

**Sundhedsvæsenet**  
**FREDERIKSBORG AMT**



**Esbønderup Sygehus**  
Sygehusvej 4  
3230 Græsted  
Tlf. 48 29 48 29



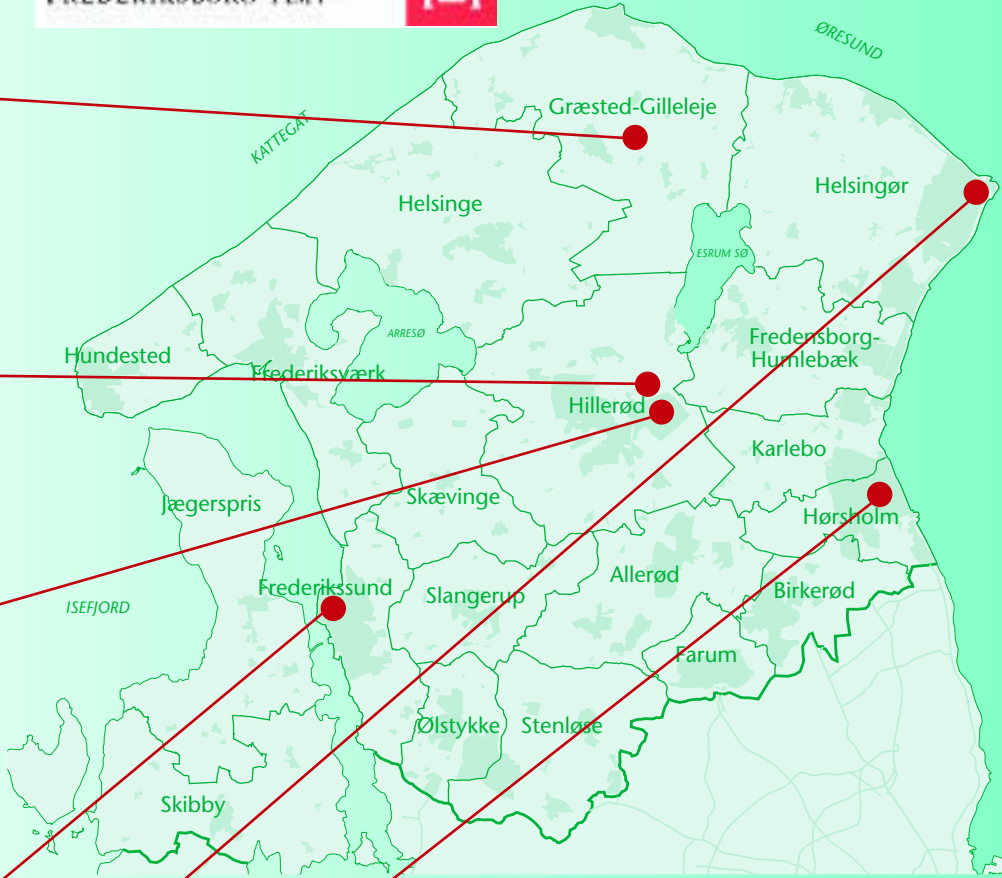
**Psykiatrisk Sygehus**  
Dyrehavevej 48  
3400 Hillerød  
Tlf. 48 29 48 29



**Hillerød Sygehus**  
Helsevej 2  
3400 Hillerød  
Tlf. 48 29 48 29



**Frederikssund Sygehus**  
Frederikssundsvej 30  
3600 Frederikssund  
Tlf. 48 29 50 00



**Helsingør Sygehus**  
Esrumsvej 145  
3000 Helsingør  
Tlf. 48 29 49 49



**Hørsholm Sygehus**  
Usserød Kongevej 102  
2970 Hørsholm  
Tlf. 48 29 29 29

**مكتب ارشاد المرضى في محافظة فريدريكسبورج**

مكتب ارشاد المرضى في  
مستشفى هلسينجور  
ومستشفى هورسهولم  
الاثنين - الجمعة  
١٠ - ١٣ بعد الظهر  
٤٨٢٩٢٢٨٩

مكتب ارشاد المرضى في  
مستشفى هيليرود ومستشفى  
الامراض النفسية .  
الاثنين - الجمعة  
١٠ - ١٦ بعد الظهر  
الجمعة : ٩ - ١٣ بعد الظهر

مكتب ارشاد المرضى في  
مستشفى فريدريكسبورج  
الاثنين - الجمعة  
١٠ - ١٣ بعد الظهر  
٤٨٢٩٥٠٠٠

مكتب ارشاد المرضى في  
مستشفى هيليرود ومستشفى  
الامراض النفسية .  
الاثنين - الجمعة  
١٠ - ١٣ بعد الظهر  
٤٨٢٩٣٠٢٤

Pjecen er produceret for  
Frederiksborg Amt af  
arbejdsgruppen vedrørende  
informationsmaterier til  
udlændinge og indvandrere i  
Århus Amt.

Tekst og layout:  
Børge Guldbrandt, Journa-  
listkontoret, Århus Amt.  
Fotos: Hanne Minke,  
Kresten Scheel og  
Anders Rasmussen.  
Layout, sats og tryk:  
Århus Amts Trykkeri, DS/EN  
ISO 14001 miljøcertificeret  
og EMAS-registreret,  
106-01-055

## المعانة النفسية

بإمكانك التظلم أو الشكوى على دخولك المستشفى وعلاجك  
الإجباري للجنة شكاوى المرضى .

إذا أصبت أنت أو أحد أفراد عائلتك بازمة نفسية أو مرض نفسي  
حاد ومفاجئ ، يمكنك التوجه طوال ساعات اليوم لقسم  
طوارئ الطب النفسي في مستشفى الأمراض النفسية في هيليرود .

يأتي المرء للمعانة في قسم الطوارئ للأمراض النفسية لمدة ٣  
أيام بدون البقاء الإجباري والطبيب النفسي هو الذي يقرر نوع  
العلاج أو إذا كان هناك حاجة ضرورية للبقاء في المستشفى

يمكن أيضاً معالجة المرء دون المكوث في المستشفى . يمكن أن  
يكون ذلك بشكل محادثات مساعدة و أيضاً نشاطات إجتماعية  
وجسمانية في المستشفى .

عندما تدخل المستشفى سيعطيك أحد الأطباء التعليمات عن  
برنامج علاجك .

أثناء العلاج والعناية اليومية ستقابل العديد من الموظفين رجالاً  
ونساءً . هناك أطباء ، ممرضون ، مساعدون ، أخصائون في علم  
النفس ، مرشدون إجتماعيون ومعالجون . جميعهم خبراء في  
مجالاتهم ، كما يوجد في المستشفى طلاب وجامعيون .

الموظفون لا يرتدون لباساً أبيضاً ، بل يعملون بثيابهم العادية . وعند  
دخولك المستشفى يتم تقديمك لموظفي القسم .

يوجد في معظم الأقسام غرفة لشخص أو شخصين .

يدخل أغلبية المرضى المستشفى بمطلق حريتهم . لكن بعض  
المرضى يدخلون المستشفى جبراً . يجرى ذلك تحت قوانين  
معينة حيث يكون طبيبك الخاص ، العائلة ، والشرطة مشتركين  
في الموضوع . يمكنك الحصول على كتيب خاص للإرشادات  
في القسم الذي تقيم فيه عن حقوقك كمرضى .





## الحمل والولادة

إذا كان لديك شك في أنك حامل ، يمكنك الذهاب إلى طبيبك الخاص لإجراء اختبار الحمل .

إذا أثبتت التحاليل بأنك حامل ، يجري الطبيب معاينتك وأخذ عينات من الدم ، ومن ثم يحيلك إلى مركز القابلات القانونية ولمكان الولادة . يجب عليك ان تتصلي بالقابلة القانونية المتخصصة في الحمل والولادة، وهي التي تعطيك التوجيهات حتى تحصلين أنت والجنين على صحة جيدة.

يمكنك الولادة في البيت ، الولادة في المستشفى ونقلك الى البيت بعد عدة ساعات او البقاء في المستشفى لعدة ايام بعد الولادة .

عند بدء الولادة ، تتصلين أنت أو زوجك بقسم الولادة بالمستشفى للإتفاق مع القابلة القانونية على موعد قدومك . عليكما كالعادة تأمين نقلكما إلى المستشفى .

إذا كنت قد قررت الولادة في البيت ، عليك أيضاً الإتصال بمكان الولادة ، حيث يتم إرسال قابلة قانونية لك .

تذكري إحضار ملفك المتنقل عن فترة الحمل مع أدوات التجميل، ملبوسات مريحة وحذاء داخلي . ومن المستحسن أن يكون معك بعض النقود الصغيرة للهاتف العمومي .

من المعتاد هنا في الدانمرك ، أن يتواجد الأب في مرحلة الولادة . وهذا شئ اختياري الذي يعطي دعم قوي للأم ، وتجربة جديدة وإيجابية للأب .



## معلومات عملية أخرى

إذا حدث لك مشاكل تختص بسكنك ، بحالتك المادية أو غيرها أثناء مرضك ، فسيقوم الموظفون بتحويلك الى مشرف اجتماعي في مكان سكنك .

يمكنك أيضاً الحصول على مستند من الموظفين يثبت إقامتك في المستشفى .

عندما تعالج في إحدى مستشفيات المحافظة ، سيشملك مايسمى بتأمين المرضى . فإذا وقع لك أي حادث في المستشفى ، يمكنك المطالبة بالتعويض .

إذا رغبت بالشكوى على كفاءة العلاج أثناء إقامتك في المستشفى ، يمكنك التوجه إلى لجنة شكاوى المرضى .

يمكن الحصول على معلومات أكثر عن إمكانية الشكوى وتأمين المرضى على رقم هاتف مكتب ارشاد المرضى الموجود في الصفحة الاخيرة من هذا الكتيب .



## العائلة

يمكنك استقبال الزيارات من الاهل والاصدقاء طيلة ايام الاسبوع . اسأل عن اوقات الزيارج المسموح بها في القسم الموجود به . من الضروري استقبال بعض الزائرين كل بدوره، لضمان الراحة والهدوء لك ولباقي المرضى في القسم .

حفاظاً على راحة الأم والمولود هناك مواعيد ثابتة للزيارة في قسم النفاس .

# عندما يتم تسريحك أو إخراجك من المستشفى

سيتم تسريحك عند إنتهاء علاجك في المستشفى . ويجري ذلك عادة بعد حديث مع الطبيب ، يقوم الموظفون بشرح ما يجب الإنتباه له بالنسبة للطعام ، الدواء وما يمكنك عمله بنفسك ليتم شفاؤك الكامل .

إذا كان عندك أي ريبة من أي شيء ، يمكنك سؤال المشرفين .

يمكن للطبيب أن يطلب منك المجيء إلى المستشفى للمعاينة ، والمحادثة بعد تسريحك منها . فهو يريد أن يشرف على حسن مسار العلاج .

إذا كان المشرفون يرون ، بعد خروجك من المستشفى أن حالتك تتطلب زيارة ممرضة بيتية لتغيير الضمادات بعد العملية مثلاً . وإذا كنت بحاجة الى مساعدة منزلية فسوف يتصل العاملون في المستشفى في البلدية وهناك سيسعون لتدبير ذلك . ■



إذا كان المشرفون يرون أن حالتك تتطلب المساعدة فسيسعون لتدبير ذلك ، بعد خروجك من المستشفى .

## موظفو المستشفى

هناك عمل وظيفي واضح بين مجموعات الموظفين المختلفة ، كما يوجد العديد من الأقسام المختصة .

ان ٨٠ ٪ من نسبة العاملين هي من النساء . لا يؤخذ بالإعتبار كون الشخص الذي يعالجك ويعتني بك رجلاً أو امرأة .

الطبيب هو المسؤول عن العلاج ، والممرضة هي المسؤولة عن العناية و المساعدة الإجتماعية والصحية مسؤولة عن قسم من العلاج .

يحصل الطبيب على ٦ سنوات دراسية ، ومنهم من يتابع دراسته

لا يؤخذ بالإعتبار كون الطبيب ، الممرض أو المساعد الصحي والإجتماعي السدي يعالجك ويعتني بك رجلاً أو امرأة .



هناك تعاون وثيق بين مجموعات العمل المختلفة وتخصصات عالية في مجالات العمل .

كأخصائي داخل إطار تخصصه . الممرضة تحصل على ٣ ١/٢ سنوات دراسية و المساعدة الإجتماعية والصحية تحصل على مرحلة دراسية لمدة سنتين . وهناك طلاب تحت الدراسة لكل مجموعات العاملين في المستشفى .

ستقابل مجموعات أخرى تعمل في المستشفى مثل معالجي الفيزيوتيرابي والارجو تيرابي الذين يقومون بالعلاج والتدريب الجسماني . وكذلك العاملين المساعدين حيث يقومون بالتنظيف ونقل المرضى . وسيكون اتصالك الاول بالمستشفى خلال سكرتيرة .

يعتمد العمل اليومي في المستشفى على الإحترام والثقة المتبادلة بين المرضى والموظفين .



## قوانين المستشفى

يغلب على نظام المستشفى اليومي طابع الحركة السريعة والنشاط العالي ، إنه نظام يومي ثابت .

لا يوجد في المستشفى اوقات زيارة معينة . يمكنك عادة إستقبال زيارات الأهل والأصحاب في فترات ما بعد الظهر . يمكنك سؤال العاملين في القسم . هناك امكانية الاتصال من هاتف المرضى العمومي المتنقل . يمكنك ايضا إرسال واستقبال الرسائل .

ويرغب العاملون معرفة مكان وجودك مثلاً اذا اردت الذهاب الى الكفتريةا . من الضروري ان يعرف العاملون مكان وجودك مثلاً اذا تم قرار بارسالك لفحص ما .

المستشفى بشكل عام هو مكان ممنوع التدخين فيه ، ولكن هناك اماكن خاصة يمكن للمرضى التدخين فيها إسأل العاملين .

ففي الصباح يتم إيقاظك في وقت محدد . يتم تناول وجبات الطعام خلال اليوم في أوقات محددة وإذا كانت التقاليد والواجبات الدينية او اي مرض يجبرك على تناول طعام معين فسوف يقوم مطبخ المستشفى باعداده لك . يمكنك الاتفاق مع العاملين على امكانية تلقي طعام من البيت .

هناك إمكانية لطلب حديث منفرد مع الطبيب . الطبيب وباقي العاملين ملزمون بالسرية التامة لجميع المعلومات التي تتعلق بوضعك الصحي . وأنت كمريض لك الحق في معرفة كل ما يسجله الطبيب في سجل مرضك .



بالإمكان دائماً طلب حديث منفرد مع الطبيب أو الممرضة .

## قائمة تذكر الأشياء عند دخولك المستشفى

يمكنك إحضار التلفون الخليوي الى المستشفى على مسؤوليتك الخاصة وسوف يقوم الموظفون بإعلامك في الأماكن الغير مسموح فيها استخدام التلفون الخليوي . يوجد في القسم هاتف عمومي متنقل . من المستحسن عدم إحضار مجوهرات أو أشياء ثمينة، فالمستشفى لا يتحمل أي مسؤولية تجاه هذه الأشياء .



على الرحب والسعة إذ أحضرت أحداً من أفراد عائلتك أو أحد أصدقائك عند دخولك المستشفى، ولكن ليس أثناء إقامتك في المستشفى .  
ومن الطبيعي ان المريض هو المسؤول عن نقله من والى المستشفى .



عند دخولك المستشفى ، من الضروري أن تحضر في الوقت المحدد . هذا الشيء مهم لك كمرضى ولبرنامج المستشفى . اما اذا تأخرت عن موعدك او تعذرت عن القدوم فمن الممكن أن يتعذر حصولك على العلاج وستضطر للإنتظار أسابيع عديدة لحين حصولك على موعد جديد.



عليك إحضار الرسالة المتعلقة بدخولك المستشفى ، بطاقة ضمانك الصحي - والدواء الذي تستعمله .  
أحضر أيضاً ثيابك الخاصة - حذاء داخلي، ومعطف الصباح ، أدوات التجميل ، و من الممكن أيضاً أشياء للمطالعة .



## المساعدة في مشاكل اللغة

يعند نشوء صعوبات في اللغة سيقوم العاملون بطلب مساعدة مترجم . والمترجم ملزم بكتمان السر . انت غير ملزم بأن تحضر معك مترجم .

بإمكانك إحضار واحد أو اثنين من أقربائك للتحدث عن ما تشكو منه ، وعن ما سيفعله الممرضون حتى يتم شفاؤك . ويمكنك السؤال أيضاً إذا كان المستشفى يسمح للمرضى باتمام تقاليدهم الدينية والخ . إذا كنت ترغب بالتحدث مع كاهن أو آخر من ممثلي الأديان من دينك، فبالإمكان الإتفاق مع الموظفين على ذلك . وإذا كنت تريد الصلاة أكثر من مرة في اليوم فسوف يرشدك العاملون الى مكان يمكنك الانفراد والصلاة فيه .



يقرر المستشفى ضرورة إستخدام أي مترجم ، عند نشوء صعوبات في اللغة .

طبيبك الخاص فقط  
أو الطبيب المناوب  
الليذان يمكنهما  
إحالتك للعلاج في  
المستشفى ، إلا إذا  
تعرضت لحادث ما .

في الحوادث الخطيرة  
يمكنك أنت أو  
عائلتك طلب  
الإسعاف على هاتف  
الإنذار ١١٢ .



ما اذا اصيب شخص بمرض نفسي طارئ فيمكن احالته فوراً لقسم  
الطوارئ النفسية في مستشفى هيليرود للأمراض النفسية .

يجب أن تتذكر دائماً الإبلاغ عن رقمك الشخصي عند إتصالك  
بـطبيبك الخاص ، الطبيب المناوب والمستشفى .



# ما يجب أن تفعله إذا مرضت مرضاً حاداً



في الدانمرك يمكن معالجتك مجاناً من قبل طبيبك الخاص أو في المستشفى . المحافظة هي التي تدفع التكاليف من خلال التحصيل الضريبي .

عليك الإتصال وأخذ موعد مع طبيبك الخاص بعد الإبلاغ عن رقمك الشخصي . عندها يكشف عليك الطبيب ويخبرك عن أفضل علاج لك ، أو إذا ما كنت بحاجة إلى دواء . الدواء تشتريه من الصيدلية .

إذا وجد الطبيب أنه يجب معالجتك في المستشفى ، فسوف يحيلك أو/ تحيلك للمعالجة أو إدخالك المستشفى . فإن طبيبك وحده أو الطبيب المناوب الذين يمكنهما إحالتك للمعالجة في المستشفى ، إذا لم تكن تعرضت لحادث ما .

عندما يتلقى المستشفى أوراق الإحالة من طبيبك تُرسل اليك رسالة فيها معلومات عن الوقت المحدد للمعاينة الأولى او العلاج في المستشفى . في بعض الفحوصات والعمليات تكون فترة الإنتظار طويلة . لك الحرية بإختيار مستشفى آخر حيث يمكن ان تكون فترة الإنتظار أقصر . ومرشد المرضى في المستشفى سوف يعطيك المعلومات بفترة الإنتظار في المستشفيات الأخرى . انظر ارقام التلفون الموجودة في الصفحة الأخيرة من هذا الكتيب .

عند حصول مرض مفاجيء - مثلاً إلتهاب الزائدة الدودية - تعالج فوراً . إتصل بطبيبك الخاص ما بين الساعة ٨ - ١٦ ، أو إتصل بالطبيب المناوب باقي ساعات اليوم أو في أيام نهاية الأسبوع على الهاتف ٤٨٢٥٠٠٤١ .

في الحوادث الخطيرة يمكنك أنت أو عائلتك طلب الإسعاف على هاتف الإنذار رقم ١١٢ ، فسينقلونك رأساً إلى قسم الطوارئ في المستشفى . فإذا لم يدخلوك المستشفى فعليك بنفسك عمل اللازم للعودة إلى منزلك . لك الحق بمجانبة التنقل من وإلى المستشفى في حالة واحدة وهي إنتقالك إليها مستلقياً .

طبيبك الخاص يكشف عليك ويتحدث معك عن كيفية حصولك على أفضل وسيلة للعلاج .

إذا كنت أنت أو غيرك بحاجة إلى علاج من مرض نفسي ، يمكنك الإتصال بطبيبك الخاص الذي سيحيلك إلى مركز العلاج النفسي في منطقتك أو إلى قسم العلاج النفسي في المستشفى .



# للمرضى اللاجئين والمغتربين الناطقين باللغة العربية في مستشفيات محافظة فريدركسبورج



هذا الكتيب موجه للاجئين والمغتربين لارشادهم عند دخولهم للمعالجة في مستشفيات محافظة فريدركسبورج .