



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University

التوعية الصحية وتجربة المريض

Health Education & Patient Experience



ما هي التوعية الصحية؟

هي تقديم معلومات صحية موثوقة للمريض تساعد على فهم صحته ومرضه وعلاجه وتمكنه من اتخاذ قرارات أفضل لحياته.

ما هي تجربة المريض؟

تعني تجربة المريض كل ما يمر به المريض أثناء تلقيه الرعاية الصحية.



ما هي علاقة التوعية الصحية بتجربة المريض؟

علاقة التوعية الصحية بتجربة المريض الممتازة قوية جدًا ومتداخلة، ويمكن توضيحها كالتالي:

- زيادة الوعي والفهم

التوعية الصحية تساعد المريض على فهم حالته المرضية، خيارات العلاج، وأهمية الالتزام بالعلاج والنصائح الطبية. هذا الفهم يقلل من القلق والخوف ويزيد من ثقته بالمقدمين الصحيين.



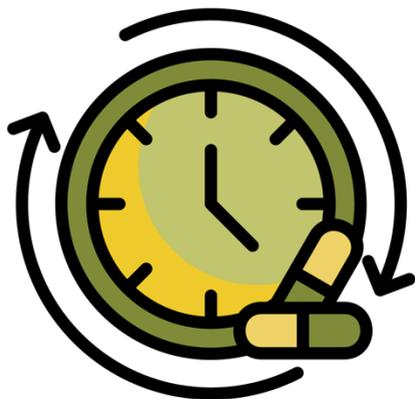
ما هي علاقة التوعية الصحية بتجربة المريض؟

- تمكين المريض

عندما يكون المريض ملقًا بالمعلومات الصحية، يصبح أكثر قدرة على المشاركة الفعالة في اتخاذ القرارات المتعلقة بصحته، مما يعزز شعوره بالسيطرة والرضا عن الرعاية المقدمة.

- تحسين الالتزام بالعلاج

المريض الذي يفهم أسباب وطرق العلاج يكون أكثر التزامًا بتناول الدواء، اتباع النظام الغذائي، وتغيير نمط الحياة، مما يؤدي لتحسن فعلي في حالته الصحية وتجربة أفضل.



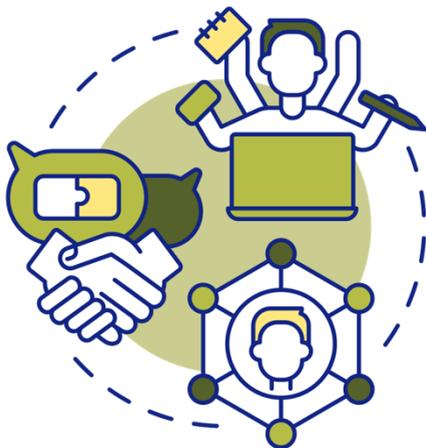
ما هي علاقة التوعية الصحية بتجربة المريض؟

- تقليل الأخطاء وسوء الفهم

التوعية الجيدة تقلل من الأخطاء الناتجة عن عدم الفهم، مثل تناول الأدوية بشكل خاطئ أو تجاهل الأعراض المهمة، مما يحسن السلامة الصحية ويعزز الثقة بالمؤسسة الصحية.

- التواصل الفعال

توفير معلومات صحية واضحة ومبسطة يعزز التواصل بين المريض والفريق الطبي، ويجعل التجربة أكثر إيجابية وإنسانية.



ما هي علاقة التوعية الصحية بتجربة المريض؟

• الحد من التوتر والقلق

المعرفة الجيدة تعطي المريض شعورًا بالأمان، مما يقلل التوتر ويجعل التجربة في المستشفى أو العيادة أقل إرهاقًا نفسيًا.



ما الذي يمكنني فعله للحصول على تجربة علاج أفضل؟

فهم مرضك هو أول خطوة للعلاج الناجح ✨

اسأل طبيبك عن أي شيء لا تفهمه، ولا تخجل من طلب توضيح حول التشخيص أو الأدوية أو طرق العلاج.

التزم بالأدوية حسب وصف الطبيب ✨

لا توقف أو تغير الدواء بدون استشارة الطبيب حتى لو شعرت بتحسن.



ما الذي يمكنني فعله للحصول على تجربة علاج أفضل؟

✧ تغييرات بسيطة في نمط حياتك تصنع فرقًا كبيرًا

مثل تناول الغذاء الصحي المتوازن وجدولة ممارسة الرياضة
ببرنامج منتظم واتباع نمط نوم صحي والابتعاد عن التدخين
والمدخنين (التدخين السلبي).

✧ راقب أعراضك ولا تتردد في طلب المساعدة

إذا لاحظت أي تغييرات غير طبيعية أو أعراض جديدة، تواصل مع
طبيبك فورًا.



ما الذي يمكنني فعله للحصول على تجربة علاج أفضل؟

✧ احرص على حضور مواعيد المتابعة

زيارات المتابعة مهمة لتقييم تقدم علاجك وضبطه حسب الحاجة.

✧ حافظ على سجلك الطبي

احتفظ بقائمة أدويةك ونتائج الفحوصات وأي استشارات طبية، وشاركها مع مقدم الرعاية عند الحاجة.



ما الذي يمكنني فعله للحصول على تجربة علاج أفضل؟

✧ التواصل المفتوح مع فريق الرعاية الصحية يعزز نجاح

العلاج

شارك بملاحظاتك ومخاوفك، فهذا يساعد في تكييف العلاج بما يناسبك.

✧ العناية بالنفس لا تقل أهمية عن العلاج الطبي

احرص على النوم الكافي وإدارة التوتر ودعم النفس نفسيًا واجتماعيًا.



كيف تصلني المعلومة من التوعية الصحية؟

- ← من طبيبك أو الفريق الطبي المتخصص أثناء الزيارة.
- ← من الكتيبات أو المنشورات التوعوية في العيادات.
- ← عبر الرسائل التوعوية في جوالك.
- ← في حسابات المواقع الإلكترونية الموثقة والتواصل الاجتماعي للمستشفيات وللمراكز الصحية.
- ← مع تأكيد الاستفسار عن المعلومة من طبيبك المعالج والطاقم الطبي.



هل هناك دراسات تدعم أهمية التوعية الصحية؟

○ تحسين نتائج المرضى من خلال التوعية الصحية:

تشير دراسة منشورة في المكتبة الوطنية الأمريكية للطب إلى أن تعزيز التوعية الصحية لدى المرضى يساهم في تحسين نتائجهم الصحية .

○ تأثير انخفاض التوعية الصحية على نتائج المرضى:

أظهرت دراسة أخرى أن المرضى الذين يعانون من انخفاض في التوعية الصحية يكونون أكثر عرضة لإعادة زيارة قسم الطوارئ مقارنةً بالمرضى ذوي التوعية الصحية الجيدة .

○ تعزيز التوعية الصحية والرضا عن الرعاية:

تشير دراسة إلى أن المرضى الذين يتلقون معلومات كافية عن حالتهم وعلاجهم يكونون أكثر رضاً عن الرعاية الصحية المقدمة لهم.

ماذا أستفيد من التوعية الصحية؟

- المرضى الذين يتلقون توعية صحية جيدة يتحسنون أسرع بنسبة من غيرهم!
- المرضى يشعرون بثقة أكبر عندما تُشرح لهم حالتهم بلغتهم وبأسلوب بسيط.
- التوعية تقلل من **الإقامة الطويلة** في المستشفى، وتزيد من **رضا المرضى** عن الخدمة.

تذكّر:



طلب المشورة الطبية من المختصين ليس رفاهية بل أمان لصحتك.

كل دقيقة تقضيها في التوعية الصحية قد تُنقذ بها نفسك أو غيرك.

ما هو دور التوعية الصحية في تحسين تجربة المريض؟

تؤكد الدراسات أن التوعية الصحية تلعب دورًا حيويًا في تحسين تجربة المريض، من خلال:

- تقليل نسبة إعادة الدخول إلى المستشفى.
- زيادة رضا المرضى عن الرعاية الصحية.
- تحسين الالتزام بالعلاج والتعليمات الطبية.

ملاحظة:

التوعية الصحية ليست فقط أداة لنقل المعلومات بل هي عنصر أساسي في تحسين تجربة المريض من حيث الرضا والالتزام والأمان والشعور بالدعم والرعاية.

المصادر والمراجع:

thoroughcare.net

thecardiologyadvisor.com

المراجعة والتدقيق:

تم إعداد ومراجعة محتوى هذا الكتيب

من قبل وحدة التوعية الصحية

بمستشفى الملك فهد الجامعي.

قسم التوعية الصحية

IAU-25- 689



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University