إلى وظيفة أستاذ في سن صغيرة.

أما الفصل الرابع فيتحدث عن ما يسمى باضطراب الشخصية الحدية ، ويجسده هذا الاضطراب اللعين الذي يدمر حياة صاحبه ، ويجعلها جحيما في شكل قصة تعرض أهم الأعراض ، وتبين كيف يعاني المريض بهذا الاضطراب ، وكيف أن حياته مدمرة ، وتبين نسبة انتشاره ، وأنه غير معروف لدى كثير من الناس وصعب في تشخيصه وعلاجه .....

وأما الفصل الخامس فتتحدث القصة فيه عن مرض الزهايمر ، ومدى معاناة المريض به مع الحياة اليومية خصوصا لو كان في سن صغيرة نسبيا ، كما تعرض القصة الأسباب لهذا المرض .....

أما الفصل الأخير فتتحدث القصة فيه عن مرض الوسواس القهري ، وتحكي قصة مريض بالوسواس القهري في زمن الكورونا ....

13 / 9 / 2020م
محمد العيسوي

الآهــة الأولــى :
الاكتــئــاب

الكلب الأسود

قصتنا اليوم تتحدث عن مرض من الأمراض القاتلة ، والذي يعتبر آفة القرن الـ21 وهو مرض الاكتئاب.

القصة تتكون من عائلة مكونة من أم تسمى كريمة ، وأب يسمى محمود ، وبنت اسمها نسمة ، وبنت اسمها فريـــدة ، وولد اســمه (يس) .

فريدة ونسمة توأم.

فريدة ونسمة عمرهم 16 سنة وهم في الصف الثالث الثانوي .

كريمة تقرب لمحمود تبقى بنت عمه .

كريمة (الأم) عمرها 53 سنة ، ومحمود (الأب) عمره 60 سنة .

يس عمره 25 سنة .

تدور أحداث القصة في مدينة الإسكندرية .

العيلة الجميلة دي كلهم مصابون بالاكتئاب بمختلف أنواعه .....

تعالوا نشوف إيه قصتهم ....

تبدأ القصة بأن نسمة عندها مغص شديد في بطنها فتستنجد بوالدها وتقوله :

الحقني يا بابا ..... الحقني يا بابا .... بطني هأموت منها ....

نسمة : صويت وصريخ وكلبشة في الأرض .

الأب (محمود) : يا إلهي يا بنتي إحنا الساعة 2 بعد نصف الليل .... هأروح بيكي فين الساعة دي .... طيب هأعملك كوب نعناع جايز بطنك تهدأ .... يروح جري على المطبخ ويملأ الكاتل والمياه تغلي ..... خدي يا بنتي يا حبيبتي اشربي كده وسمي الله ..... أنا حليتها لك بالعسل النحل علشان يكون مفيد أكثر .....

نسمة شربت النعناع الدافئ ، وهي على السرير ، ومفيش فايدة بردو المغص الرهيب لسه شغال ....

الأب (محمود) : طيب يا بنتي إنتي عارفة احنا الساعة 2.30 بعد نصف الليل وأنا مش معايا عربية أروح بيك مستشفى ....

يعدي نصف ساعة كمان ..... الساعة بقت 3 بعد نصف الليل ، والبنت نسمة لسه بتصرخ من المغص .... يقوم الأب محمود يقولها طيب البسي يلا وهنزل بيكيلأقرب صيدلية تأخذي حقنة فسيرالجين أو ليوميتاسين ....

البنت نسمة تلبس وينزلوا جري هي والأب محمود ..... قعدوا ربع ساعة مستنيين تاكسي .... وبعد ما كانوا خلاص طالعين فجأة يظهر تاكسي ويروحوا بيه أقرب صيدلية فاتحة على بعد تلت ساعة .....

تاخد نسمة حقنة ليوميتاسين ، والتاكسي يستناهم ويرجعوا البيت تاني وياخد منهم التاكسي 30 جنيه ....

الأب (محمود) طول مدة انتظار الربع ساعة في الأول لحد ما ظهر التاكسي عمّال ينفخ ، ويقول في سره هو أنا مش ورايا غير تعب القلب معاكم .... كبرتوا وبردوا لسه أرفنِّي .... أطفش وأروح منكم فين ، ويزداد غضب الأب بعد ما التاكسي خد منهم 30 جنيه ؛ لأن الوضع الاقتصادي بتاعهم ضعيف ، وهو أصلا نجار، والسوق حاله واقف ويوم شغال و 10 لأ ...

يعدي نصف ساعة بعد ما رجعوا البيت ، وبعد أخذ الحقنة والبنت نسمة لسه بتصرخ .... يقوم الأب مزعق في البنت ، ويقولها "كني في السرير واتلمي" مسمعش صوتك نهائي ، مش كفاية صحيتيني في نصف الليل ومدوخاني معاكي وكمان غرمتيني 40 جنيه تمن التاكسي والحقنة ، وإنتي عارفة إن وضعنا على الأد .... إنتى بني آدمة أنانية ، ومش حاسة بينا ولا بحالتنا المادية ....

تقوم البنت نسمة تدخل غرفتها ، وتعيط بحرقة من الكلام اللي زي السم اللي سمعته من باباها وكمان من المغص .....

يعدي ساعة ونصف كمان ، الساعة بقت 6 صباحا ، والبنت تقوم ترجع دم وعندها إسهال مائي ....

نسمة : الحقني يا بابا والله هأموت من بطني .

الأب (محمود) : أعملك إيه معنديش حاجة أعملهالك .... مش معايا فلوس أوديكي مستشفى خاص ، ولا أكشفلك عند دكتور برا ....

نسمة تقوم الساعة 7 الصبح ، وتلبس وتنزل جري بنفسها على مستشفى جمال عبد الناصر الحكومي .... وصلت المستشفى الساعة 7.30 صباحا .....

الدكتور رامي : اسمك ايه ؟؟ سنك كم ؟؟ بتشتكي من إيه ؟؟ الأعراض موجودة معاكي بقالها أد ايه ؟؟

نسمة : اسمي نسمة ، عندي 16 سنة ، عند ي مغص شديد جدا في بطني ، ماسك من نصف بطني فوق السرة وساحب شمال ، وعندي ترجيع دم وإسهال مياه وارتجاع وتكريع ، الأعراض بقالها 5 أيام ، بس ترجيع الدم والإسهال المياه بقاله يومين بس ....

الدكتور رامي : فيه سخونية ؟؟

نسمة : لأ .

الدكتور رامي : في غازات في بطنك ؟؟

نسمة : أيوة .

الدكتور رامي : طيب خير متقلقيش ... اطلعي على السرير أكشف عليك ... يكتب على الروشتة أ.زانتاك + أ.برمبران + أ.فسيرالجين في 500سم Saline .... خدي العلاج ده في الأوضة اللي في الوش وبعد ما تخلصيه تعالي ليا تاني .... وإن شاء الله هتبقي كويسة ...

نسمة : أخذت العلاج ولسه بطني مستريحتش أوي ....

الدكتور رامي : طيب .... يكتب على الروشتة أشعة موجات صوتية على البطن US/Abdomen ....

نسمة : حاضر .....

تروح نسمة تعمل الأشعة ، وتلاقي فيها انتفاخ في القولون وغازات ، وترجع بعد عمل الأشعة للدكتور ....

الدكتور رامي : الأشعة مفيهاش حاجة .... شوية انتفاخات في القولون .... إنتي بس تلاقيك مشدودة علشان الثانوية العامة .... يكتب على روشتة خارجية

Coloverin D، Dogmatil ، برامبران أقراص..... روحي وانتظمي على العلاج ده لمدة أسبوع وهتتحسني إن شاء الله ....

يعدي 5 أيام والبنت التحسن بتاعها بطيء ، ومخنوقة وعصبية ومش مستحملة أي حاجة خالص ....

يضطر الأب محمود يستلف فلوس ؛ علشان يكشف على بنته نسمة عند أستاذ دكتور أسامة عبادة أستاذ الجهاز الهضمي ....

يروح الأب والبنت للدكتور ، وبعد الكشف والأشعة والمناظير والتحاليل يتبين أن البنت نسمة تعاني من قرح بالقولون (مرض كرونز) ، وأنه نشط حاليا ؛ نظرا للحالة النفسية التي تمر بها البنت نسمة ؛ بسبب ضغط الثانوية العامة والامتحانات .....

في يوم من الأيام ، وقبل امتحانات الثانوية العامة بشهرين ونصف (75 يوم بالضبط) البنت نسمة تفقد النطق وتفقد البصر .... حدث ذلك فجأة .... صحيت من النوم لقت نفسها مش قادرة تتكلم خالص ، وبتهته في الكلام ، ولسانها تقيل جدا وعينها مش شايفة بيها خالص ، مش شايفة حتى كف إيديها .....

الأم (كريمة) والأب (محمود) شكُّوا في أنها تبقى جلطة مخ .....

جريوا بيها على المستشفى .... اتعملت الأشعات اللازمة .....

وظهرت الأشعات سليمة ....

الأب (محمود) والأم (كريمة) قعدوا يزعقوا للبنت جامد ويقولولها إنتي بتدلعي .... أنت بتعملي كده علشان تهربي من المذاكرة ..... إنتي إنسانة فاشلة .... إنتي عمرك بالمنظر ده ما هتفلحي ....

تمر 10 أيام ، ومفيش تحسن خالص لحالة البنت نسمة .... والأم (كريمة) مقهورة على بنتها ، فجارهم أستاذ نبيل ومراته أستاذة بسمة اقترحوا عليهم يودوها عند طبيب نفسي ، وقالولهم إنهم يعرفوا حالة كانت شبه كده وطلع عندها اكتئاب واتعالجت وبقت كويسة جدا .....

طبعا الأم والأب ماكنوش مقتنعين يروحوا بيها لدكتور نفسي ، لكن بعد زن الناس عليهم ودوها لطبيب نفسي ..... واكتشف الطبيب إن البنت عندها اكتئاب نفسجسمي ، واكتئاب ظاهري حاد عنيف ، وإن حالتها صعبة جدا ، وإن الاكتئاب متمكن منها ، وإنها محتاجة لازم 10 جلسات كهربا على المخ ، وكمان محتاجة أدوية ....

الأب (محمود) والأم (كريمة) غير مقتنعين بكلام الدكتور ، وفي نفس الوقت قلقانين جدا من جلسات الكهربا ، والبنت نسمة نفسها هي كمان خايفة جدا من جلسات الكهربا؛ لأنها سمعت كتير من

زمايلها ومن ناس كتير ومن الإعلام والأفلام والمسلسلات إنها مؤلمة جدا وبتوجع الجسم كله ....

الأب (محمود) والأم (كريمة) بيسألوا الدكتور بكام الجلسة ؟ فرد عليهم إن الجلسة بـ 250جنيه ..... يا إلهي !! يعني إحنا مطلوب مننا 2500 جنيه بس للجلسات فقط ! ده غير فلوس الأدوية ....

الأب (محمود) يسأل الصيدلي عن الأدوية اللي الدكتور النفسي كاتبها ، فيرد عليه ويقول له : إن سعر الأدوية دي لمدة شهر زي ما مكتوب 1300 جنيه .....

الأب (محمود) هيتجنن .... يارب يارب يارب أنت العالم بالحال ..... يارب أنا مش معايا غير 500 جنيه فقط من كل المبلغ الكبير المطلوب مني ده .... يارب أعمل إيه .... يارب افرجها عليا ..... يعدي 10 أيام ، وحالة البنت نسمة تسوء ..... وفجأة في اليوم العاشر تقوم من النوم عندها شلل في الجنب الشمال كله (الإيد والرجل) ..... ياربي ده الحالة بتسوء .... يعدي يومين كمان (يعني بعد 12 يوم) والحالة تزداد سوءًا وتعقُّد ، راح الأب محمود وداها مستشفى جمال عبد الناصر الحكومي ، واتضح إن الضغط بتاعها

عالي جدا 170/ 115 ، فبسرعة شديدة عملولها أشعات ، وظهر وجود جلطة على المخ ....

البنت نسمة جاتلها الجلطة ؛ نتيجة الضغط النفسي الرهيب الواقع عليها ؛ ونتيجة ضغوط أهلها عليها للتفوق في الثانوية العامة ؛ ولمعاملة أهلها (مامتها وباباها) السيئة .

يعدي 15يوم من بعد اكتشاف الجلطة وحجزها (نسمة) في المستشفى ، وتطلع تخرج من المستشفى ، ولكن خرجت بشبه شلل في الرجل الشمال ، وثُقل شديد في الإيد الشمال .....

الدكتور ـ وهي خارجة ـ بيقول لأهلها : إن البنت علشان رجلها وإيدها ترجع طبيعي لازم تعمل علاج طبيعي .....

يضطر الأب محمود يستلف فلوس تاني علشان يعمل لبنته العلاج الطبيعي ....

الأب (محمود) بدأت تظهر عليه علامات الاكتئاب .....

يعدي 3 شهور ، والبنت نسمة بدأت تتحسن كتيرًا في إيدها ، لكن رجلها التحسن فيها بطئ ؛ بسبب سوء الحالة النفسية للبنت نسمة .....

تظهر نتيجة امتحان الثانوية العامة لنسمة وفريدة ، ونسمة تجيب 70% وفريدة تجيب 90% ، الأب محمود والأم كريمة زعلانين جدا من نتايج بنتهم نسمة وقعدوا يزعقولها جامد ويشتموها ويقولوا لها إنتي فاشلة .... إنتي انسانة ضايعة .... كسفتينا قصاد الناس كلها .... ماطمرش فيك شقانا وتعبنا ، والمرواح والمجي للدروس الخصوصية .... ربنا ينتقم منك ....

يعدي شهر بعد مرور النتيجة ، وفجأة تفقد البنت نسمة بصرها في العين الأخرى ، لتصبح عمياء تماما لا ترى أي شيء ....

يذهب الأم والأب بالبنت للأطباء ويقرروا أنها حالة نفسية ، فتذهب الأم ببنتها نسمة للطبيب النفسي مرة أخرى ، ويقرر لها أيضا 5 جلسات كهرباء على المخ .... الأم بتقول للدكتور : إحنا مش معانا فلوس للجلسات ، مفيش علاج بديل يكون أرخص شوية ؟ فالدكتور يقولها : لازم تتصرفوا وتعملوا الجلسات في أسرع وقت ، وإلا فأنا بأُخلي مسئوليتي من عدم استجابة البنت للعلاج الدوائي ، ويقولها أيضا : أنتم لازم طريقة تعاملكم مع البنت تتغير ..... أنتم كده بتهدوا اللي بأبنيه في شخصية البنت ....

الأب (محمود) يستنجد بجروب "جت فى السوستة "[1]، ويشرح حالة البنت ، وحالته الاقتصادية ، وإنه مش لاقي شغل ، والأم بتنزل تشتغل في البيوت علشان تجمَّع حق الجلسات ....

الأم والأب عندهم حالة من تأنيب الضمير شديدة ، وحاسِّين بعقدة الذنب تجاه بنتهم ، وأنهم هما السبب في سوء حالتها بالشكل ده ....

تعالوا مع بعض نشوف يوميات البنت نسمة قبل إصابتها بالاكتئاب ، وطريقة

تعامل والديها معها ، وكيف أنهم هم السبب في إصابتها بالاكتئاب ، ثم بعد كده نشوف يومياتها وهي مريضة بالاكتئاب .....

هأبدأ معاكم أولًا طريقة التعامل واليوميات قبل إصابتها بالاكتئاب .....

نسمة شخصية حساسة جدا من صغرها ، ورقيقة المشاعر ، ومرهفة الحس وكمان من صغرها وهي تشاؤمية ، ونظرتها سودة دايما لأي شيء ، وثقتها بنفسها ضعيفة ....

---

(١) جروب " جت في السوستة " هو جروب رجالي فقط على النت ، على الفيس تحديدا ، وهو جروب خيري اجتماعي ترفيهي ، أسسه صاحبه محمد عبد الغفار الشهير بـ "جيري" من أجل مشكلة طبية عنده ، ثم أصبح جروبا اجتماعيا خيريا ترفيهيا .

محصلش استجابة من الجروب غير بعد 10 أيام وتم تجميع المبلغ .... تبدأ البنت نسمة الجلسات لمدة 10 أيام بمعدل يوم ويوم ، ولكن بسبب التأخير يرد للبنت نسمة بصرها في عين واحدة فقط ، والعين الأخرى كل الأطباء سواء النفسيين أو أطباء الرمد يجمعون على إن البنت مستحيل يرجعلها نظرها في العين التانية .... الأم والأب بيعيطوا على بنتهم وزعلانين ، خاصة أنها بنت لسه صغيرة في عمر الزهور ، ورجلها شبه مشلولة ، وتجلس على كرسي متحرك ، وعندها عين مش بتشوف بيها خالص .....

الأب (محمود) والأم (كريمة) كانوا دايما بيضغطوا على أولادهم زيادة عن اللزوم للتفوق الدراسي ، وكانوا إذا حد منهم نقص درجات ولو بسيطة تبقى وقعته سودة ، وتهزيق ، وشتيمة ، وضرب .....

نسمة طول عمرها من صغرها فهمها ضعيف ، وتركيزها ضعيف ، ومستواها الدراسي ضعيف ، خاصة من بعد المرحلة الابتدائية وبداية المرحلة الإعدادية ....

فريدة طول عمرها تركيزها أحسن من نسمة ، وبتفهم بسرعة ، ومتفوقة دراسيا حتى أواخر المرحلة الإعدادية وبداية المرحلة الثانوية ....

الأب محمود والأم كريمة كانوا دائما بيهزأوا في نسمة قصاد الناس كلها ، وكل القرايب ، وكانوا دايما بيقارنوها بيهم ، ويقارنوها بأختها ، وكانوا دايما يقللوا منها ، ويقولوا لها : إنتي فاشلة وضايعة ، إنتي أدام مش نافعة في التعليم ، كده آخرك ندخلك دبلوم ونجوزك بعدها علطول ....

الأم والأب كانوا دايما عصبيين ، وكانوا دايما بيستخدموا أسلوب الضرب والضرب على الوجه بالذات في التربية ، وأيضا أسلوب التهزيق ، والشتيمة والتقليل من الابن والبنت ...

نسمة لحد ما خلصت المرحلة الابتدائية كلها كانت متفوقة ، وكانت جايبة في سنة رابعة ابتدائي 93% ، ويوم ما ظهرت النتيجة باباها ومامتها زعقوا لها جامد وقالوا لها مجبتيش ليه 100% أو 99% إنتي إنسانة فاشلة ،إحنا طول عمرنا كنا متفوقين ، وكنا بنجيب 98% و 99% ، وبعدين شوفي بنت عمك جايبة 96% وبنت خالك جايبة 98% ، هما أشطر منك في إيه ..... زايدين عنك إيد

ولاّ رجل ولاّ عين ..... وعقابا ليك على المجموع الزبالة ده إنتي محرومة من المصروف لمدة (15يوم) .

طبعا نتيجة إن نسمة حساسة جدا ، زعلت أوي من أسلوب مامتها وباباها ونفسيتها بقت في الأرض ، وقعدت (4أيام) تعيط ، وقافلة على نفسها باب أوضتها .

من المواقف بردو اللي أثرت في بناء نسمة بالشكل الهش ده هو إن في يوم من الأيام ، والبنت نسمة في سنة سادسة ابتدائي مكانتش عاملة الواجب بتاع المدرس الخصوصي بتاع مادة الـ E، وكان المدرس بيجيلها البيت ، وكان شديد عليها جدا في المعاملة ، فخافت تطلع له، وقعد باباها يتحايل عليها علشان تطلع ؛ لأن عيب المدرس يكون برة وهي مش عاوزة تطلع ..... فالمهم مشّى المدرس واعتذر له ، وبعد المدرس ما مشي ضربها قلمين على وشها ، وربطها في حرف السرير ، وقعد يضرب فيها بالحزام وبخرطوم الغسيل ، ويشتمها بأفظع الشتايم ، فطبعا ده هز ثقتها في نفسها جدا ، وأثّر في نفسيتها بصورة سلبية جدا ، وأيضا قعد يقارنها بأختها فريدة ، اللي كانت دايما بتعمل الواجبات بتاعت المدرسين أولا بأول ودرجاتها في امتحانات الشهور أحسن منها .....

نسمة مع بداية مرحلة البلوغ وبداية المرحلة الإعدادية بدأ سلوكها يتغير للأسوأ ، بعد ما كانت بنت مطيعة ومؤدبة وبتسمع الكلام من مامتها وباباها وتنفذه بدون نقاش بدأت تقول لأ ، وبدأت تعارض وتناقش ، ويبقى لها رأي مستقل نسبيا وبدأ مستواها الدراسي يقل ، وبدأت تهتم بنفسها ؛ تحط ميكب كامل ،وتلبس ضيق وقصير وشفاف ، وللأسف انخرطت في سكة محادثات مع شباب ومصاحبة ليهم وخروج معاهم – طبعا من وراء أهلها – وبدأت تشرب شيشة مع صاحباتها البنات والأولاد.....

طبعا زي ما إحنا عارفين من قبل كده أن الأم والأب عصبيين ، ومش متفاهمين ، ومفيش مصاحبة لبنتهم ، وعندهم جهل بكيفية التعامل مع الأبناء في السن الخطر ده.... المهم بدأوا يلاحظوا عليها التغيرات دي كلها ، وتعاملوا (الأم والأب) معاها بنوع من العنف الشديد ، والضرب والشتيمة والتهزيق ، والأسلوب ده بدأ يخلي البنت نسمة تعند أكتر ، وسلوكها يسوء أكثر ونفسيتها تتدمر أكثر ....

نسمة كانت تيجي من المدرسة تقعد بهدومها من غير ما تقلع ، وتتفرج على المسلسلات الهندي والتركي لحد موعد الغداء في

حدود الساعة 4 ونصف عصرا تتغدى معاهم ، ومتشيلش الأكل بعد الغداء مع مامتها ، ولا تنضف البيت ، وبعد الغداء تدخل تنام شوية ، وتصحى على الساعة 7.30-8م ، وتقعد تلعب على الموبايل ، وتقعد تعمل شات مع شباب وبنات على الفيس والماسنجر ....

طبعا الأم والأب مع عصبيتهم وعدم علمهم بكيفية التعامل مع السن الوحش والخطر ده كانوا كل ما يكتشفوا سلوك خطأ عند البنت معندهمش غير أسلوب الزعيق ، والتهزيق ، والشتيمة ، والضرب ، والمنع من المصروف ، وسحب الموبايل ، والمنع من الخروج من البيت ؛ للتعامل مع هذه السلوكيات الخاطئة ، وطبعا كل الأساليب دي خاطئة تربويا ، ولا تأتي إلا بنتيجة عكسية مثل ما حدث معهم ، وكانت عنادها بيزيد وبالتالي بتزيد من فعل السلوك السيء ، وكانت نفسيتها بتتدمر أكتر ، والاكتئاب بيتملك منها أكثر .....

نسمة بعد كل هذا التعامل السيء من قبل الأهل طبعا أصيبت بالاكتئاب الحاد اللي طبعا أثر على جسمها ، وجالها الكرونز (قرح القولون) .....

نسمة اتشخصت بالاكتئاب وهي في ثالثة ثانوي ، لكن في حقيقة الأمر أنها مصابة به من أولى ثانوي .....

نسمة لحد نهاية المرحلة الإعدادية كان عندها أصحاب كتير ، وكانت بتخرج معاهم ، واجتماعية ، ومرحة ، وفرفوشة ، ولا يظهر عليها أي شيء من علامات الاكتئاب إلا القليل ، وكانت دايما بتنكت ، وتضحك ، وتهزر ، ووزنها مثالي وواخدة بالها من نفسها ومهتمة بنفسها .

تعالوا بنا ننتقل لمشهد تاني ونشوف نسمة بعد إصابتها بالاكتئاب .....

نسمة بعد إصابتها بالاكتئاب بدأت تبقى عصبية أكثر من اللازم ، وبدأت تنعزل لوحدها في أوضتها ، وبدأت متكلمش حد من أصحابها وتنقطع عنهم ، وبدأت تهمل في مظهرها العام وما تحطش ميكب زي الأول ، حتى النظافة والاستحمام أهملتهم ، ومعندهاش طاقة تعمل أي حاجة ، ولا تنجز أي شيء ، ولا تذاكر زي الأول ، وبدأت تتكاسل عن الصلاة وتقطعها كتير ، وبدأت تنسى وتبقى أغلب الوقت سرحانة ، وذهنها شارد ، وتركيزها ضعف زيادة عن ما هو ضعيف ، وبدأت كمان تأكل كتير ، فوزنها زاد جدا ، ونومها قل جدا ، وبقى عندها أرق بالليل ، ونومها بقى متقطع ، وفي الآخر خالص بدأت تفكر في الانتحار ؛ بسبب سوء معاملة والديها لها ، وللأسف نتيجة

معاملة أبيها وأمها السيئة العلاج مش جايب معها نتيجة ، والدكاترة مش عارفين يسيطروا على الحالة في العلاج .

نسمة عايشة ميتة ، مجرد أكل وشرب ونوم فقط ، طبعا نسمة بعد ما وزنها زاد بدأت تسمع كلام زي السم من صاحباتها ، ومن أمها وأبوها ، والكل كان بيتريق عليها ، فطبعا ده زود عندها الاكتئاب ، وزود نقص الثقة بالنفس ....

نسمة علطول قافلة على نفسها أوضتها ومش بتكلم حد خالص .... مامتها كريمة بتقولها عندنا فرح يوم الخميس القادم ، إيمان بنت خالتك صفاء ، صاحبتك وحبيبتك ، فترد عليها نسمة أنا ماليش علاقة بحد ، ومش هأحضر فرح حد ..... ارحموني بقى شوية ، أنا عاوزة أقعد لوحدي ، ومش عاوزة أشوف حد ، ولا أتعامل مع حد .....

في ظل كل هذه الأجواء الملبدة بالغيوم ، والحزن الشديد ، والاكتئاب الحاد يظهر شاب في حياة نسمة عن طريق الشات ، وتتعرف بيه ، وكان كلامه معسول وأوقعها في حبه ، وأحبته حب شديد ، وكان واقف جنبها جامد ، وكان بيواسيها كتير .... وبعد ما اتحسنت حالتها من الاكتئاب بصورة نسبية ، الولد فص ملح وداب .....

اختفى تماما من حياتها ، وكل ما تحاول توصله يتهرب منها ، وما يردش على تليفوناتها .... فطبعا حالتها ساءت جدا ورجعت أسوأ من الأول .

نسمة بعد ما عدى 15 يوم من اختفاء حبيبها ، نفذت محاولة انتحار عن طريق إنها أخذت 20 قرص مهدأ نفسي ، وعملت cutting لأوردة وشرايين إيديها بس الحمد لله في آخر لحظة وقبل ما تموت اتلحقت .... مامتها وباباها ودوها المستشفى جري ، وبعد ما خرجت ودوها عند دكتور نفسي جديد ، وأعطاها كورس أدوية شديد ومكثف ، وأعطاها 10 جلسات كهرباء تاني ، وعنِّفْ الأم والأب جامد وقالهم : لازم تغيروا طريقة تعاملكم معها تماما .....

فجأة بعد كل هذا الكم من التعنيف والحالة المأساوية للبنت ، الأم والأب يفوقوا من غفلتهم ويبدأوا يتعاملوا كويس نسبيا معها فبدأت حالتها بالتحسن تدريجيا إلى أن وصلت لدرجة جيدة من الشفاء .

تعالوا ننتقل مع بعض لمشهد آخر في هذه القصة الحزينة ، ونشوف قصة الاكتئاب مع الأب محمود .....

الأب (محمود) أب مكافح ، وشغال نجار ، وكان عنده ورشة كبيرة ، وفجأة بعد الثورة الدنيا باظت معاه ، وورشته قفلها بسبب إن مفيش شغل خالص والحال نايم .

محمود رغم إنه أب قاسي لكنه زيه زي أي أب عنده عاطفة أبوّة تجاه أولاده ، وطبعا زعلان جدا على بنته نسمة وحالتها المرضية السيئة ، ونفسه إنها تخف وعاوزها دايما أحسن منه .....

الحال مع الأب (محمود) واقف خالص ، ومفيش شغل ولو اشتغل يوم آه و 10 لأ ، وكطبيعة أي أب في الدنيا نفسه يبسط أولاده ، ويشوفهم سعداء ، ويعالجهم أحسن علاج لما يتعبوا ويمرضوا ، فالأب حزين لحاله الموقوف ده ، وتراكم الديون عليه لعلاج بنته نسمة .

محمود بعد ما تراكمت عليه الديون بدأ يشعر بمعظم أعراض الاكتئاب وبدأ يبقى عصبي جدا ، وعلشان كده يمكن كان بيعامل بنته نسمة بكل القسوة دي بالإضافة لطبعه العنيف أصلا .....

من الأعراض النفسية اللي ظهرت على الأب (محمود) في اكتئابه هي العصبية المفرطة ، والحزن ، والضيق بصورة مستمرة

(علطول متضايق وزهقان وأرفان) ، والخروج دايما مع أصحابه على القهوة وزيادة شرب التدخين .

من العوامل اللي ساعدت على ظهور الاكتئاب عند الأب (محمود) هي مرض بنته نسمة ، ووضعها الصحي السيء ، ومرض ابنه يس وإنه شايفهم قدامه كده ومش عارف يعملهم حاجة ، وأيضا تراكم الديون عليه بشكل صعب ، لدرجة إنه كاد أن يسجن لولا ولاد الحلال اللي جمعوله 2/1 حق الدين اللي كان عليه ، وأيضا إصابة زوجته كريمة بسرطان القولون بقالها 8 شهور ، ثم انتقال السرطان للعظم فمعادتش قادرة تخدم ، وبقى حمل البيت كله عليه + تكلفة علاج زوجته والذهاب معها للدكاتره والشيل والحط .

الأب (محمود) بعد ما أصيب بالاكتئاب بقى طبعه أعنف وأشرس مع كل الناس.....

الأب (محمود) رافض يروح لطبيب نفسي ؛ علشان يتعالج من الأعراض بتاعت الاكتئاب ، ومش معترف أصلا إنه عنده اكتئاب أو إنه مريض .

دلوقتي هننتقل لمشهد آخر وهو إصابة الأم (كريمة) بسرطان القولون ، ثم كيف انتقل للعظم ، ثم بعد مرور 8 شهور إصابتها بالاكتئاب .....

الأم (كريمة) بقالها شهرين عندها مغص بيروح وييجي والطبيعة عندها مش منتظمة ؛ شوية إسهال ، وشوية إمساك .

الأسرة كلها بيزنوا عليها إنها تروح تشوف إيه قصة المغص المتكرر اللي بييجي ويروح عليها ، وهي مطنشة ، ومش عاوزة تروح ، وبتأجل وتسوف ، وتقولهم طيب لما أخلص شرح المنهج .... طيب لما الامتحانات تخلص .... حجج وتسويف

فجأة في يوم من الأيام الأم (كريمة) المغص زاد عليها جدا جدا ، وبقت بتكلبش في الأرض من المغص ، فأخدها زوجها محمود وجري بيها على مستشفى طلبة الجامعة.....

دكتور الاستقبال : خير يا مدام عندك إيه .

الأم : مغص شديد جدا جدا مش قادرة أستحمله .

دكتور الاستقبال : في إسهال أو إمساك ؟

الأم : آه في إمساك بقاله 4 أيام بس قبله كان بقالي أسبوعين عندي إسهال .

دكتور الاستقبال للممرضة : قيسي الضغط والحرارة .

الممرضة : الضغط 130/ 100 والحرارة 38.7 .

دكتور الاستقبال للممرضة : 2 أ.فسيرالجين + أ.زانتاك + قرص كابوتين تحت اللسان في 500سم saline + أ.فولتارين عضل .

الأم تأخذ المحلول والحقن ومتستريحش لكن الحرارة نزلت والضغط اتظبط ....

الدكتور يقول للأم : روحي وتعالي بكرة لطبيب الباطنة تتابعي في عيادة الباطنة ، الأم تطنش ومتروحش تاني يوم ....

أخو الأم (كريمة) طبيب باطنة وسكر ، ولها أخ تاني طبيب جراحة عامة وأخ تالت طبيب عظام وكلهم ساكنين في القاهرة ....

منذ أربعة أشهر كانت الأسرة كلها معزومة على فرح بنت أخو الأم (كريمة) في القاهرة فروحنا كلنا ، وهناك وفي وسط كل الفرحة دي الأم (كريمة) جالها مغص شديد جدا ، وداخت ، وأغمى عليها ..... طبعا الناس كلها اتلمت حواليها ، وجابولها ماية بسكر وعصير لحد ما فوقوها .....

أخو الأم (كريمة) اللي هو دكتور باطنة وسكر أخدها بعد الفرح تبات معاه وهو شغال أستاذ بكلية طب عين شمس ، والمستشفى الخاص بالجامعة بجوار منزله .

الأم (كريمة) تعبت تاني ؛ فأخدها أخوها وجري بيها للمستشفي اللي جمب بيته ، والدكتور الباطني كشف عليها ، وعمل سونار على البطن ملقاش حاجة ، وقالها : ده قولون عصبي ، وعطاها أدوية مهدئة ومسكنة للمغص وللقولون ، وقالها : تعالي بعد 10 أيام نشوف نتيجة العلاج إيه .....

الأم (كريمة) بعد ما كشفت ب 5 أيام مفيش تحسن خالص ، ومغص وكلبشة في الأرض ، فأخوها اقترح عليها تروح تعمل أشعة مقطعية بالصبغة على البطن والقولون .....

راحت الأم (كريمة) عملت الأشعة ، ويظهر فيها ورم طوله 8 سم على القولون الهابط ، وانسداد جزئي في الأمعاء .....

يا إلهي ! فجأة كده ورم وحجمه كبير كده ..... لا حول ولا قوة الا بالله .....

طبعا الزوج الأب (محمود) ، والأولاد (فريدة ونسمة) مارضوش يقولوا للأم إنها عندها ورم ؛ علشان متتخضش وتقلق وتخاف .....

اتصل الأب الزوج (محمود) بأخو الأم (كريمة) اللي هو دكتور باطنة علشان يستشيره نعمل إيه فقاله : إنه فيه ورم حجمه 8سم على القولون الهابط ، وإنه فيه انسداد جزئي في الأمعاء ، ولازم فورا تتعرض على دكتور جراحة أورام ، وإن التأخير مش في مصلحتها خالص ؛ لأن ممكن الانسداد الجزئي يتحول لانسداد كلي ويعمل مشكلة كبيرة .....

الأب الزوج (محمود) محتار يبلغ الأم الزوجة إزاي ، وهيقولها إيه وهيقولها إزاي .

المهم ربنا ألهمه لحيلة إنه يروح لدكتور الأورام هو وبنته نسمة الأول ، ويقولوا له متتكلمش قدامها بتفاصيل ، ولو فيه تفاصيل مهمة استنى وهي بتلبس بعد الكشف وقولنا عليها بصوت منخفض ؛ علشان ما تسمعش ، وفعلا الدكتور عمل كده وقالهم إنها لازم تعمل عملية فورا ، فسألوه (محمود ونسمة) بكام قيمة العملية ؟فقالهم : هتتكلف 65 ألف جنيه .....

محمود حصل له حالة انهيار عصبي ، وعصبيته زادت ، ومش عارف يعمل إيه ويدبر المبلغ منين .

الزوج الأب (محمود) والبنت نسمة زعلانين جدا ، وبيعيطوا جامد ؛ بسبب مرض الأم ، وخايفين إن الورم يطلع مش حميد ، ويطلع عندها سرطان ، بس طبعا مش ببينوا لها أي حاجة من الأحاسيس والخوف ده ....

أخو الأم (كريمة) اقترح على الأب إنهم ياخدوا رأي دكتور تاني جايز يطمنهم ، أو يكون سعره أرخص شوية .

الأب (محمود)، والأم كريمة ، والبنت نسمة راحوا لدكتور وليد الشاذلي أستاذ أورام القولون ، وأكد لهم نفس الكلام بتاع الدكتور الأول ، بس فاصلوا معاه في سعر العملية ، واتفقوا معاه على مبلغ 45 الف جنيه ، ده آخر اتفاق الدكتور رضي بيه .

الزوج الأب (محمود) راح أخد قرض من البنك بضمان صاحبه الدكتور اللي في كلية الهندسة وكان بيعمله الشقة ، القرض ب 30 ألف جنيه .....

الزوج الأب (محمود) : ياربي روحت أخدت القرض واستلفت ، والقرض مش مكفي ، طيب أعمل إيه تاني يارب .... يارب إنت عالم بالحال ..... يارب حلها من عندك.....

المهم .... ظهر فجأة خمسة من جيرانهم وسلفوه الـ15 ألف جنيه الباقية ....

الأم (كريمة) عقبال ما الأب الزوج (محمود) جهز مبلغ العملية كانت حالتها بتسوء جدا ، وكان الانسداد قرب جدا يبقى كلي ، لكن الحمد لله مبقاش كلي ....

الأم (كريمة) دخلت العمليات ، وعملت العملية ، وشالت الورم واتاخد عينة منه ؛ علشان تتحلل علشان يشوفوها حميد ولا خبيث ، بس الدكتور قلقهم وقالهم : غالبا هيبقى خبيث ، وهتحتاج جلسات كيماوي ، واحتمال إشعاع ....

الأب الزوج (محمود) راح بالعينة للمعمل ، وقالوا له :إن النتيجة هتطلع بعد 10 أيام....

الأسرة كلها (محمود ونسمة وفريدة ويس) قاعدين الـ 10 أيام مرعوبين .....

تعدي الـ 10 أيام ، وتبان نتيجة العينة إنها كانسر ، وإن الورم خبيث ....

بعد يومين من طلوع العينة الأم كريمة تطلع من المستشفى ....

بعد 10 أيام من خروج الأم كريمة من المستشفى بدأوا يمهدوا لها إنها عندها سرطان ، وإن الورم طلع خبيث .

الأم (كريمة) طبعا أول ما عرفت انهارت ، وحصل لها حالة ذهول وشرود في الذهن ، زي ما يكون بينها وبين نفسها بتقول لأ ، أنا مش تعبانة ، لأ أنا معنديش سرطان .....

استمرت الأم (كريمة) على وضع الصدمة ده 15 يوم ، بعد كده بدأت تدرك وتستوعب وتسلم للأمر الواقع .....

الأم (كريمة) طبعا في حالة انهيار تام ، وبكاء مستمر طول اليوم ، وخايفة ومرعوبة من الكيماوي ؛ لأنها عارفة من كتير من الناس إنه أد إيه مؤلم ، وإنه بيوقع الشعر ، فطبعا نفسيتها زفت وفي الأرض خالص ....

تروح الأم (كريمة) والأب (محمود) لدكتور أورام ؛ علشان يقرر لها بروتوكول العلاج ، ويقرر لها 12 جلسة كيماوي على مدار 6 شهور ، يعني بمعدل كل أسبوعين جلسة.....

الدكتور قال للأم (كريمة): متقلقيش ، النوع اللي كاتبه آثاره الجانبية خفيفة ، ومش بيوقع الشعر .....

تبدأ الأم (كريمة) رحلتها مع الكيماوي ، وتبدأ معها المعاناة الشديدة من آلام الكيماوي ، وما أدراك ما معاناة الكيماوي .

أول جلسة للأم كانت من 10 شهور بالضبط بتاريخ 2018 /7/15 ، وكانت الأم وهي رايحة المستشفى علشان تاخد الجلسة بترتعش ، وجسمها كله بيتنفض وخايفة ومرعوبة .

أخذت الأم (كريمة) الجلسة الأولى على مدار 3 أيام ، وكل يوم حوالي 6 ساعات المحاليل متعلقة فيها .

بعد ما روحت من أول يوم من أيام الجلسة الأم كريمة بترجَّع علطول باستمرار ، ومفيش حاجة قاعدة في بطنها خالص ، وكمان طعم الأكل في بقها مر وعصارة المعدة طالعة على بقها فمهيجة صدرها ، وحرقان وتنميل في الجسم كله وسخونية 39.5 ، وألم في الجسم كله ، وشنكلة في العضلات والمفاصل ، ودوخة ودوار .

يا إلهي كل هذه الأعراض حصلت للأم كريمة من أول جلسة !

الأم (كريمة) طبعا مش مستحملة الآلام دي كلها ، وبتعيط ، ونفسيتها زفت خالص وفي الأرض ....

تتوالى الجلسات ، كل أسبوعين جلسة ، ومع توالي الجلسات حدثت حالة هزال تام في الجسم كله ، وبدأت المناعة تضعف ، ومقاومتها

للأمراض بصفة عامة تضعف ، وفقدت القدرة على الأكل تماما ، وبالتالي خست كتير جدا ، وبقت جلد على عظم خالص.

بعد ما عدى 8 جلسات ، بدأ كرات الدم الحمراء تقل ، ويحدث نقص شديد في الهيموجلوبين ، ونقص شديد في الكرات البيضاء والصفائح الدموية ، بدأ الدكتور بتاع الأورام يكتبلها على حقن لرفع المناعة ، وكذا مرة تحتاج نقل دم وصفائح ....

حقيقي الوضع صعب .... ربنا يكون في عون الأم كريمة .....

بعد انتهاء الـ12 جلسة عملت الأم كريمة أشعة مسح ذري مرة أخرى ....

نتيجة الأشعة بانت بعد أسبوع ، وظهر فيها إن البؤر السرطانية اللي كانت في القولون معظمها صغرت وضمرت ما عدا بؤرة واحدة الحمد لله ، لكن تكوّن بؤرتان جداد فوق الكلى اليمين ، وبؤرة في عظام الحوض الأيمن .....

طبعا الأم (كريمة) لما عرفت إنه انتشر في أماكن تانية في الجسم انهارت ، وبدأت وصلة من البكاء استمرت لحوالي أسبوع متصل .

ترجع الأم (كريمة) للطبيب بتاع الأورام ، والمرة دي قرر إنه يغير لها نوع العلاج الكيماوي والكيماوي الموجه ؛ ليتناسب مع البؤر الجديدة وخاصة بؤرة الحوض ، وقرر لها 8 جلسات كيماوي بردو بمعدل كل أسبوعين جلسة ، يعني على مدار 4 أشهر ، وأيضا 8 جلسات إشعاع على بؤرة الحوض .....

الأم طبعا نفسيتها في الأرض ، وده مؤثر على الحالة الصحية العامة ، ومخلي آثار الكيماوي عليها قوية .....

يعدي شهرين كمان من الـ 4 أشهر ، وهنا تفقد الأم (كريمة) السيطرة على أعصابها تماما ، ويبدأ يظهر عليها علامات الاكتئاب ، خاصة بعد تزايد عدد الجلسات ، وتزايد الآلام والأوجاع في كل جسمها ، وزيادة نشاط البؤر السرطانية الموجودة في الحوض ، وانتقالها إلى الركبة ، والعمود الفقري والحوض الآخر .

الأم (كريمة) طبعا حالتها النفسية سيئة جدا ، بسبب الآلام والأوجاع العنيفة الفظيعة.

من الأعراض اللي ظهرت على الأم (كريمة) بعد مرور 8 شهور من العلاج والتي تؤكد إصابتها بالاكتئاب الحاد عياطها المستمر من كثرة الألم ، وبقت عصبية جدا ، وعلطول متنرفزة ، ورافضة تاخد

العلاج في مواعيده ، وأيضا رافضة تقابل حد ، وكل ما تكلم حد في التليفون علشان يطمّن على صحتها تعيط ، وكمان رافضة تروح في أي مكان .... شبه رافضة الحياة ....

حقيقي وضعها صعب .... كان الله في عونها .....

استمرت على هذا الحال إلى أن توفيت بعد مرور سنة وشهرين من بدء العلاج.

والآن عزيزي القارئ سننتقل سويا لمشهد آخر في تلك القصة الحزينة ، وهو قصة الاكتئاب مع فريدة توأم نسمة .....

فريدة زي ما أنتم عارفين توأم لنسمة .....

فريدة طبعا بعد تعب والدتها بقت هي المسؤولة عن كل البيت ، وعن الأكل والشرب ، والطبيخ ، والتنضيف ، وكمان مؤخرا بقت مسئولة عن خدمة أخيها (يس) بعد ما عمل حادثة على البحر وهو بيعدي على رجله .

فريدة طبعا زعلانة جدا ، ومقهورة على تعب مامتها ، وإن حالتها الصحية وصلت للسوء ده ، واللي مخلي الوضع صعب مع فريدة كمان إنها كانت دايما حبيبة مامتها ، وكانت مامتها دايما صاحبتها

في كل شيء ، وكانت مامتها في أغلب الأوقات بتدلعها زيادة شوية ، وبتميزها في المعاملة ؛ لأنها كانت شاطرة في الدراسة ، وكانت بتسمع كلامها .....

الأم كريمة بعد ما تعبت وجالها السرطان بقت عصبية زيادة عن اللزوم ، وفريدة حساسة جدا ، وعاطفية جدا ، وبتحتاج دايما حد تحكي معاه ، والأم فقدت الدور ده بسبب تعبها .

فريدة طول عمرها متفوقة في الدراسة لكن ملهاش في شغل البيت خالص .....

فريدة طول عمرها بنت متدلعة وفرفورة زي ما بيقولوا ، ومالهاش في تحمل المسئولية ، وبعد تعب مامتها وأخوها اتحطت في وش المدفع زي ما بيقولوا ، وبقت ملزمة بالخدمة ، فبدأت أعراض الاكتئاب تظهر عليها ، خاصة بعد ما عدى 6 شهور وهي في وضع تحمل مسئولية كبير بالشكل ده .....

من الأعراض اللي ظهرت على فريدة وتؤكد إنها بدأ يجيلها اكتئاب إنها بدأت تقفل على نفسها الأوضة ، وعلطول متضايقة ، وأرفانة ، وزهقانة ، ومبقاش عندها طاقة إنها تذاكر ، وأهملت كتير في جانب المذكرة ، وفي هواية الكروشيه بتاعتها.

وكمان معظم وقتها بدأ يبقى فيه عياط ، وبدأ يجيلها أرق وقلة نوم .....

من الأسباب اللي خلت فريدة يجيلها اكتئاب مرض مامتها الجامد أوي ده وإنها ماكنتش متحملة مسئولية كبيرة بالشكل ده ، وفجأة اتفرضت عليها ، وكمان استعدادها الشخصي للإصابة بالاكتئاب ، خاصة إنها ـ زي ما قلنا قبل كده ـ شخصية حساسة جدا ، وعاطفية زيادة ، وبتتأثر باللي حواليها جامد ، وكذلك الاستعداد الوراثي ؛ حيث إن والدها (محمود) مصاب بالاكتئاب ، وتوأمها (نسمة) أيضا مصابة بالاكتئاب ، ومامتها كمان مصابة ، بالإضافة لكده إن مامتها وهي حامل فيها أخدت أدوية نفسية .....

فريدة صبحت في يوم من الأيام دراعها تقيل ، ولسانها تقيل ، ومش قادرة تتكلم وبتهته ، فجريوا بيها على المستشفى ، وعملت أشعة ؛ لأن كان فيه اشتباه في جلطة لكن الحمد لله طلعت الأشعة سليمة ، والدكتور قالهم : لازم تودوها لدكتور نفسي.

راحت فريدة للدكتور اللي بتتعالج عنده نسمة أختها ، وكتبلها علاج مكثف لمدة 3 شهور ، والحمد لله اتحسنت على الدواء .

هأختم معاكم القصة الحزينة دي بقصة الاكتئاب مع يس الأخ الابن .

يس شاب من الشباب الروشة زي ما بيقولوا اليومين دول ، اللي بيسهروا ويصيعوا في الشوارع لبعد نصف الليل .....

يس في يوم من الأيام من حوالي سنة تقريبا أو 10 شهور كان بيصيع مع شلة من أصحابه ، وكانوا سهرانين لحد الساعة 2.30 صباحا بعد منتصف الليل ، وهما مروحين يس عدّى شارع البحر في منطقة إستانلي ، ولحظه السيء كانت عربية جايّة مسرعة على سرعة 130كم/ساعة خبطته فوقع على رأسه وظهره وفقد الوعي ....

طبعا صاحبه اللي كان معاه اتصل بالإسعاف ....

الإسعاف وصلت بعد نصف ساعة من الحادثة .....

بسرعة نقلت الإسعاف يس لمستشفى الميري الجامعي الجديد بسموحة .....

طبيب الاستقبال يكشف على يس ، وبعد عمل الأشعات اللازمة لقى إن يس عنده كسر مضاعف في قاع الجمجمة ، وارتجاج في المخ ، وكسر في العمود الفقري ، في الفقرتين الرابعة والخامسة القطنية .....

صاحب يس اللي معاه اتصل بالأب (محمود) كان وقتها الساعة 4 بعد منتصف الليل .....

تليفون الأب (محمود) يرن ....

الأب (محمود) يبص في الساعة يلاقيها الساعة 4 الفجر .....

يتخض ويقلق جدا.... خير يارب في إيه ..... يارب استر .....

الأب (محمود) متردد يرد .....

التليفون يرن تاني وتالت فيقرر يرد .....

الأب (محمود) : مين معايا ؟

صديق يس : أنا هشام صديق يس ابنك .... يس عمل حادثة ؛ عربية خبطته وهو بيعدي البحر من ساعة ، وهو حاليا في المستشفى الميري الجامعي الجديد بسموحة وحالته خطرة جدا .....

الأب (محمود) : يالهوي ..... يالهوي ....

الأب (محمود) ينزل يجري جري ، ويروح المستشفى .....

الأب (محمود) يوصل المستشفى ويشوف منظر ابنه والدم مغرقه ، وهو فاقد الوعي وجسمه كله مدشدش ؛ فيبكي بكاءً شديدًا .....

المستشفى تقول للأب (محمود) : لازم ابنك (يس) يعمل عمليتين ، ويدخل بعدهم عناية مركزة ، وإحنا معندناش غرف عناية مركزة فاضية ، وتطلب من الأب يمضي ويوقعإن العملية لو منجحتش أو حصل أي مخاطر تبقى على مسئوليته الشخصية .....

الابن يس بدأ يفوق من الغيبوبة ، ودخل بعدها بدقايق في غيبوبة تانية ، بعد ما كان بيصرخ من الألم .....

بعد زعيق من الأب (محمود) وواسطة وفرت المستشفى سرير فاضي في العناية المركزة ، ودخل يس العمليات بعد الحادثة بـ 12 ساعة .....

ـ يس يعمل عمليتين في خلال 3 أيام ، ولكن للأسف الشديد نتايجهم مش حلوة .

يقعد يس في غرفة العناية المركزة لمدة 15 يوم ، بدأ يفوق من الغيبوبة بعد 10 أيام ، بس نتيجة الارتجاج وكسر قاع الجمجمة بدأ

يجيله تشنجات ، وطبعا لسانه تقيل ، ونظره ضعف جدا ، ومش بيقدر يتحرك .

يخرج يس من المستشفى بعد 20 يوم من دخوله ، ولكن يخرج على كرسي متحرك ؛ لأن الكسر اللي في فقرات العمود الفقري أثَّر على أعصاب العمود الفقري وعلى النخاع الشوكي ، فللأسف الشديد نتيجة الكسر وتأثيره على النخاع الشوكي وأعصاب العمود الفقري أصبحت الإعاقة دائمة ، وأصبح هيعيش عمره كله مشلول.

يس طبعا في حالة نفسية زي الزفت ، بعد ما كان بيخرج ويتصرمح مع أصحابه كل يوم ، ويعيش حياته ، كل ده انتهى وبقى قعيد على كرسي متحرك ....

يس من بعد ما خرج من المستشفى حالته النفسية في الأرض ، ومش قادر يتقبل وضعه الصحي الجديد .....

يس بدأ يدخل في أعراض اكتئاب حاد ، وبدأ يرفض الأكل تماما ، وعلطول في حالة عياط مستمر ، وعلطول عصبي جدا ، وكل ما يعوز يعمل أي حاجة وميعرفش ويحتاج مساعدة أخته أو باباه يعيط وتصعب عليه نفسه .....

يس طبعا بعد الحادثة حياته اتدمرت تماما ، وفقد وظيفته ، وبقت ثقته بنفسه في الأرض.....

بعد مرور سنتين من الحادثة بدأ يس يتأقلم على وضعه الجديد ، وبدأ يسمع فيديوهات تحفيزية لناس أطرافهم مقطوعة ، وعايشين حياتهم بصورة شبه طبيعية ويتأثر بيهم.....

يس بمساعدة أصحابه وقرايبه جمع مبلغ 40 الف جنيه (40000) واشترى ب 5000جنيه منهم كرسي متحرك بالكهرباء ، وبالباقي أقنعوه أنه يفتح محل خردوات ، وأدوات مكتبية ، وشيبسي ، وحاجة ساقعة ، وبقالة جافة .

يس عمل افتتاح كبير لمحله ، وأصحابه ساعدوه في الأول كتير لحد ما وقف على رجليه ، وبدأ المحل يكسب كتير وربنا فتحها عليه .....

يس بعد 3 سنين من الحادثة ، وسنة من افتتاح المحل ، بدأ ياخد كورسات أون لاين من على النت في مجال التنمية البشرية ، وتنمية الذات ، وعلم النفس الإيجابي ، وأصبح بعد مرور 5 سنوات من أكبر مدربين التنمية البشرية وتنمية الذات ، وبقى يلقي محاضرات

وناس كتير بتسمعله ، وأخد كمان دبلومة في الإرشاد النفسي والأسري ، وأصبح مرشدا نفسيا متميزا .

إلى هنا نكون قد انتهينا من قصة الكلب الأسود الخاصة بالاكتئاب، أترككم في حفظ الله ورعايته .

الآهــة الثـــانية :
القلق والتوتر

وحيدة في بيتي

قصتنا النهارده عن مرض من الأمراض الشائعة جدا ؛ وهو مرض اضطراب الذعر واضطراب القلق العام .....

تتكون القصة من أسرة مكونة من أم تسمى (يسرا) ، وأب يدعى (علي) ، وابن يسمى (محمود) ، وابنة تسمى (لوجين) .

الأم عمرها 65 سنة ، والأب عمره 70 سنة ، والابن عمره 35 سنة ، والابنة عمرها 25 سنة .....

تعالوا نشوف قصة العيلة الجميلة دي إيه، وكيفية إصابتهم .....

الأم (يسرا) صحيت من النوم وفطرت ، ودخلت تاخد شاور وهي في الحمام بتاخد الشاور بتاعها لقت كلكيعة متوسطة الحجم في صدرها اليمين ، ما اهتمتش أوي ، وأهملتها ، وقالت يمكن خبطة ، يمكن حيل لأي التهاب ، المهم إنها ما اهتمتش ، ولا جريت على الدكتورة علشان تفحص نفسها ، واستمرت على الحال ده لمدة 6 شهور ، لحد ما في يوم من الأيام وهي بتاخد الشاور بتاعها لاحظت إن الكلكيعة كبرت زيادة ، وبقت ناشفة وبتوجعها جامد جدا لما تضغط عليها ، فقررت تروح لوحدها لطبيبة نساء ؛ علشان تكشف وتشوف

إيه قصة الكلكيعة دي .... حجزت عند طبيبة نساء كبيرة وشاطرة ، وبالكشف والفحص عند الدكتورة اللي طلبت منها فحص أشعة ماموجرام ، وبناءً على نتيجة الأشعة والكشف الظاهري تم اكتشاف أن الكلكيعة تحتوي على خلايا سرطانية ، وأنها لازم تعمل عملية وتحلل الورم ، ويستأصل الثدي كاملا .

الأم طبعا بعد ما عرفت أصبحت نفسيتها متدمرة ، وكل يوم عياط وأهملت تماما في شغل البيت .

قررت الأم تعمل العملية تحت ضغط ناس كتير عليها.... وتم استئصال الورم والثدي الأيمن بالكامل ، وتم أخذ عينة من الورم لتحليلها باثولوجي ، وقالوا لها : إن العينة ستظهر نتيجتها بعد أسبوعين، وفي خلال هذه الفترة الأم كان عندها حالة شديدة من القلق والتوتر في كافة أمور حياتها ..... وظهرت النتيجة بعد أسبوعين بأن العينة بها خلايا سرطانية ولازم تاخد علاج كيماوي .....

الأم انهارت تماما ونفسيتها بقت في الأرض .... بدأت الأم بعد العملية بشهر أول جرعة كيماوي ، واستمرت على الجلسات لمدة 18 جلسة ، بواقع جلسة كل أسبوعين ، ثم لجأت بعد ذلك للعلاج

الإشعاعي ، واستمرت على هذا الحال لمد 3 سنوات ، ثم شفيت تماما من هذا المرض اللعين .....

الأم وقت ما اكتشفت التعب كان عمرها 58 عام ، وشفيت منه بعد 3 سنين علاج يعني كان عمرها 61 سنة .....

يمر 4 سنين ويصبح عمرها 65 سنة ، وفي يوم من الأيام وهي بتعمل حمام لقت البراز بتاعها نازل فيه دم كتير ، وداخت وأغمى عليها .....

يستمر النزيف في البراز لمدة أسبوع ، وبعد الأسبوع يبدأ يجيلها مغص شديد في بطنها .....

استمر النزيف في البراز والمغص لمدة أسبوعين والأم بتاخد مسكنات فقط .....

بعد مرور أسبوع آخر ، يعني بعد 3 أسابيع من بداية النزيف ، وأسبوعين من بداية المغص الأم قررت تذهب للطبيب الباطني للكشف .....

راحت الأم لدكتور الباطنة وهي قلقانة ، وخايفة ، ومرعوبة ، خاصة إن النزيف بقاله فترة مش قصيرة ، وناس كتير خوفوها

إنه ممكن يكون حاجة مش كويسة (سرطان) في القولون أو في الرحم .....

دكتور الباطنة طلب منها منظار قولون ، وأشعة مقطعية على القولون والأمعاء .... عملت الأم الفحوصات دي كلها ، وراحت للطبيب قالها في شوية جيوب على القولون الهابط ، وشوية التهابات في اللفائفي ، الدكتور كتبلها علاج وقال لها : لازم نتابع بالمنظار كل 6 شهور أو سنة .....

الأم بتاخد العلاج وتستريح ، والأعراض تقل جدا الحمد لله ، لكن الألم والمغص والنزيف رجعلها تاني بعد 5 شهور ، فراحت لدكتور الباطنة تاني ، لكن في المرة دي حولها لطبيبة نساء ، وبعد الفحص وعمل الأشعات تبين وجود كلكيعة على الرحم بحجم 6سم ، والدكتورة شكة إنها تكون ورم سرطاني ، لذلك الدكتورة قالتلها : لازم نعمل عملية نستأصل الورم ونحلله باثولوجي ؛ لأنه احتمال يكون ورم غير حميد .....

الأم بسرعة حضرت نفسها للعملية ، وعملت العملية ، وتم أخذ عينة من الورم لتحليله ، وهنا أصيبت الأم بحالة من الرعب والذعر

والقلق والتوتر ، وبدأت تسترجع ذكريات إصابتها بسرطان الثدي وألم العلاج الكيماوي .....

يمر أسبوعين وتظهر نتيجة العينة وأن بها خلايا سرطانية ، فالدكتورة تقرر أن يتم استئصال جهاز الرحم بالكامل ، وبعد شهر تبدأ العلاج الكيماوي .....

الأم طبعا مجرد ما عرفت هذا الكلام حصل لها حالة انهيار عصبي ، وبدأ يجيلها حالة من حالات القلق والتوتر الشديد ، والارتباك والعصبية والتهتهة في الكلام والإسهال الشديد ، خاصة إنها تذكرت رحلة المعاناة بتاعت العلاج الكيماوي السابقة.

بدأت الأم رحلة العلاج الكيماوي للمرة الثانية في حياتها ، وكل يوم يمر عليها في هذه الرحلة بألم نفسي ، وزيادة في التعب النفسي ، وكوابيس وخوف من الموت،

استمرت الأم في معاناتها النفسية والجسدية لمدة سنة ، إلى أن توفت عن عمر 67 سنة .

من الواضح من القصة السابقة إن الأم نتيجة إصابتها بسرطان الثدي أول مرة وبعد كده خفِّت منه ، وبعد كده

إصابتها بسرطان الرحم في المرة الثانية ، فطبعا مجرد ما جالها الأعراض المرة الثانية أصيبت بنوبة شديدة من القلق والتوتر .

تعالوا بقي ننتقل لمشهد آخر ، ونشوف فيه وضع البنت الابنة لوجين بقى عامل إزاي بعد وفاة والدتها .....

البنت (لوجين) بعد ما شافت مامتها وهي متشالة على الأكتاف ، وملفوفة في الكفن ، وشافتها وهي بتنزل قبرها ، والناس كلها ملمومين حواليها بيدعولها بالرحمة ، انتابتها حالة من البكاء الهستيري والصراخ .....

بعد ما خلصوا الدفنة والعزاء ورجعوا البيت ، لوجين بدأت تدخل في نوبة اكتئاب حاد ، وبدأت تقفل على نفسها الأوضة ، ورافضة الأكل والشرب تماما وعياط مستمر ، ورافضة تروح شغلها ، شبه رافضة الحياة يعني ، وكمان من الحاجات اللي زودت الحالة عندها إنها كان عندها تأنيب ضمير رهيب على طريقة تعاملها مع مامتها في بعض الأحيان ، والمشاكل اللي كانت مع مامتها ، والخناقات اللي كانت

بتحصل أحيانا ، وتذكرت كل ده وقعدت تعيط ، وتطلب من مامتها أنها تسامحها .....

تمر الأيام ..... يمر حوالي 4 شهور ..... وبدأت البنت تنزل شغلها ، وفي يوم من الأيام وهي راجعة من الشغل بتخبط على الباب علشان باباها يفتحلها لكن الأب مفتحش لفترة طويلة ، وهي كانت ناسية المفاتيح ، فاضطرت تكسر الباب وهنا وجدت المفاجئة ؛ والدها واقع على الأرض في المطبخ ، ومغمى عليه ، وفاقد الوعي تماما ، طبعا البنت انهارت وطلبت الإسعاف بسرعة ، تأتي الإسعاف بعد ساعة لتبلغها بالخبر المشئوم بأن الأب مات .

بعد التشريح للجثة لمعرفة سبب الوفاة ؛ لاستخراج تصريح الدفن ، وجد أن سبب الوفاة هو استنشاق كمية كبيرة من الغازات السامة الخارجة من السخان ، مما أدى إلى هبوط حاد في الدورة الدموية .....

يا إلهي ! ده البنت لسه مفاقتش من صدمة وفاة والدتها ، تجيلها صدمة تانية وباباها يتوفى ..... بجد ربنا يكون في عون البنت ..... الابن محمود مسافر ، وعايش وشغال برة في الكويت .....

طبعا البنت بعد وفاة الأب والأم وسفر الأخ أصبحت قاعدة لوحدها .....

البنت لوجين ـ طبعا ـ مع القعدة لوحدها زادت عليها حالة الاكتئاب ، وبدأت تجيلها كوابيس وأحلام مزعجة بالليل ، وبقى عندها وسواس إنها هتموت وهي لوحدها كده ، ومحدش هيكتشف موتها غير بعد ما ريحتها تطلع وتعفن ....

لوجين بعد فترة من الجلوس لوحدها أصيبت بأعراض اضطراب الهلع (الـpanic disorder) وهي :

1- الخوف والذعر من الموت منفردا .

2- الإحساس الدائم بألم في الصدر .

3- ضيق شديد في التنفس .

4- شعور دائم بالصداع .

5- خفقان بالقلب .

6- شعور بالانهيار الشديد وفقدان السيطرة .

7- الخوف من الإصابة بأزمة قلبية .

8- الشعور بالاختناق .

9- تعرق زائد .

10- غثيان وألم بالمعدة .

11- الإحساس بالدوار والدوخة والإغماء .

تم تشخيصها من قبل طبيب نفسي وتابعت العلاج والحمد لله بدأت تتحسن .....

وفي أثناء علاجها من اضطراب الذعر وبداية تحسنها ، فجأة يظهر في حياتها شاب تتعرف عليه عن طريق الانترنت اسمه خالد ....

لحسن حظها إن خالد كان شاب صالح وتعرف عليها ، وعرف كل ظروفها ، وقرر إنه يتزوجها ، وصدق في وعده معها أول ما أخوها نزل إجازة وتمت الخطبة ....

خالد شغال صيدلي وفاتح صيدلية باسمه وميسور الحال ....

خالد شاب صالح ولكنه في نفس الوقت فرفوش ....

خالد والده و والدته توفوا ، وتركوا له أخت صغيرة عمرها 5 سنوات ....

خالد ولوجين ارتبطوا ببعض عاطفيا جدا ، وحبوا بعض جدا ، وكانوا بيخرجوا مع بعض كتير ، وحياة لوجين اتملت بوجود خالد في حياتها ، ولوجين عوضت خالد عن وفاة والدته وإحساسه بالوحدة ، وبدأت تعمل لهم الأكل في أوقات كتيرة .....

نزل محمود أخوها من شغله في الكويت إجازة تانية وتم الزواج السعيد ، وعلشان لوجين بنت أصول وافقت أن أخت خالد الصغيرة تقيم معهم ، وكانت بترعاها وتعطف عليها كبنتها تماما ...

لوجين وخالد قعدوا في الأول 10 سنوات بدون إنجاب ؛ بسبب مشاكل عندهم هما الاثنين ، وكان الدكاترة خلاص فقدوا الأمل وقالوا لهم خلاص مش هيكون فيه إنجاب ، لكن بعد ما الدكاترة قالوا لهم كده ب 6 شهور لوجين حملت وفي توأم كمان .

زي ما أنتم شايفين من القصة يا حبايبي إن الحمد لله لوجين بفضل الله ـ عز وجل ـ ثم بتقواها وصلاحها والعلاج مع طبيب ماهر ربنا رزقها بخالد الشاب الصالح وتزوجوا ، وعاشوا سعداء مع بعض ، وشفيت تماما من مرضها .....

تمت بحمد الله

الآهة الثالثة :

الرهاب الاجتماعي

أنا والمرآة

تتحدث هذه القصة عن مرض الرهاب الاجتماعي .

الرهاب أو الخوف الاجتماعي هو أحد أنواع اضطرابات القلق ،

ويجني المصاب به الكثير من الويلات ، ويدمر حياته الاجتماعية

تماما ....

ولكي يتضح ذلك خلونا ناخد مثال حي وعملي .....

بطل قصتنا النهارده اسمه محمود ، ووالده اسمه عادل ، ووالدته

اسمها هناء .....

محمود عنده 23 سنة ، وعادل عمره 65 سنة ، وهناء 58 سنة .

محمود معيد بكلية الصيدلة ....

عادل أستاذ بكلية الزراعة جامعة الإسكندرية ....

هناء أستاذة بكلية العلوم جامعة الإسكندرية ....

تبدأ قصة بطلنا محمود منذ الطفولة .....

الأب (عادل) والأم (هناء) كانوا مسافرين إعارة للسعودية ،

ومحمود اتولد هناك وقعدوا لحد ما بقى محمود عنده 17 سنة ،

يعني لحد ما خلص الثانوية العامة من السعودية .....

محمود كان ولد وحيد على بنتين ، وكانت تربيته منغلقة جدا جدا ،

ومفيش أي احتكاك بالبشر إلا فيما ندر، حتى لما كان بينزل إجازات

مكانش فيه اختلاط غير بأبناء العمومة ، وأبناء الأخوال ، وفي

نطاق محدود .....

الأب عادل كان من صغره مش اجتماعي ، ومالوش صداقات كتير ،

لكن الأم هناء كانت منفتحة واجتماعية ، والولاد كلهم خدوا من

باباهم الانغلاق وعدم الاجتماعية ، وأصيبوا جميعا في الكبر بمرض

الرهاب الاجتماعي ....

محمود نتيجة التربية المنغلقة وعوامل الوراثة من والده مصاب بالرهاب الاجتماعي ، ومبيعرفش يتصرف في أبسط المواقف .....

محمود جاب مجموع ممتاز في الثانوية العامة ، ودخل كلية الصيدلة ، وفجأة وجد نفسه مضطرا للتعامل مع مجتمع الكلية المنفتح ، ومجتمع أصدقاء الكلية ، لكنه واجه صعوبة شديدة في ذلك ، ومكانش بيعرف يتكلم وأصدقاؤه قليلين جدا ، ومكانش بيعرف يتعامل مع الجنس الآخر نهائيا ، وأخذ كمية تريقة من كل دفعته إلا القلة القليلة منهم ؛ بسبب عزلته ، وعدم اختلاطه ، وبسبب عدم معرفة التعامل مع الجنس الآخر .....

محمود كان مستواه في الشفوي ضعيف ، خاصة في أول سنتين ، إلا أنه كان مستواه في النظري والعملي ممتاز ، ولكن تحسن مستواه في الشفوي في باقي السنين .

وحصل في النهاية على تقدير عام امتياز مع مرتبة الشرف ، وكان ترتيبه الثالث على الدفعة ، وتم تعيينه معيدا، وهنا كانت الطامة الكبرى حيث إنه مطالب أن يشرح لدفعة لا تقل عن 600 طالب كل سنة ، ويكون متحدث لبق ، ويمتحن الطلبة شفوي ....

طبعا أول سنة في تعيينه معيد كان مستواه في الشرح ضعيف ، و بيتهته ، ومش عارف خالص يتعامل مع الموقف ، لدرجة إنه كاد أن يفصل من وظيفته ، فذهب مضطرا إلى أحد المعالجين النفسيين والأطباء النفسيين وبدأوا معه كورس علاج دوائي وسلوكي مكثف ، وكان من ضمن التطبيقات اللي طلبوها منه أن يقف يشرح لنفسه أمام المرآة ، ويتخيل نفسه أمام الطلاب ، ويحاول جاهدا أن يشرح دون تهتهه وقالوا له : أنت قادر أن تنجح في هذا التمرين ، وإذا نجحت في هذا التمرين فستنجح على أرض الواقع في الشرح للطلاب دون تهتهه ؛ فالعقل والمخ البشري لا يفرق بين الحقيقة

والخيال ، وأيضا بدأوا يطلبون منه مهام لزيادة ثقته بنفسه إلى أن تحسن تماما في خلال 6 أشهر ، وتخطى الموقف بنجاح ، وبدأ يشرح للطلاب بتمكن ، بل وبدأ يعطي كورسات خارجية للطلبة بمجموعات كبيرة دون تهتهه ، بل وبكل تمكن ، ثم سلك طريق البحث العلمي في الكلية ، وتميز فيه ، وترقى في السلم الوظيفي إلى أن وصل الآن لدرجة الأستاذية ، وهو في سن صغيرة نسبيا حيث كان عمره وهو أستاذ 40 عاما .

تمت بحمد الله

الآهة الرابعة :

اضطراب الشخصية الحدية

التحدي الكبير

تتحدث هذه القصة عن اضطراب الشخصية الحدية .

اضطراب الشخصية الحدية هو أحد الأمراض النفسية واضطرابات الشخصية النادر الحدوث وغير المنتشر؛ فنسبة انتشاره تتراوح بين 0.5 – 1%.....

ومريض اضطراب الشخصية الحدية حياته الأسرية ، والشخصية ، والاجتماعية مدمرة تماما .....

سأضرب لكم مثالا حيًّا عن هذا المرض (الاضطراب) ؛ حتي يتبين لكم أعراضه وكيف أنه يدمر حياة الشخص المصاب به ، وهي قصة حقيقية لأحد أصدقائي الأعزاء (شفاه الله وعافاه) .

تدور أحداث القصة في مدينة الإسكندرية ....

بطل القصة هو الشاب شادي ، ووالده سيد ، ووالدته رنا .....

شادي عمره الآن 35 سنة ....

شادي من صغره وهو ضعيف الشخصية ، وعنده مشاكل أسرية أثرت على نفسيته وعلى شخصيته ....

شادي كان ـ ومازال ـ حتى الآن مصاب بفرط الحركة ونقص الانتباه (ADHD) فهو منذ صغره وتركيزه ضعيف ، وبالتالي درجاته الدراسية ضعيفة وسيئة .....

والد شادي كان يعمل ضابطا في الجيش ، وكان شديد الطباع ، فكان يتعامل مع المنزل وكأنه ثكنة عسكرية ، ومن بالمنزل من زوجة وأولاد كأنهم جنود تحت إمرته وطوعه ، ولا مجال عنده لمخالفة الأوامر والنواهي ....

شادي نتيجة إصابته بفرط الحركة كان مشتت الانتباه ، فكان شقي جدا في صغره ، وعنيد جدا ، وضعيف دراسيا ، برغم أن أهله لم يقصروا معه في الذهاب به إلى أحسن المدارس والمدرسين ، إلا أنه كانت درجاته سيئة ، ونتيجة الفقر وقلة الفهم والإدراك والوعي من الوالدين بحالة ابنهم لم يذهبوا به إلى الأطباء ليعالجوه ، ولكن كان الأب والأم ينتهجان منهجا غير تربوي وغير صحيح في التعامل مع ابنهم شادي ، فكانوا دائما يضربونه ويشتمونه بأفظع الشتائم ، وينعتونه بالفاشل والغبي حتى قلت درجاته الدراسية جدا ، وازداد وضعه الدراسي سوءا ، وأصبح عصبيا مثلهم ، ونفسيا هشًّا ومكسورًا .....

كان شادي منذ صغره نتيجة إصابته بفرط الحركة ونقص الانتباه غير منظم ، ومهملا في كل أشيائه ، وكانوا دائما يضربونه على الإهمال وعدم التنظيم ، وكان الوالدان من صفاتهم الغلظة ، وحدة الطباع ، والعصبية الزائدة ، والضرب والشتم في كل شيء ، ولا مجال للخطأ .....

شادي من صغره وهو طفل حساس جدا ، وعصبي كطبع موروث ومكتسب من الأبوين .....

نتيجة أن شادي طفل حساس جدا وعصبي أيضا ، ونتيجة معاملة والديه له بطريقة عنيفة أصيب شادي بالاكتئاب الحاد منذ أن كان عمره 10 سنوات ، وأصيب أيضا بالتبول اللاإرادي حتى سن 17 سنة ، وأصيب أيضا بنقص حاد في ثقته بنفسه ....

ومنذ كان عمر شادي 10 سنوات وعلامات الاكتئاب بدأت تظهر عليه بشدة ، حيث زادت عصبيته ، وازداد إهماله لمظهره ولنظافته الشخصية ، وكان منعزلا تماما عن والديه ، وليس لديه أصدقاء ، ولا يلعب مع مَنْ في سنِّه ، إلى أن تمكن منه الاكتئاب في سن 15 سنة .....

شادي من ضمن الأشياء اللي أثرت في بناء شخصيته هو إصابته بمرض في الغدد، أثّر على بلوغه فلم يبلغ حتى سن 18 سنة ، وأيضا ظاهرة التنمر من أصدقائه عليه.....

حينما بلغ شادي سن 18 سنة ، وهو في السنة الثانية من الكلية ، اشتعلت لديه الهرمونات الذكرية ؛ بسبب الحقن والهرمونات التي عولج بها حتى يبلغ ، فابتلي بإدمان المواقع الإباحية والعادة السرية ، وحينما علم والده ووالدته بهذا الأمر تعاملوا معه بنوع من العنف والضرب والشتيمة والتهزيق ، مما زاد الطين بلة وازدادت نفسية شادي سوءا وهشاشة وضعفا ، واتجه أيضا لمصاحبة البنات في الكلية ؛ مما أثّر على مستواه الدراسي بالسلب ، ورسب سنتين في الكلية ، ونتيجة لذلك كله توترت العلاقة بين شادي ووالديه ، لدرجة أنه في أحد المرات وشادي في السنة الرابعة طرده والده خارج المنزل ، واضطر شادي أن يبيت مع أصدقائه لمدة 10 أيام .....

بدأ شادي في ذلك السن أيضا ـ نتيجة أصدقاء السوء ـ في الانخراط في سكة الإدمان والمخدرات .....

نتيجة إصابة شادي بفرط الشهوة تورط في علاقات غير شرعية مع بنات كُثُر .....

كان شادي منذ صغره يعبر عن غضبه بالتكسير ، وأيضا بالعض وخربشة نفسه ، وبدأت معه عادة العض والخربشة منذ أن كان عمره 10 سنوات ، ومستمرة معه حتى الآن .....

والد شادي ووالدته كانا دائما ما يحقران من شأنه، ويلومانه أمام كل الأصدقاء والأقارب ، وكانا لا يعطيانه حرية التعبير عن رأيه في أي شيء حتى عن نفسه ، وكان عندهما تسلط شديد ضده ، وهذا ـ بالطبع ـ أضعف ثقته بنفسه .

ومن ضمن صفات شادي أنه مسرف في الأكل والشرب ، ومتهور في قيادة السيارات ، وعلاقته بربه سيئة ؛ فلا يصلي إلا صلاة الجمعة فقط .....

شادي منذ صغره يعاني من حرمان عاطفي ؛ فكان أبواه لا يقبلانه ولا يحتضنانه إلا نادرا ، وكان ذلك أحد الأسباب التي تفسر اتجاهه

نحو مصاحبة البنات بشراهة بحثا عن الحب والعطف والحنان ؛

ولإثبات ذاته أنه محبوب .....

شادي منذ صغره وهو متميز في السباحة وألعاب القوى .....

وعندما بلغ شادى عمر 25 عاما بدأ يحاول الارتباط ، ولكنه في كل مرة يفشل ويفسخ الخطبة ، حيث خطب 5 مرات وتزوج وطلّق .

شادي يعاني من فرط العاطفة ، ولا يستطيع التحكم فيها فدائما ما تقوده مشاعره .

شادي شخص مغامر ، وغير عقلاني ، وتفكيره غير ناضج .

ظل شادي بكل هذا التخبط في حياته في كافة المجالات كما ترون ـ إلى أن أقنعته بعد جهد جهيد مني أن نذهب سويا لطبيب نفسي ؛ ليعالج كل هذا التخبط في كافة مجالات حياته ، وذهبنا سويا للدكتور أحمد المصري وبدأ يحكي له كل تفاصيل حياته على مدار 5 جلسات

، فأعطاه الطبيب حقنا تسمى انفيجا سيستانا تركيز 150ملجم لعلاج الاكتئاب والاندفاعية ، وبدأ معه علاجا معرفيا سلوكيا مكثفا هو والمعالِجة التي تعمل تحت يديه الدكتورة شيماء جاد الله ، وأول ما طلبوه من شادي هو القراءة عن مرضه الذي هو اضطراب الشخصية الحدية ، ثم بدأوا بالتدرج يتعرضون لمشاكله ويحلونها سويا حلولا منطقية .....

استمر شادي على الحقن لمدة سنة ، وبعد انتهاء السنة اختفت بفضل الله ـ أعراض الاكتئاب ، وبدأت الاندفاعية تقل بصورة نسبية ، وبدأوا يضعون لشادي أهدافا صغيرة وكبيرة ، ونجح شادي في تحقيقها بفضل الله ، واستمر العلاج المعرفي السلوكي بعد ذلك لمدة 4 سنوات إلى أن أصبح عمره 40 سنة ، ولكنه متمرس ومتميز في السباحة ، لاعبا ومدربا، وكوتش في الجيمات العالمية ، وحياته ـ والحمد لله ـ انضبطت كتيرا في كل الجوانب والمجالات ، وتزوج

ونجح في زواجه وأنجب عمر وخديجة ، وأصبح شخصا ناجحا في كل مجالات حياته وانتصر في النهاية على نفسه وعلى ذلك المرض اللعين .....

تمت بحمد الله

الآهة الخامسة :

الآلزهايمر (الزهايمر)

النسيان وعمايله

تتحدث هذه القصة عن مرض الزهايمر.

مرض الزهايمر من أكثر الأمراض المنتشرة بقوة في فترة ومرحلة الشيخوخة ؛ فتتراوح نسبته في الفئة العمرية من 65 – 80 سنة في حدود 5% وفوق ال85 سنة تصل إلى 50% .

في بعض الأحيان يصيب الزهايمر الفئة العمرية الأقل من 60 سنة ولكن بصفة نادرة .

الزهايمر يطلق عليه أيضا مصطلح الخرف الكلي .

من أحد أسباب الإصابة بمرض الزهايمر هو الحوادث ، وخبطات الدماغ وتغير في بعض البروتينات الموجودة داخل مخ الإنسان ، والوراثة ، وارتفاع ضغط الدم ، والكوليسترول ، وأمراض الأوعية الدموية .

يصيب النساء عادة أكثر من الرجال بنسبة الضعف .

قصتنا النهاردة بطلها شاب عمره 47 سنة ، يسكن في مدينة القاهرة لكن أصوله من مدينة الإسكندرية ، يعمل مبرمج كمبيوتر

في إحدى أكبر الشركات الخاصة بالبرمجة على مستوى مصر والعالم ....

بطلنا ده مصاب بالزهايمر ، خلونا نشوف مع بعض قصته وازاي جاله الزهايمر.....

بطلنا اسمه خالد .....

خالد نشأ في أسرة متوسطة الحال ، أبوه مدرس جغرافيا ، وأمه موظفة في شركة الكهرباء في مدينة الإسكندرية .....

خالد ولد وحيد على بنتين ، وهو الكبير .....

خالد طول عمره شاب مجتهد في دراسته ، وكان من المتفوقين والأوائل دايما على مستوى المحافظة ، حصل خالد في الثانوية العامة على مجموع 96% ، وكان علمي رياضة ، وكان متاح إنه يدخل كلية هندسة ، لكنه قرر إنه يدخل كلية حاسبات ومعلومات ؛ لأنه من صغره متميز في الكمبيوتر وبيحبه ، وكان مِن صُغْره بيحلم يكون مبرمج ومهندس كمبيوتر متميز .....

استمر خالد ينتقل بين شركات البرمجة إلى أن وصل للعمل في شركة سيمنز وهو في عمر 35 سنة ، وكان متميز جدا في شغله .....

تزوج خالد من فتاة زميلة له في العمل وهو في عمر 37 عام ، واستقر في القاهرة نظرا لظروف عمله .....

تعرض خالد بعد زواجه بسنة للإصابة بجلطة عميقة في أوردة اليد اليمنى ، ثم أصيب بعدها بفترة بجلطة أخرى في الأوردة العميقة في الرجل اليسرى ، ودخل على إثرها المستشفى ، وتم اكتشاف إنه مريض بتجلط الدم ، والأوعية الدموية لا تعمل بكفاءة حيث إن تحليل Factor 5 lieden إيجابي ، وتحليل Mther gene mutation إيجابي ، وتم إعطاؤه دواء يسمى زاليرتو 20ملجم (Xalerto 20 mg) قرص يوميا ، يستمر عليه مدى الحياة ؛ حتى لا يتعرض للجلطات مرة أخرى .....

استمر خالد على الدواء ، ولكن بعد سنتين وتحت ضغوط العمل والحياة وهو في عمر 43 سنة تعرض لجلطة بالمخ وشفي منها ، لكن بقي لها بعض الآثار ؛ حيث أثرت على الرِّجْل اليمنى التي

أصبحت ثقيلة نوعا ما ، وأصبح يزك بها وأثرت على عمل الأوعية الدموية الدقيقة بالمخ ، بحيث أصبحت لا تعمل بكفاءة وضعيفة ، وأثرت على الذاكرة بشكل جزئي حيث أصبح بعدها ينسى بعض الشيء وتركيزه ضعيف .....

مع مرور الزمن ازداد النسيان شيئا فشيئا إلى أن أصبح ينسى بعض أوامر البرمجة في مجال عمله ، وانخفض مستواه المهني .....

وفي يوم 2017 /2/20م كان ذاهبا من القاهرة إلى الإسكندرية لزيارة أهله في الإسكندرية ، ولكنه تعرض لحادث سيارة فظيع وبشع ؛ حيث انقلبت به السيارة وهو مسرع على سرعة 150كم/ساعة ، وحدث له فقدان مؤقت للذاكرة ، وكسر في قاع الجمجمة ، وارتجاج بالمخ ، ودخل في غيبوبة استمرت 3 أسابيع ، أعقبها وجود تشنجات ونسيان شديد في الذاكرة ، وبعد شهر

ونصف خرج من المستشفى ولكن الذاكرة والتشنجات لم تعالج بشكل كامل .....

تمت إقالته من شركة سيمنز ؛ نظرا لسوء حالته الصحية ؛ ولضعف مستواه المهني في الفترة الأخيرة قبل الحادث .....

بعد أن تم فصله من العمل أصيب بنوبة من الاكتئاب الشديد والعزلة الشديدة وبدأت شيئا فشيئا القدرات الذهنية والكلامية تتأثر بالسلب ، فذهبوا به إلى أطباء المخ والأعصاب الذين قرروا أنه مصاب بمرض الزهايمر .....

أصيب خالد بمرض الزهايمر عن عمر 47 عام .....

من ضمن الأعراض التي أصيب بها خالد في مرضه الزهايمر هو أنه في أواخر فترة مرضه فقد الذاكرة كليا ، وحدث له تيه في الزمان والمكان ، وفقد القدرة على الاعتناء بنفسه تماما ، وتدهورت كافة القدرات الذهنية ، وأصيب بالاكتئاب ، وأصبح يكرر

الكلام ، واختلت موازين حكمه على الأمور ، وأصبح يلبس ملابس الصيف في الشتاء والعكس ، وأصبح يضع المفاتيح في الثلاجة وأصبح لا يستطيع أن يكوّن جملة مفيدة ، وفُقد من أهله لمدة أسبوعين إلى أن عثرت عليه الشرطة وسلمته لهم .....الخ

من أهم أسباب إصابة خالد بمرض الزهايمر هو مرض الأوعية الدموية ومشاكل التجلط ، والحادثة ، وخبطات الدماغ ، وآثار الجلطة ، وأيضا يوجد عامل وراثي حيث إن جده لوالده وعمه ماتا بالزهايمر .....

استمر خالد يصارع المرض إلى أن توفي في 16/12/ 2019 بعد صراع دام سنتين مع المرض .....

تمت بحمد الله

الآهة السادسة :

الوسواس القهري

آه من الكورونا وعمايلها

قصتنا النهاردة تتحدث عن مرض من أشهر الأمراض النفسية ؛ وهو مرض الوسواس القهري (OCD) .....

تدور أحداث القصة في مدينة الإسكندرية .....

قصتنا النهاردة أبطالها طبيبة نساء تعمل في إحدى أكبر وأعرق المستشفيات الحكومية تسمى هند ، وزوجها أستاذ جامعي بكلية التجارة اسمه أمجد ....

هذه القصة تتحدث عن وباء الكورونا وما سبَّبَه للناس من ذعر ورعب ، وما سبَّبه للناس من اضطراب الوسواس القهري ....

هند طبيبة أمراض نساء في إحدى المستشفيات الكبرى العريقة بالإسكندرية ومع بداية زمن الكورونا تم اكتشاف حالتين كورونا إيجابي في المستشفى التي تعمل بها ، وتم غلقها وتعقيمها لمدة 14 يوما ثم استأنفت العمل .....

هند حامل في الشهر الثالث في أول طفل لها ، عندما سمع زوجها باستئناف العمل في المستشفى مرة ثانية دبت المشاكل بينهما ؛ حيث منعها من الذهاب للمستشفى ؛ خوفا على صحتها ، وخوفا

على حملها ، وفي نفس الوقت هي مطالبة بالذهاب للمستشفى لأداء عملها ؛ فهي تعمل في عمل حكومي وليس خاص ومديرتها مانعة الإجازات ، لذلك حدثت مشاكل قوية بينها وبين مديرتها في عملها وبينها وبين زوجها ، لدرجة أنها كادت أن تفصل من عملها ، وزوجها مصر على عدم نزولها برغم أنها قالت له : سأتخذ كل الإجراءات الاحترازية ، وهو رأسه وألف سيف أنها لن تذهب للمستشفى، وظل الأمر هكذا إلى أن تصرفت في واسطة لمدير إدارة المستشفيات الحكومية وتم منحها إجازة .....

دعنا ننتقل لمشهد آخر وهو مشهد الزوج .....

الزوج من قبل كورونا وهو موسوس حبتين ، فلما جت الكورونا الوسوسة زادت جدا ، وبقى طول اليوم ليلا ونهارا بيغسل إيده بالماء ، والصابون ، والكحول والمطهرات ، لدرجة إنه جاله مرض جلدي من كثرة استخدام المطهرات ، ومنع التعامل مع كافة البشر نهائيا ، وانعزل تماما عن كل الناس ، وتعطلت مصالحه ومصالح المنزل ، وكان لا ينزل إلا للبقال ، أوالخضري، أوالفكهاني ، وللضرورة القصوى ....

من كثرة وسوسته أنه كان مريضا ، وعنده أعراض قلبية في يوم من الأيام ورفض الذهاب للمستشفى ؛ ظنا منه أنه سينتقل له عدوى عن طريق المستشفى وظل مريضا لمدة أسبوع ، إلى أن خفت الأعراض تدريجيا بعد استشارة طبيب تليفونيا .....

ومن ضمن وسوسة هذا الزوج ـ أيضا ـ أنه في بداية ظهور الكورونا كان مريضا وذهب لعمل التحاليل اللازمة في معمل ما ، وبعد ذلك تم اكتشاف حالة كورونا إيجابية لأحد أطباء المعمل ، فقام بحرق الورقة التي بها نتيجة التحاليل ، ومنع زوجته من لمسها نهائيا أثناء تنظيف المنزل ؛ خشية أن ينتقل لها الفيروس من الورقة عن طريق اللمس .

وبالرغم من كل هذه الإجراءات الاحترازية الشديدة ، والخوف والهلع الشديد ، إلا أنه أصيب وهو وزوجته بهذا الوباء اللعين ، ولكن ـ بحمد الله ـ شفوا منه فالحذر لا يمنع القدر.

تمت بحمد الله تعالى

سيرة ذاتية

الاسم : محمد العيسوي محمد الذهبي
السن : 34 سنة
تاريخ الميلاد : 29/10/ 1986
المؤهل : ليسانس آداب – قسم وثائق ومكتبات – جامعة الإسكندرية –دفعة 2007
الوظيفة : أخصائي وثائق ومكتبات – معهد الدراسات العليا والبحوث – جامعة الإسكندرية
مكان السكن : الإسكندرية – سموحة
الأعمال السابقة : كتاب بعنوان "عواصف المراهقة:استغاثة"

الخبرات :

1-) دبلومة صحة نفسية .
2-) دبلومة إرشاد نفسي وأسري .
3-) عضو اتحاد كتاب مصر .
4-) عدد "2" دبلومة تنمية بشرية .
5-) مدرب معتمد تنمية بشرية .
6-) الظهور في القناة الخامسة الخاصة بالإسكندرية .
7-) الاطلاع على العديد من الكتب النفسية .
8-) حضور العديد من الندوات الخاصة بعلم النفس والصحة النفسية .
9-) إلقاء ندوة بعنوان "المراهقة ومشاكلها" على برنامج الزووم .

للتواصل :

Facebook: ML Agr
Facebook page: المراهقة الذهبية جديد

YouTubeChanel:http://www.youtube.com/chanel/UCaHU7LJ7PZENHi61DxT0C0w

باسم محمد الذهبي

البحث في اليوتيوب بعناوين الفيديوهات الآتية :

1.أسس تعديل أي سلوك خاطئ

2.أسس تعديل أي سلوك خاطئ

صنم ووهم كليات القمة

تسلط الوالدين على الأبناء.ج1

ت/ 01010206097- 01280123808

مع تحيات دار الحسيني للطباعة والنشر والتوزيع

رئيس مجلس الإدارة

عبد القادر الحسيني

المشرف العام

محمد عبد القادر الحسيني

المدير العام

عصام عبد القادر

نائب المدير

حسام الدين عبد القادر الحسيني

الهيئة الاستشارية للدار

الدكتور حسام عقل الدكتور على جاد الحق

الدكتورلطفى سيد صالح الدكتور بسيم عبد العظيم

الشاعر عادل عبدالموجود