

كيف تكون محبوباً؟؟؟

- * أبدأ الآخرين بالسلام والتحية ، ففي السلام تهيئة وتطمين للطرف الآخر.
- * ابتسم ، فالابتسامة مفعولها سحري وفيها استمالة للقلوب.
- * أظهر الاهتمام والتقدير للطرف الآخر وعامل الناس كما تحب ان يعاملوك .
- * للناس أفراح وأتراح فشاركهم في النفوس.
- * اقض حاجات الآخرين تصل إلى قلوبهم فالنفوس تميل إلى من يقضي حاجاتها.
- * في تفقد الغائب والسؤال عنه ضمان لكسب الود واستجذاب القلوب.
- * لاتبخل بالهدية ولو قلّ سعرها ، فقيمتها معنويه اكثر من مادية.
- * اظهر الحب وصرّح به فكلّما الود تأسر القلوب .
- * تفنن في تقديم النصيحة ولا تجعلها فضيحة.
- * حدث الآخرين بمجال اهتمامهم فالفرد يميل إلى من يحاوره في مدار اهتمامه.
- * كن ايجابياً متفائلاً وابعث البشري لمن حولك .
- * امدح الآخرين إذا احسنوا فالمدح أثره في النفس ولكن لاتبالغ.
- * انتق كلماتك ، ترتفع مكانتك فالكلمة الحسنه خير وسيلة لاستمالة القلوب.
- * تواضع فالناس تنفر ممن يستعلي عليهم .
- * تجنب تصيّد عيوب الآخرين وانشغل بإصلاح عيوبك .
- * تعلم فن الإنصات فالناس تحب من يصغي لها .
- * وسع دائرة معارفك واكسب في كل يوم صديق صالح.
- * اسع لتنوع تخصصاتك واهتماماتك تتسع دائرة معارفك وصدقاتك .
- * اذا قدمت معروفاً لشخص ما ، لا تنتظر منه مقابل.
- * واخيرا اصلح ما بينك وبين الله يصلح الله ما بينك وبين الناس.

معلومات عامه:

- أندر فصيلة دم في العالم هي Oh ويحملها ثلاثة أشخاص فقط .
- عدد الجيوب الأنفية للإنسان ٨ جيوب.
- الجزء الومحيد الذي لا يصل إليه الدم في جسم الانسان هو قرنية العين.
- يحرك الانسان عند الإبتسام ١٧ عضلة و عند العيوس ٤٣ عضلة
- اللونان اللذان لا يميّزهما المصاب بعمى الألوان هما الأحمر والأخضر.
- يستخرج الأسبرين من لحاء شجرة الصفصاف.
- الجمل أقوى الحيوانات ذاكرة والدلفين أذكاهما والديك الرومي أغياها.
- أشد الحيوانات سُمّاً في الطبيعة هو قنديل البحر الأسترالي
- الحيوان الذي له أكبر عدد من الأسنان هو التمساح وله ٧٦ سنّاً .



التدخين: يوم مسموح

ويوم ممنوع

واليوم ممنوع

اليوم العالمي للامتناع عن التدخين هو الحدث السنوي الرئيسي لمبادرة التحرر من التبغ والذي يصادف يوم الواحد والثلاثين من مايو فهو يستهدف التبصير بأخطار تعاطي التبغ .

التبغ نبات أصله من القارة الأمريكية، كان يستعمله السكان الأصليون للتدخين والمضغ كعلاج منشط وذو فوائد سحرية، وقد استورده المستكشفون الأوائل معهم إلى العالم القديم في القرن السادس عشر، لينتشر استعماله في القارة الأوروبية في القرن السابع عشر .

تنتشر عادة التدخين اليوم في أصقاع العالم كافة، و تأخذ أشكالاً عديدة: السجائر - السيجار - النرجيلة - الشيشة - الغليون - مضغ الأوراق ، وتساهم الشركات التجارية في نشر هذه العادة لأسباب مادية، حتى أن الشركات الكبرى أخذت اليوم تتوجه في دعاياتها إلى جمهور المستهلكين المراهقين وحتى الأطفال في بعض الأحيان ، مما يسبب تزايد إنتشار هذه العادة في أعمار مبكرة حيث تزداد خطورتها ، وتشير الإحصاءات في الدول المتقدمة إلى أن ٧٠ بالمئة من المدخنين يبدؤون قبل سن ١٨ ، فبالغ الذي يدخن يقوم بتخريب أنسجة جسمه المكونة سابقاً، أما المراهق والطفل فإنهم يدخلون السموم الناتجة عن التدخين في تكوين أنسجتهم التي لا تزال في طور النمو، متسببين لأنفسهم بأخطر الأمراض في أعمار مبكرة جداً. أما بالنسبة لمضاره ، يعد التدخين السبب الأول للأمراض المميتة في العالم، نذكر منها: سرطان الرئة، سرطان الفم ، سرطان الحنجرة ، سرطان المريء ، سرطان المرارة ، سرطان البنكرياس ، سرطان الكلية والبروستات ، كما أنه يزيد نسبة الوفيات بالتهاب القصبات وانتفاخ الرئة خمسة أضعاف بالإضافة الى أنه سبب رئيسي لأمراض القلب ، كما يزيد نسبة الولادات المبكرة والأطفال قليلي الوزن لدى الأمهات المدخنات، مما يؤدي لأن يكون أطفال تلك الأمهات أقل ذكاءً من المتوقع ، كما يكون هؤلاء الأطفال أكثر عرضة للموت المفاجئ أثناء فترة الرضاعة.

وتدل كافة الدراسات الحديثة على أن هذه الأضرار لا تختلف باختلاف طريقة التدخين، وهي متماثلة بالنسبة للسيجارة والغليون (الباب) والنرجيلة.

قد لا تحدث كل هذه الأعراض معاً وقد تختلف فيما بينها في الشدة ، ولكن كل هذه الأعراض تختفي بسرعة عند بدء العلاج.

استطعنا أن نجعل "طيبة" بلا تدخين ...

فلنعمل جميعاً على أن تكون "طيبة" بلا مدخنين !!



.٥/٢٧
.٥/٢٨
.٥/٢٩
.٥/٢٩
.٥/٣٠
.٥/٣٠
.٥/٣١
.٥/٣١
.٥/٣١
.٥/٣١

نور الشمالي
شيخه العنزي
فينيش فينسينت
ليسا ابراهيم
سمينو بيبي
سينا فارچيس
ارشاد كوباشانكاندى
بريئا فينود
ريني كانيام
سونال بابو

.٥/١٠
.٥/١٠
.٥/٠٣
.٥/٠٣
.٥/٠٥
.٥/٠٥
.٥/٠٥
.٥/٠٥
.٥/٠٥
.٥/٠٥
.٥/٠٨
.٥/٠٩

أهلاً وسهلاً

د. أشرف إبراهيم
د. سامح لمعي
ندى شوقي
صلاح حمد
كارلوس ميرندا
جين لين ابوي
ماري جوزيف
جرلدين منجليس
انني شيريان
سوجا كوشي

.٥/١٠
.٥/١٠
.٥/١٢
.٥/١٣
.٥/١٤
.٥/١٥
.٥/١٥
.٥/١٥
.٥/١٥
.٥/١٦
.٥/١٨
.٥/١٨

رحبوا بهم كأعضاء جدد في أسرة مستشفى طبية.

مبروك

للأنسة إيمان حسن (قسم شؤون الموظفين) بمناسبة الخطوبة.
أسرة مستشفى تمنى لها حياة سعيدة.

.٥/٢٠
.٥/٢٠
.٥/٢٠

حل لعبة العدد السابق كلمات متقاطعة:

8	7	6	5	4	3	2	1	
م	ا	ش	ه	د	م	ح	م	1
ه	ل	ا	ه	م	ي	ل	ح	2
ا	م				ت	ي	م	3
ر	س				ي	ف	د	4
ا	ت				م	م	ه	5
ق	ت				ا	ا	ا	6
ي	ب	ن	ا	م	و	ر	ش	7
م	ل	ل	ل	خ	ا	د	م	8

يرجى من فريق العمل في مستشفى طبية العمل على المشاركة
في نشرة طبية

**شكراً لملاحظاتكم وجل من لا يخطئ وسنحاول تجنب الأخطاء على
أنواعها ما استطعنا إلى ذلك سبيلاً**

يرجى إرسال إستفساراتكم وإقتراحاتكم إلى:

rida@taibahospital.com / zahra@taibahospital.com
salsabeel@taibahospital.com

.٥/٢٥
.٥/٢٥
.٥/٢٥
.٥/٢٦
.٥/٢٦
.٥/٢٧

عيد سعيد

امبيلي سوجاثان
سونيتا فارچيس
روني جاكوب
اكلاس مياه
تمارا العنزي
جوزيفين اراتان
شيبا ماثيو
فيديا فيجابان
مروان يوسف
رسول حزباي
شان زين العابدين
اناما اكسافير
ليال قطيش
هارون ساردار
رينو راشيل
سيني بولوس
ميني فارچيس
ارشانا رافيابان
شينفا فارچيس
د.علاء الدين رضوان
علي كورياكوس
د.شاهنده فوزي
اولدوين باول
د.ليلي حجازي
سوساما ماثي
آشا جوس
اشان كنجو
بيسي سوزان
جولي تيتوس
أحمد عمر
سيندو الكسندر
بيجي توماس
اليزابيث دونيري
ولاء شعبان
شيجا صامويل
كوندام حمزة
سوني الكس
سيني ابراهيم
نورالدين ابوبكر
بيندو كورياكوس
نايف لافي
بينني جوس