

الكثير من العمليات الجراحية لا يفيد إلا قليلاً مقارنة بما ينجم من مشكلات، أما التحاليل الطبية التي يحرص البعض على القيام بها بانتظام فإنها غالباً ما تكون متناقضة وغير دقيقة والدواء تفوق الآثار الجانبية له كل ما نتوقه منه من فوائد ! إن هذه ليست دعوة إلى إهمال المسن لصحته لكنها في الواقع دعوة إلى نبذ المخاوف التي يفوق تأثيرها كل الأمراض، إذن علينا جميعاً أن ندع القلق ونستمتع بالحياة دون خوف .

إن بإمكاننا أن نهين لأنفسنا جواً ملائماً وحياة تملوها الهدوء والسلام النفسي حتى وإن لم تكن كل الظروف موالية للسعادة لا يمكن أن تأتي إلينا من الخارج لكنها موجودة في داخلنا ومن حولنا وكل ما علينا هو أن نتلمس أسبابها ونحب الحياة ونتمسك بها حتى آخر لحظات العمر .

### الشيخوخة من منظور إسلامي:

لعل أبلغ وأدق تعبير على الإطلاق عما يحدث للإنسان في الشيخوخة هو ما ورد في سورة العصر:

﴿وَالْعَصْرِ ۝١ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكْفُورٌ ۝٢ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا

الصَّالِحَاتِ وَوَوَّاصُوا بِالْحَقِّ وَوُؤَاصُوا بِالصَّبْرِ﴾ [سورة العصر: ١-٣]

وهي أقصر سور القرآن الكريم ، " إن الإنسان لفسى خسر " تعبير عن حال الإنسان منا يبدو أكثر ما يكون في الشيخوخة ومنذ خلق الإنسان حتى قبل أن يولد فإن كل يوم يمضى يقترّب به نحو نهايته المنتظرة في هذه الدنيا ليتقل من دار الأعمال إلى دار الحساب ولقد ذكرنا في موضع سابق بأن الشيخوخة تظهر فيها نتائج الخسارة بمختلف جوانبها ، فالمرء في الشيخوخة قد خسر الكثير من صحته وقوته ، وتناقص أو تنعدم فرصة في الكسب المادي ويخسر ما يملك من أموال كما يخسر نفوذه وتأثيره على الآخرين الذين يأخذون في الانقراض من حوله ، وهذا ما تؤكد الآية الكريمة التي تلت قسم الله سبحانه وتعالى بالعصر أو الوقت ، وقد ذكر أحد المفسرين أن الله سبحانه وتعالى لو لم ينزل سوى سورة "العصر" هذه لكانت كافية لتبلغ الناس رسالة كاملة .

ورسالة الإسلام - ذلك الدين القيم - في شمولها تتضمن كل ما يتعلق بحياة الإنسان وتبين له بوضوح الدستور الذي يعود إليه في كل ما يخص دينه ودينه ، فليس غريباً إذن أن نعود إلى تعاليم الدين في بحثنا عن حلول للمشكلة التي تناولناها في هذا الكتاب حول الشيخوخة ففيه دائماً حل لكل ما يعسdfنا من مشكلات فالإسلام دين حياة ، والمنظور الإسلامي لموضوع الشيخوخة يتضمن الحل لبعض الاعتبارات الأخلاقية التي يدور حولها الجدل في المجتمعات

الغريبة في عصرنا الحديث ، كما أنه يتضمن وصفاً دقيقاً لحال الإنسان منذ خلقه وحتى عودته إلى أرواح العمر قبل أن يلقى ربه ، وهناك أيضاً من المنظور الإسلامي سبباً للوقاية والعلاج لمشكلات الشيخوخة ، وسنحاول فيما يلي تقديم بعض هذه الجوانب بإيجاز.

إن المنظور الإسلامي لموضوع الشيخوخة وما يتعلق بها من حالة الضعف والوهن التي تصيب الناس مع تقدم السن قد تضمن الحل لكثير من الاعتبارات الأخلاقية التي يدور بشأنها الجدل في المجتمعات الغربية وكمثال لإحدى القضايا الساخنة التي تشغل الكثير من الدوائر الصحية والقانونية والاجتماعية هناك مسألة القتل للشقة التي يقوم بموجبها الأطباء لمساعدة المرضى الذين يعانون من حالات ميثوس من شفائها على التخلص من حياتهم ، وأي كانت الدوافع فهي عملية قتل تحت ستار الإشفاق على المريض من المعاناة وهناك من يؤيد ذلك في الغرب بل هناك من يقوم به فعلاً وبالطبع فإن موقف الدين الإسلامي واضح في هذا الموضوع فالله سبحانه وتعالى هو الذي وهبنا الحياة ولا يملك أي إنسان أن يضع حداً لها تحت أي ظرف مهما كان المبرر ، كما أن مشكلة الانتحار التي تشكل واحدة من أهم مشكلات كبار السن في المجتمعات الغربية حيث تزيد نسبة حدوثه مع تقدم السن وزيادة المعاناة من العزلة والاكتئاب فيقدم المسن على وضع حد لحياته ليتخلص من معاناته ، هذه المشكلة التي

صارت أحد أهم أسباب الوفاة في كثير من المجتمعات الغربية لا وجود لها تقريباً في المجتمع الإسلامي حيث أن موقف الدين من قتل النفس معروف للجميع كما أن تعاليم الدين التي تحث المؤمن على الصبر وتعدده بالأجر في الآخرة تحول تماماً دون تفكيره في التخلص من حياته أو إقدامه على هذا الفعل.

ومن الاعتبارات الهامة التي نجد حلها في المنظور الإسلامي مسألة رعاية المسنين، وهذه المسألة تشكل عبئاً على السلطات الرسمية في الدول الغربية، ورغم ما يتوفر لهم من سبل الرعاية الطبية والاجتماعية إلا أن قضايا هامة تتعلق بالذين يقومون برعاية المسنين هناك، والإنفاق على بنود خدمة المسنين صحياً واجتماعياً، وما يتعرض له المسنون بانتظام من سوء معاملة وإهمال كلها أمور تشغل بال الدوائر المختلفة، وحل هذه المسألة من وجهة النظر الإسلامية كان فيما تضمنه القرآن الكريم من أوامر واضحة توصي الأبناء برعاية الآباء، **قَالَ تَتَالِي:**

﴿ وَصَّيْنَاكَ أَن تَقْبِلَهُمَا وَإِن يَكُنَا فِي سَفَرٍ فَمَا يَقْتُلَاكَ فَتَمُرَّنَا بِالنَّفْسِ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ عَلَيْكَ أَن تُقْبِلَهَا وَلَا تَنسَى اللَّهَ فَنَسِيكَ يُكْفِرُ مَا قَدَّمْتَهُ لِجَهَنَّمَ فَبِئْسَ مَا كَانُوا يَفْعَلُونَ ﴾

﴿ كَرِيمًا ﴾ [سورة الإسراء: ٢٣]

وقال تعالى :

﴿وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِرِوَالِدَيْهِ حَسَبًا وَوَصَّيْنَاكَ﴾ [سورة العنكبوت: ٨]

وقال تعالى :

﴿وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَلَّتْهُمُ آمَةٌ، وَهَذَا عَلَنَ وَهْنٌ وَفِضْلُهُ، فِي عَامَيْنِ أَنْ

أَشْكُرَ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَى الْمَصِيرِ ﴿١١﴾﴾ [سورة لقمان: ١٤]

ولقد ثبت بم لا يدع أي مجال للشك أن رعاية كبار السن بهذا الأسلوب تحفظ لهم كرامتهم وتوفر لهم السلام النفسي في أيامهم الأخيرة وهذا يفوق كثيراً كل ما تقدمه لهم مجتمعات الغرب من خدمات لم تنجح حتى الآن في توفير السعادة لهم في دور المسنين أو في العزلة التي تؤدي بهم إلى التفكير في الانتحار، ولقد أتيت لي بحكم تواجدي في بريطانيا الإطلاع على بعض من هذه الأمثلة فهناك المرأة العجوز التي تجاوز عمرها التسعين وتعيش بمفردها في الوقت الذي انشغل أولادها بأمورهم وانتقل كل منهم إلى بلدة أخرى، ولما سألتها عن الأوقات التي يقومون فيها بزيارتها قالت أنهم يكتفون بإرسال بطاقة لها بالبريد في أعياد الميلاد! كما أن الكثير من المسنين قد تقطعت صلاتهم بأبنائهم حتى نسوا أسمائهم تقريباً بعد فترة من إقامتهم في دور المسنين بوضعها الذي يدعو إلى الكآبة .

وتتضمن آيات القرآن الكريم وصفاً دقيقاً لحال الإنسان منذ بداية خلقه حتى قبل أن يخرج إلى الحياة ومراحل حياته المختلفة بداية بالطفولة إلى أن يشتد عوده ويبلغ رشده ثم يكتمل نضجه وفي النهاية الشيخوخة التي تشهد التدهور والتناقص الذي يشبه العودة إلى المراحل الأولى من الضعف في التكوين البدني والنفسي وكل القدرات والوظائف، قال تعالى :

﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِن كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِّن رَّبِّكُمْ فَلِمَّا خَلَقْتُمْ مِّن تَرَابٍ ثُمَّ مِّن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِّن عَلَقَةٍ ثُمَّ مِّن مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَعَجْرٍ مُّخَلَّقَةٍ لِّنَبِّئَنَّكُمْ كَيْفَ أَنْشَأَكُمْ وَنُقَرُّكُمْ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِنَّ آجَلَ مُّسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلاً ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَمِنْكُمْ مَّن يُّتَوَفَّى وَمِنْكُمْ مَّن يُرَدُّ إِلَى أَرْدَلِ الْعُمُرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِن بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئاً وَتَرَى الْأَرْضَ هَامِئَةً فَلَمَّا أَنْزَلْنَا عَلَيْهَا الْمَاءَ اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ وَأَلْبَتَتْ مِن كُلِّ وادِّجٍ وَيُهِيجُ ﴿

[سورة الحج: ١-٥]

ولعل تعبير "أردل العمر" الذي ورد في الآية الكريمة كوصف لمرحلة الشيخوخة، والإشارة إلي أن الإنسان "يرد" أي يعود إلي الوراء بتناقص وتدهور حالته لا يتسم فقط بالبلاغة بل أيضاً بالدقة العلمية في وصف أوضاع الإنسان مع تقدم السن، وقد ورد نفس التعبير في موضع آخر من آيات القرآن الكريم في قوله تعالى :

﴿ وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يُرَوِّدُكُمْ إِلَىٰ أَعْيُنِ أَوْلِيَٰكُمْ لَا يَلْعَلْ بَعْدَ عَيْشِكُمْ شَيْئًا ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ ﴿٧٠﴾ ﴾ [سورة النحل: ٧٠]

وقد ورد ذكر ما يصيب الإنسان حين يمتد به العمر من تدهور في حالته ، وتغييرات تحدث في تكوينه وهي التي حاولنا عرض بعض منها في وصف مرحلة الشيخوخة ، **قال تعالى :**

﴿ وَمَنْ نُعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ أَفَلَا يَعْقِلُونَ ﴾ [سورة يس: ٦٨]

وهذا التدهور الذي يصيب الإنسان في الشيخوخة ويكون بمثابة النكوص إلي ما يشبه الحال التي كان عليها من الضعف عند بداية عهده بالحياة ، **وهذا ما تصفه الآية الكريمة :**

﴿ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ ﴿٥٤﴾ ﴾

[سورة الروم: ٥٤]

ويتطرق الوصف إلي بعض تفاصيل مظاهر الشيخوخة كما في ما جاء علي لسان نبي الله زكريا في **الآية الكريمة :**

﴿ قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّي وَاسْتَمَلَ الرَّأْسُ شَيْبًا وَلَمْ أَكُنْ بِدُعَاؤِكَ رَبِّ شَقِيحًا ﴿٤﴾ ﴾ [سورة مريم: ٤]

وحين استجاب الله إلي دعائه وجاءته البشرى وهو في سن  
 متقدم بميلاد ابنه يحيى عليه السلام فلم يكن ذلك أمراً معتاداً ، **تقوم الآية**  
**الكريمة :**

﴿ قَالَ رَبِّ إِنِّي نَكُوتٌ لِّي غُلَامٌ وَكَأَنِّي آمُرُانِي عَافِرًا وَقَدْ بَلَغْتُ مِنَ

الْكِبَرِ عِتِيًّا ﴿٨﴾ [سورة مريم: ٨]

أما المنظور الإسلامي لحل مشكلة الشيخوخة بالوقاية والعلاج  
 فيتمثل في أن الله سبحانه وتعالى حين خلق الإنسان قد وضع له  
 ما يضمن له حياة مستقرة في هذه الدنيا حين يتمسك بتعاليم دينه  
 ويكون مؤمناً قوياً وهنا لن تكون هناك خسارة مهما طال به العمر ..  
 إلا الذين آمنوا وعملوا الصالحات وتواصوا بالحق وتواصوا بالصبر"  
 والطريق إلي ذلك الإيمان القوى هو أن يتعد المرء عن المحرمات حتى  
 يتجنب المشاعر السلبية بالذنب والندم حين يتقدم به السن ويدرك أنه  
 اقترب من نهاية رحلته في الدنيا وعلي المؤمن القبول بأمر الله تعالى  
 بنفس مطمئنة حتى ينعم بالسلام النفسي ، كما أن عليه أن يعمل  
 وهو في مرحلة القوة والشباب علي أن يكون موفور الصحة والقوة  
 حتى يظل في حالة من العافية حين يستقبل الشيخوخة ، وهذا ما جاء  
 في الأحاديث الشريفة عن سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم " المؤمن القوى خير  
 وأحب إلي الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير " وفي أمره في حديث

شريف : " اغتم شبابك قبل هرمك " ، هذا عن الوقاية أما بالنسبة لحل مشكلة الشيخوخة برعاية من يتقدم به العمر ففي التوصية التي وردت في آيات القرآن الكريم برعاية الآباء والأمهات حين يتقدم بهم السن وعدم الإقدام علي أي عمل أو قول يسبب لهم التأذي وهذا التكريم هو ما يليق بما قدموه لنا حين قاموا بتربيتنا والعناية بنا في الصغر .

إن المنظور الإسلامي لما يتعلق بقضايا الشيخوخة وجوانبها المختلفة لا يقتصر فقط علي ما ذكرنا من نماذج في هذا العرض الموجز لكنه يشتمل علي دعوة إلي التأمل في مسألة الحياة والموت وأعمال الإنسان في الدنيا بصفة عامة والدعوة إلي التأمل والتفكير في هذه الأمور لمزيد من الفهم وأخذ العبرة والعظة بحث عليها ديننا الإسلامي حتى يتمكن الإنسان من القبول بأمر الله ومستته في خلقه سبحانه وتعالى ويحمد الله سبحانه علي كل حال .



## خاتمة..

### ونظرة علي المستقبل

لا أعلم - عزيزي القارئ أي انطباع تكون لديك بعد أن فرغت من قراءة فصول هذا الكتاب الذي احتوى علي عرض لجوانب مختلفة من مشكلات الشيخوخة ، وتضمن الكثير من المعلومات عن النواحي الصحية والنفسية والاجتماعية وكثير من القضايا التي تتعلق بالمسنين وقد حاولنا مناقشة وتوضيح الكثير من الأمور بقدر ما يتسع له حجم ذلك الكتاب الذي قصدنا أن يكون دليلاً بسيطاً للمسنين ومن يقوم علي رعايتهم وقد لا يحتوي علي بعض التفاصيل عن مشكلات بعينها وهذا طبيعي لأننا حرصنا فقط علي التناول الشامل لمسألة الشيخوخة ، كما أنه قد لا يجد فيه القارئ حلاً لبعض المشكلات الطبية أو الاجتماعية الخاصة أو وصف وسائل علاجية لبعض الأمراض ، وهذا ليس غريباً فلم يكن الهدف هو ذكر تفاصيل كل شيء لأن ذلك غير ممكن من الناحية العملية لذا كان كافياً أن نشير الكثير من المسائل ونوجه الدعوة إلي الآخرين للاهتمام بهذه القضايا المتعلقة بالشيخوخة والتأمل في ما يتعلق بها من أمور .

إن الانطباع الذي يفترض أن يتكون لدى من يطالع فصول هذا الكتاب إما أن يكون التشاؤم من المستقبل الذي سوف يشهد تزايداً

هائلاً في إعداد المسنين خصوصاً أولئك الطاعنون في السن مع ما يصاحب ذلك من عجز وأمراض ومشكلات متعددة ، أو التفاؤل بأن التقدم الطبي والعلمي سيكون من شأنه مساعدة الإنسان علي التغلب علي الكثير من أسباب العجز والمرض وإيجاد حل لمشكلات الشيخوخة وسواء كان الانطباع هو التشاؤم أو التفاؤل فإن السنوات القادمة سوف تشهد مع بداية القرن الحادي والعشرين واحد من اثنين من " السيناريوهات " المحتملة .

" والسيناريو " الأول يتضمن ما يدعو إلي التفاؤل حيث أن الاتجاه سوف يكون لزيادة سنوات العمر لسكان العالم في مختلف المجتمعات بصفة عامة ، وسوف يتزامن مع ذلك نجاح الطب في التخلص من الأمراض القاتلة ووضع حلول للمشكلات الصحية الحالية ، كما أن الكثير من المؤثرات الضارة المسببة للمرض سوف يتم القضاء عليها ووقاية الإنسان من الأمراض التي تسبب له العجز في أيام الشيخوخة وهذا معناه أن الناس ستعيش سنوات أطول وهم في صحة جيدة ، ويستمتعون بالعافية حتى آخر عهدهم بالحياة حيث تحدث الوفاة مباشرة بعد أن يمضوا سنوات حياتهم الطويلة مستمتعين بها حتى آخر لحظة حين ينتهي عمرهم " الافتراضي " ، وهذا المستقبل " الوردى " سيكون من شأنه جعل مشكلات الشيخوخة شيئاً من

الماضي ، وبالطبع فإن المتفائلين فقط هم الذين يعتقدون أن الأمور سوف تسيير علي هذا النحو .

أما المتشائمون وهم من المقرطين في الواقعية فإنهم يرون عكس ذلك تماماً، " فالسيناريو الآخر يتضمن نظرة متشائمة إلي التزايد الهائل المتوقع في أعداد المسنين في كل مجتمعات العالم المتقدمة والنامية علي حد سواء كما ينظر بقلق إلي أوضاع الطاعنين في السن الذين سوف تتضاعف أعدادهم مع بداية القرن القادم وفقاً للمؤشرات الإحصائية ، ووجود هذه الأعداد علي قيد الحياة حتى مراحل متأخرة من العمر معناه مزيداً من العجزة والمعوقين من كبار السن الذين يعانون أمراضاً مستعصية لا تجدي محاولة علاجها ، بل إن هذه الأعداد من المسنين سوف تكون عبئاً ثقيلاً تعجز عن الوفاء بمتطلباته كل وسائل الرعاية الصحية والاجتماعية والموارد المالية ، إن الحال باختصار من وجهة نظر هؤلاء يدعو إلي اليأس والتشاؤم !

وإذا كان هناك لمة كلمة أخيرة لنا في هذا المقام فإن كل ما هو ممكن هو أن نلفت الانتباه إلي مزيد من الاهتمام بموضوع الشيخوخة من جانب الجميع ، فالشيخوخة كما ذكرنا وكما هو واضح في أذهاننا بعد مطالعة هذه الحقائق عنها ليست مرحلة مثالية بأي حال وفي الوقت الذي نردد فيه الدعاء "وأعوذ بك من الهرم" فإننا مطالبون بأن نضع مشكلاتها منذ الصغر وقبولها بما لها وما عليها، والتأكيد

علي أي حل جميع مشكلات الإنسان ممكن إذا التزم بالإيمان بالله  
تعالى الذى بىاه كل شىء وتذكر طول حىاته أن علىه أن يتواصى  
بالحق وتواصى بالصبر والله نسال أن ىمن علىنا جمىعاً بالعافىة  
فى دىتنا ودىانا إنه سمىع مجىب ،

**والله ىن وراء القصد .**

## المؤلف

د لطفى عبد العزيز الشرييني

- ولد في مصر عام ١٩٥١ .
- حصل علي بكالوريوس الطب والجراحة من كلية الطب قصر العيني بمرتبة الشرف عام ١٩٧٤ .
- حصل علي ماجستير الدراسات العليا في الأمراض العصبية والطب النفسي ودراسات متقدمة من جامعة لندن .
- دبلوم وشهادة التخصص في العلاج النفسي من المملكة المتحدة.
- دكتوراه في العلوم النفسية من جامعة كولومبيا الأمريكية .
- له خبرة واسعة في العمل في مجال الطب النفسي في مصر والدول العربية وبريطانيا، وخبير في مجال مكافحة التدخين والإدمان.
- عضو الجمعيات المحلية والعالمية في مجال الطب النفسي والصحة النفسية ومكافحة التدخين والإدمان، والزمانة العالمية في الجمعية الأمريكية للطب النفسي APA International Fellowship ، وأكاديمية نيويورك للعلوم وتم وضع اسمه وتاريخه العلمي في موسوعات الشخصيات العالمية.

◦ شارك في المؤتمرات والندوات الإقليمية والعالمية في الطب النفسي وفي مجال التدخين والإدمان وله مساهمة بالأبحاث العلمية المنشورة والمقالات الصحفية في هذه المجالات .

◦ له عديد من المؤلفات (مرفق قائمة بالكتب التي صدرت للمؤلف) بالإضافة إلي المقالات الصحفية، وإنتاج شرائط الكاسيت لعلاج المشكلات النفسية للمرة الأولى باللغة العربية والبرامج التلفزيونية والإذاعية، والمادة العلمية والثقافية على مواقع الانترنت.

◦ جائزة مؤسسة "الأهرام" للمؤلفين المتميزين عام ١٩٩٧ .

◦ جائزة الدولة في تبسيط العلوم الطبية والنفسية عام ١٩٩٦ .  
وللمرة الثانية في عام ٢٠٠١ .

◦ جائزة الطب النفسي باسم / د عمر شاهين من أكاديمية البحث العلمي والتكنولوجيا عام ٢٠٠٧ - ٢٠٠٨ .

◦ جائزة الدكتور عادل صادق للتميز المهني في الطب النفسي عام ٢٠٠٩ .

◦ جائزة الشبكة العربية للعلوم النفسية ( د محمد النابلسي ) عام ٢٠١١

◦ الإشراف وإدارة موقع الثقافة والخدمات النفسية : الدكتور

النفساني " [www.alnafsany.com](http://www.alnafsany.com) "

## قائمة مؤلفات الدكتور / لطفى الشرييني استشاري الطب النفسي

١. الاكتئاب النفسي..مرض العصر- المركز العربي الإسكندرية- ١٩٩١.
٢. التدخين : المشكلة والحل - دار الدعوة-الإسكندرية ١٩٩٢ .
٣. الأمراض النفسية في سؤال وجواب- دار النهضة- بيروت- ١٩٩٥.
٤. مرض الصرع.. الأسباب والعلاج- دار النهضة- بيروت- ١٩٩٥.
٥. من العيادة النفسية - دار النهضة - بيروت - ١٩٩٥ .
٦. أسرار الشيخوخة - دار النهضة - بيروت - ١٩٩٥ .
٧. القلق : المشكلة والحل - دار النهضة - بيروت - ١٩٩٥ .
٨. كيف تتغلب على القلق (الطبعة الثانية) - المركز العلمي - الإسكندرية.
٩. وداعاً أيتها الشيخوخة : دليل المسنين- المركز العلمي- الإسكندرية- ١٩٩٦.
١٠. الدليل الموجز في الطب النفسي - جامعة الدول العربية- الكويت- ١٩٩٥.

١١. تشخيص وعلاج الصرع - المركز العلمي - الإسكندرية  
- ١٩٩٨.
١٢. مشكلات التدخين - المركز العلمي - الإسكندرية -  
. ١٩٩٨
١٣. مشكلة التدخين والحل (الطبعة الثانية) - دار النهضة -  
بيروت - ١٩٩٩.
١٤. أسألوا الدكتور النفساني - دار النهضة - بيروت -  
. ١٩٩٩
١٥. الأمراض النفسية: حقائق ومعلومات - دار الشعب -  
القاهرة - ١٩٩٩.
١٦. مجموعة شرائط الكاسيت العلاجية: كيف تقوى ذاكرتك  
وكيف تغلب علي القلق ، كيف تتوقف عن التدخين -  
إنتاج النظائر - الكويت - ١٩٩٤ .
١٧. الطب النفسي والقانون - المكتب العلمي للنشر والتوزيع  
- الإسكندرية - ١٩٩٩
١٨. الطب النفسي والقانون - (الطبعة الثانية) - دار النهضة  
- بيروت - ٢٠٠١.
١٩. النوم والصحة - جامعة الدول العربية - مركز الوثائق  
الصحية - الكويت - ٢٠٠٠.

٢٠. مشكلات النوم: الأسباب والعلاج - دار الشعب - القاهرة - ٢٠٠٠ .
٢١. موسوعة شرح المصطلحات النفسية (باللغة العربية والإنجليزية) - دار النهضة العربية - بيروت - ٢٠٠١
٢٢. الاكتاب: المرض والعلاج - منشأة المعارف - الإسكندرية - ٢٠٠١ .
٢٣. الاكتاب : الأسباب و المرض والعلاج - الطبعة الثانية - دار النهضة - بيروت - ٢٠٠١
٢٤. الاكتاب : أخطر أمراض العصر - دار الشعب - القاهرة - ٢٠٠١ .
٢٥. معجم مصطلحات الطب النفسي Dictionary of Psychiatry - مركز تعريب العلوم الصحية - جامعة الدول العربية - الكويت - ٢٠٠٢
٢٦. أساسيات طب الأعصاب Essentials of Neurology (مترجم) مركز تعريب العلوم الصحية - جامعة الدول العربية - الكويت - ٢٠٠٢
٢٧. الطب النفسي ومشكلات الحياة - دار النهضة - بيروت - ٢٠٠٣ .

٢٨. التوحد (أوتيزم) دليل لفهم المشكلة والتعامل مع

الحالات - دار نيوهورايزون- الإسكندرية ٢٠٠٣

٢٩. الطب النفسي وهموم الناس منشأة المعارف - الإسكندرية

- ٢٠٠٣

٣٠. أنت تسأل وطبيبك النفسي يجيب = منشأة المعارف =

الإسكندرية ٢٠٠٥.

٣١. مرض الزهايمر- منشأة المعارف- الإسكندرية-

٢٠٠٦.

٣٢. النوبات الكبرى - منشأة المعارف - الإسكندرية ٢٠٠٧.

٣٣. الزهايمر: المرض.. والمريض - دار النهضة - بيروت

٢٠٠٧.

٣٤. عصر القلق: الأسباب والعلاج - منشأة المعارف -

الإسكندرية ٢٠٠٧.

٣٥. الصرع: المرض والعلاج - مركز تعريب العلوم الصحية -

الكويت ٢٠٠٨.

٣٦. الإشارات النفسية في القرآن الكريم - منشأة المعارف -

الإسكندرية ٢٠٠٨ (الطبعة الأولى) - وصدرت الطبعة

الثانية معدلة عن دار النهضة - بيروت - ٢٠٠٩.

٣٧. الطب النفسي عند الأطفال (مترجم) - مركز تعريب العلوم الصحية - الكويت - ٢٠٠٨.
٣٨. الجنس وحياتنا النفسية - دار النهضة - بيروت - ٢٠١٠.
٣٩. المرجع الشامل في علاج القلق - دار النهضة - بيروت - ٢٠١٠.
٤٠. الدليل إلى فهم وعلاج الاكتئاب - منشأة المعارف - الإسكندرية - ٢٠١٠.
٤١. الشباب والثقافة الجنسية - مركز تعريب العلوم الصحية - الكويت - سلسلة الثقافة الصحية - ٢٠١١.
٤٢. السياسة الاجتماعية للممرضات و المهن الطبية المساعدة (ترجمة) - مركز تعريب العلوم الصحية - الكويت - سلسلة المناهج الطبية - ٢٠١١.
٤٣. يوميات الثورة و الصحة النفسية - إصدار و توزيع المؤلف - الإسكندرية - ٢٠١٢.
٤٤. الجنون في الطب و الحياة - منشأة المعارف - الإسكندرية - ٢٠١٣.
٤٥. الزهايمر.. و مشكلات الشيخوخة - كتاب الشعب الطبي - دار الشعب - القاهرة - ٢٠١٣.



## د. لطفى عبد العزيز الشريىى

العنوان : ١٧ ميدان سعد زغلول - محطة الرمل -  
الإسكندرية ( عيادة ).

تليفون أرضى : ٤٨٧٧٦٥٥ .

ت محمول : ٠١٢٢٣٤٧٠٩١٠

*E mail* : [lotfyaa@yahoo.com](mailto:lotfyaa@yahoo.com) : البريد الالكترونى

الموقع الدكتور النفسانى : [www.alnafsan.com](http://www.alnafsan.com)



## هذا الكتاب

- يتضمن عرضاً شاملاً لمعلومات تهتم الجميع حول الشيخوخة أسرارها، ومشكلاتها، وأساليب العلاج والرعاية لكبار السن .
- يعرض بأسلوب مبسط للقارئ العادي والمتخصص مختلف المشكلات الطبية والنفسية للشيخوخة ويقدم طرقاً عملية لحلها يقدم المعلومات الدقيقة التي تهتم كبار السن وذويهم والقائمين علي رعايتهم وكل طلاب المعرفة في كل مكان . يسد نقصاً في المكتبة العربية في هذا الموضوع .
- يتضمن بالإضافة إلي آخر الآراء الطبية والعلمية حول الشيخوخة إضافة خبرة مؤلفه في الموضوعات والمسائل المتعلقة بالمستين . كتاب يقرؤه الجميع ويحتفظون به كدليل لمساعدتهم ليعيدوا قراءته من جديد .

عزيزي القارئ .. إذا كان لديك أي استفسار  
حول ما ورد في موضوعات هذا الكتاب فإنني أرحب  
بما يرد إلي من رسائل من القراء الأعزاء .  
المؤلف