

**كتيب للمرضى
عن مركز RCT يولاند
2017**



مركز إعادة تأهيل ضحايا التعذيب

**RCT-Jylland
Gravene 16, 1. sal
6100 Haderslev
Tlf.: 74532535**

يمكنك الإتصال في الأوقات التالية

الإثنين إلى الخميس من الساعة 8.00 حتى الساعة 15.30

الجمعة من الساعة 8.00 حتى الساعة 14.00

ما هو مركز RCT يولاند ؟

نحن نقدم العلاج المتعدد التخصصات للناس الذين يعانون من حالة ال بي تي إس دي (إضطراب ما بعد الصدمة) نتيجة تعرضهم لصدمات أو تجارب مؤلمة في بلد غير الدنمارك. العلاج مجاني لكنه يتطلب تحويلاً من الطبيب العائلي أو من قبل مشفى الطب النفسي .

عن ال بي تي إس دي

العديد من اللاجئين تعرض لتجارب عنيفة خلال الحرب و الهروب والتعذيب . تجارب تركت أثراً عميقاً في داخلهم و أثرت كثيراً على مسار حياتهم لفترات طويلة بعد وصولهم للدنمارك .

أعراض ال بي تي إس دي يمكن أن تكون :

- صعوبة النوم أو الكوابيس في الليل .
- صعوبة في التركيز .
- الشعور بالتعب أو الحزن .
- الانزعاج أو الغضب .
- إعادة تكرار مشاهد الحرب أو التعذيب .
- صعوبة في التنفس و ضيق الصدر .
- شعور برغبة في البقاء وحيداً وعدم القدرة على القيام بأشياء لم يكن صعباً القيام بها سابقاً.
- شعور المرء بأنه دائماً على أهبة الإستعداد .
- أوجاع أو آلام لا يفهم المرء سببها .

مجموعة هذه الأعراض يطلق عليها أعراض التوتر الناتجة عن الصدمة و هي ردود فعل طبيعية عند الناس الذين يتعرضون لتجارب عنيفة .

العلاج

يمكنك الحصول على علاج متعدد التخصصات بكفاءة عالية من قبل المعالجين النفسانيين، الفيزيائيين و المرشدين الإجتماعيين لدينا. لدينا أيضاً دكتور أخصائي نفساني وأخصائي عظمية وإثنان في مجال الأطراف الإصطناعية .

المعالج النفساني يساعدك على الحديث عن التجارب الصادمة و يوفر لك الأدوات اللازمة لكيفية التعامل و السيطرة على الأعراض، الأفكار و الأحاسيس .

المعالج الفيزيائي يساعد في تفسير الآلام و المشاكل الجسدية الأخرى التي يمكن أن تكون ناتجة عن حالة ال بي تي إس دي. تخفيف الألم يتم مثلاً بواسطة التمارين، التدليك، الإسترخاء و التوجيه . المعالج الفيزيائي يساعد أيضاً في التواصل مع البلدية عند الحاجة إلى أدوات مساعدة خاصة في المنزل .

المرشد الإجتماعي يساعد في حل المشاكل الإجتماعية التي غالباً ما تكون مرتبطة بحالة ال بي تي إس دي ويقدم أيضاً الإرشاد في القوانين التي تتعلق بالمجتمع الدنماركي و العلاقات الإجتماعية والإتصال بالدوائر الحكومية عند الضرورة.

الأخصائي في الطب النفسي يمكن أن يساعد في تحديد مشكلات معينة ويمكن أيضاً وصف الدواء الذي قد يخفف من الأعراض ويحسن من فرص النوم ويخفف من شدة الخوف. أخصائي العظمية يساعد في توضيح و وصف الأضرار الجسدية و عند الحاجة التحويل إلى الجهات المناسبة لإجراء المزيد من الفحوصات اللازمة.

الأخصائية في الأطراف الإصطناعية تساعد في تقييم الحاجة لأدوات المساعدة الجسدية و تقوم أيضاً بإجراء تعديلات على هذه الأدوات و تكيفها لتصبح أكثر تلاؤماً إذا لزم الأمر.

لكي يتم العلاج يرجى الرجوع إلى الطبيب الذي يجب أن يملأ و يوقع إستمارة الإحالة المتاحة على موقعنا

المسار

لكي يتم العلاج يرجى الرجوع إلى الطبيب الذي يجب أن يملأ و يوقع إستمارة الإحالة المتاحة على موقعنا.

عندما نتلقى الإحالة من الطبيب نقوم في غضون 30 يوم باستدعاء المريض لإجراء مقابلات استقصائية مع معالج نفساني، مرشدة إجتماعية و معالجة فيزيائية . نقوم بعد هذه المقابلات بتقييم هل و كيف ستكون طبيعة العلاج الذي سنعرضه على المريض . يتم على اثرها إستدعاء المريض للمقابلة الأولى حيث نطلعه على مسار العلاج .

مدة العلاج تستغرق عادةً ما بين 10 إلى 19 أسبوع مرةً واحدة في الأسبوع لمدة ساعة أو ساعتين أو ثلاث ساعات كل مرةٍ حسب جلسات العلاج المقررة للمريض .

إمكانية الحصول على مترجم

لدينا في مركز RCT يولاند مترجمون ثابتون لديهم الكفاءة والخبرة يمكن الإعتماد عليهم في العلاج إذا لزم الأمر و سيرافقك نفس المترجم طيلة فترة العلاج . المترجمون مثلهم مثل جميع الموظفين الآخرين مشمولون بقواعد السرية المهنية .

لقراءة المزيد عنا

زورونا على موقعنا على الانترنت
www.rct.jylland.dk
أو على صفحتنا على أليفيس بوك

يمكنك قراءة المزيد عن إضطراب ما بعد الصدمة بي تي
إس دي على الموقع التالي
www.traume.dk



في المرة الأولى التي تأتي فيها

تذكر البطاقة الصحية ، رسالة دائرة الهجرة بخصوص الإقامة والأدوية التي ربما تتناولها .
إذا كنت غير قادر على المجيء الرجاء الإتصال في أقرب وقتٍ ممكن وفي موعد لا يتجاوز الساعة الثانية عشرة ظهراً من اليوم السابق للموعد على الرقم التالي 75532535

المواصلات

مركز RCT يقع في وسط مدينة هاذرسلو .هناك العديد من مواقف السيارات المجانية القريبة مثلاً بالقرب من البحيرة أو بالقرب من السوبرماركت Meny.
محطة الباصات تبعد سيراً على الأقدام تقريباً سبع دقائق عن المركز.
إذا كانت المسافة بين عنوان سكنك والمركز تزيد عن 50 كلم بإمكانك الحصول على تغطية مصاريف الطريق من المقاطعة . نحن نساعدك في التقدم بالطلب في المقابلة الأولى