



THE BALANCE

لأعراض النفسية الجسدية وأعراض العقل والجسم

العلاج الخاص

دليل للأفراد والعائلات

رعاية مخصصة لعميل واحد في كل مرة

MALLORCA / ZURICH

ما ينبغي معرفته قبل العلاج

01 الأعراض الجسدية حقيقية حتى دون تفسير كامل، وقد تتفاعل فيها عوامل طبية ونفسية وفسولوجية دون أن يعني ذلك أنها متخيلة.

02 يراجع التقييم المتكامل الفحوصات السابقة وعلامات الخطر والقدرة الوظيفية والصحة النفسية والسلوك، مع إبقاء المسائل الطبية غير المحسومة مفتوحة للمراجعة.

03 قد تجمع الرعاية بين التنسيق الطبي والعلاج النفسي والتأهيل وتحسين النوم والنشاط، بينما تحجز الإقامة الخاصة للحالات المعقدة المختارة ذات الغاية الواضحة.

استمرارية الرعاية	رعاية منسقة	عميل واحد
تؤخذ الخطوات التالية في الاعتبار طوال فترة العلاج.	تعمل التخصصات السريرية ضمن خطة فردية واحدة.	إقامة خاصة وفريق تنظم رعايته حول احتياجاتك.

فهم احتياجاتك

فهم الأعراض النفسية الجسدية

يُستخدم مصطلح «نفسي جسدي» بطرق مختلفة وقد ينطوي على وصم. وبحسب الصورة السريرية، قد ينظر الأطباء إلى اضطراب الأعراض الجسدية، أو الاضطراب العصبي الوظيفي، أو قلق المرض، أو العمليات النفسية الفسيولوجية، أو حالة طبية تتأثر بالضغوط. وهذه الحالات ليست قابلة للاستبدال.

كيف قد تظهر الأعراض النفسية الجسدية

تتباين الصور السريرية على نطاق واسع، وقد تشمل الألم أو الإرهاق أو الدوار أو أعراضاً معدية معوية أو أعراضاً شبيهة بالأعراض العصبية أو خفقان القلب أو أحاسيس متعلقة بالتنفس أو خوفاً مستمراً بشأن الصحة.

- أعراض جسدية تظل مُسببة للضيق رغم التقييم المناسب
- أعراض تتقلب مع الضغوط أو الانتباه أو السياق أو النشاط أو العلاقات
- زيارات متكررة للطوارئ أو للأخصائيين من دون خطة مشتركة ومتناسكة
- خوف شديد من إغفال مرض ما أو طلب طمأنينة متكررة لا توفر إلا ارتياحاً وحيزاً
- التجنب أو تراجع اللياقة البدنية أو التحقق أو التتبع، أو تنظيم الحياة بصورة متزايدة حول الأعراض
- تفسيرات طبية ونفسية متضاربة، وتراجع الثقة بالرعاية
- الاكتئاب أو القلق أو الصدمات النفسية أو اضطراب النوم أو الألم أو استخدام المواد والأدوية
- تأثير وظيفي حقيقي في العمل أو العلاقات أو الحركة أو الأكل أو العناية الذاتية
- لا ينبغي أن يُطلب من الشخص إثبات أعراضه من خلال معاناته، أو قبول تفسير نفسي كتمن لتلقي الرعاية. فاللغة المحترمة والتعاون جزء من العلاج.

التقييم قبل التوصية بالعلاج

يراجع التقييم ما أنجز بالفعل من فحوصات طبية، وعلامات الخطر الحالية، ونمط الأعراض، والقدرة الوظيفية، والمعتقدات، والسلوك، والصحة النفسية، والأدوية، والفجوات في الرعاية. ويسعى إلى تكوين صورة متماسكة بدلاً من الفحوصات التي لا تنتهي أو إغلاق الملف قبل الأوان.



بداية الأعراض ومسارها ومحفزاتها وتباينها وشدتها وآثارها الوظيفية

علامات الخطر الحالية، وما إذا كانت الأعراض الجديدة أو المتغيرة تتطلب إعادة تقييم طبي

السجلات والتشخيصات والفحوصات وآراء الأخصائيين القائمة، والأسئلة التي لم تُجب عنها

نموذج الشخص التفسيري وأهدافه وموافقته واستمرارية الرعاية الطبية الموثوقة

السلامة واختيار البيئة المناسبة

يتطلب العجز العصبي الجديد، أو الأعراض الشديدة في الصدر أو البطن، أو الإغماء، أو النزيف المهم، أو صعوبة التنفس، أو الارتباك الحاد، أو نية الانتحار، أو أي حالة طارئة أخرى، تقييمًا طبيًا أو نفسيًا محليًا فوريًا. لا يجوز استخدام تصنيف نفسي جسدي سابق لتجاوز أدلة جديدة. ويحتفظ الأطباء المستقلون بمسؤوليتهم عن التشخيص والعلاج الطبيين ضمن نطاق اختصاصهم.

رعاية تتمحور حولك

قد تركز الرعاية على القدرة الوظيفية وتدير الأعراض والخوف والتجنب والتنظيم والوتيرة والحركة والنوم والعلاقات ومسار طبي أكثر تماسكًا. ولا ينبغي تأطير العلاج على أنه إثبات أن الأعراض نفسية المنشأ.

تؤكد المسائل الطبية العاجلة وغير المحسومة مع المختصين المناسبين وضع تفسير مشترك واحد يحافظ على مساحة لعدم اليقين عند الحاجة

تقليل الفحوصات المتكررة غير المنسقة مع الحفاظ على مسار للتعامل مع علامات الخطر الجديدة استخدام علاج نفسي ملائم للخوف بشأن الصحة أو الانتباه إلى الأعراض أو الصدمات النفسية أو المزاج أو السلوك

دعم التحسن التدريجي في القدرة الوظيفية والحركة والنوم والنشاط اليومي عند وجود دواعٍ لذلك مراجعة الأدوية وعلاج الألم والمواد مع أطباء مؤهلين

مساعدة الأسرة على الاستجابة من دون تقليل من شأن الأعراض أو تقديم طمأننة لا تنتهي وضع خطة محلية لاستمرارية الرعاية الطبية والنفسية

قد تدعم التدخلات المتعلقة بالتنفس أو الجسد أو التدخلات التكميلية أو العصبية البيولوجية أهدافًا محددة، لكن لا ينبغي تقديمها على أنها تصحح سببًا خفيًا واحدًا. والتحسين لا يثبت أن العرض الأصلي كان متخيلاً.

من التقييم إلى خطة مشتركة

توضح التوصية البيئية المقترحة والأولويات والفريق ووتيرة العلاج، وكيفية مراجعة الخطة معك.

تجربة الرعاية

يمكن لبيئة خاصة وهادئة أن تتيح مساحة للعلاج والراحة والتأمل. وتُنظّم الإقامة والمواعيد والدعم العملي حول عميل واحد في كل مرة.

مساحة خاصة للتوقف واستعادة الهدوء

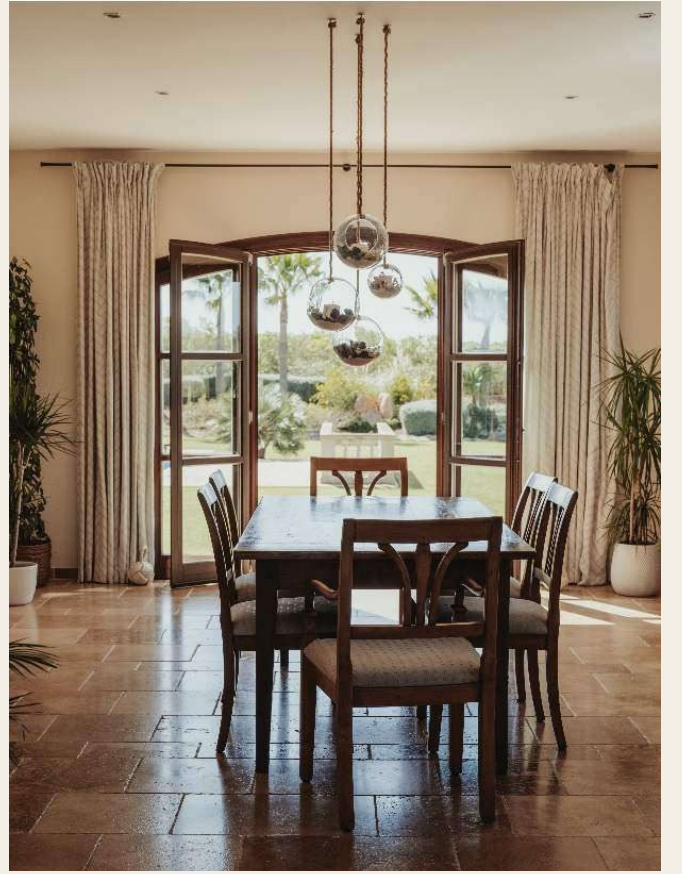
خصوصية وتنسيق متحفظ وإيقاع يومي يتناسب مع الاحتياجات السريرية.

رعاية تتيح مجالاً للتعافي

تتوازن المواعيد الفردية مع الراحة والوجبات والحركة والوقت اللازم لاستيعاب التجربة.

دعم عملي

يساعد مدير رعاية شخصي في تنسيق المواعيد والترتيبات اليومية.



صور فريق الرعاية والإقامة من دليل القبول لدى THE BALANCE. تؤكد الإقامة المحددة بصورة فردية.

مايوركا

رعاية سكنية خاصة في بيئة جزيرية تساعد على الاستراحة.

زيورخ

رعاية سكنية خاصة مع تنسيق سريري سويسري.

لندن

خدمات مختارة للتقييم والانتقال واستمرارية الرعاية.

من التقييم إلى الحياة اليومية

01

محادثة سرية

يستمع فريق القبول إلى ظروفك ويشرح عملية المراجعة السريرية.

02

تقييم وتوصية

ينظر الفريق في الملاءمة والأولويات والبيئة والخطة الفردية.

03

علاج شخصي

تُراجع الرعاية وتُعدّل مع تغيير احتياجاتك وقدرتك على المشاركة.

04

الانتقال واستمرارية الرعاية

يربط تسليم الرعاية العلاج بالأشخاص والروتين والدعم اللازم في المنزل.

الاستعداد للعودة إلى المنزل

ينبغي أن تحدد الرعاية المستمرة طبيباً رئيسياً موثقاً، والأخصائيين المعنيين، والمعالج، ودعم التأهيل أو الحركة، والمسؤولية عن الأدوية، ومعايير واضحة للمراجعة الروتينية في مقابل إعادة التقييم العاجل. قد يشمل التقدم تحسناً في القدرة الوظيفية، وخوفاً وتحققاً أقل، واستشارات مجزأة أقل، وثقة أكبر في الاستجابة للأعراض، ونوماً ونشاطاً أفضل، وعلاقة متماسكة مع الرعاية الطبية.

التفكير في الخطوة التالية

هل تعني النفسية الجسدية أن الأعراض متخيلة؟

لا. الأعراض حقيقية. يمكن أن تتفاعل العمليات النفسية والفسولوجية، وقد يتعايش المرض الطبي معها. ويُعد التقييم المحترم أمراً أساسياً.

هل تثبت الفحوصات الطبيعية وجود اضطراب نفسي؟

لا. لا ينبغي أن يستند التشخيص ببساطة إلى فحوصات لم تجد سبباً. فثمة حاجة إلى أدلة سريرية إيجابية، وتقييم للقدرة الوظيفية والسياق، ومراجعة طبية مناسبة.

هل سيعيد THE BALANCE جميع الفحوصات الطبية؟

ليس تلقائياً. ينبغي مراجعة السجلات القائمة وتحديد الفجوات، وتنسيق الفحوصات الإضافية فقط عندما تكون مستطبة سريرياً من خلال مقدمي الخدمات المناسبين.

هل يمكن للضغط أن تفاقم الأعراض الجسدية؟

نعم، يمكن أن يؤثر التوتر في العديد من الأعراض، لكن لا ينبغي افتراض أنه السبب الوحيد أو استخدامه لتجاهل المخاوف الجديدة.

ابدأ بمحادثة

تحدث بسرية مع فريق القبول حول ظروفك والخيارات المتاحة. لا يترتب على الاستفسار أي التزام بالمضي قدماً.

+41 44 500 5111

admissions@thebalance.clinic

صفحة الحالة الكاملة

إذا كنت أنت أو شخص آخر في خطر فوري، فاطلب الرعاية الطارئة المحلية. لا تنتظر إجراءات القبول المعتادة أو السفر.

معلومات عامة؛ تُحدد الرعاية الفردية بعد التقييم.