

برنامج اضطرابات الأكل

www.aubmc.org



AMERICAN UNIVERSITY of BEIRUT MEDICAL CENTER
المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت

كلنا سلامة معكم



ما هي اضطرابات الأكل؟

اضطرابات الأكل هي عبارة عن اضطرابات في السلوكيات والاعتقادات المتعلقة بالأكل، والوزن، وصورة الجسم، تصبحها عادة مضاعفات صحية ونفسية. غالباً ما يعاني المصابون باضطرابات الأكل من أمراض نفسية أخرى منها الاكتئاب والقلق، والإيمان. تعدّ اضطرابات الأكل من الأمراض النفسية الخطيرة التي من الممكن معالجتها، وهي قد تصيب جميع الناس من كافة الأعمار، والأعراق، والأجناس، والمستويات الاقتصادية والاجتماعية.

هناك عدة انواع من اضطرابات الأكل التي تتطلب معالجة مختصة باكرة ومنها:

- **القهم العُصابي (فقدان الشهية العصبي - Anorexia Nervosa):** يتمحور تفكير مرضى القهم العُصابي حول موضوع فقدان الوزن. ويفرض مرضى القهم العصبي قيوداً صارمة على كمية الطعام الذي يتناولونه ونوعيته. كما يمارسون سلوكيات تعويضية منها الإفراط في ممارسة الرياضة، والتقيؤ المتعمد، وسوء استعمال المسهلات أو مدرات البول أو حبوب تخفيض الوزن. تؤدي كل هذه السلوكيات إلى نقص حاد في الوزن.
- **النهام العُصابي (الشراهة العصبي - Bulimia Nervosa):** يتمحور أيضاً تفكير مرضى النهام العُصابي حول موضوع فقدان الوزن. ويُقبل مرضى النهام العصبي على نوبات متواترة من الأكل بشراهة، تتمثل في الإفراط في تناول الطعام خلال مدة زمنية قصيرة نسبياً، يتبع ذلك شعور بفقدان السيطرة والذنب والعار، يليه محاولة اتباع حمية غذائية أو بعض السلوكيات التعويضية الموصوفة أعلاه.
- **اضطراب نوبات الدقر (الأكل الشراهة - Binge Eating Disorder):** يقبل المصابون بهذا المرض على الأكل الشراهة. على عكس مرضى النهام العُصابي، لا يمارس مرضى اضطراب نوبات الدقر سلوكيات تعويضية.
- **حالات الأكل والتغذية غير المصنفة في أماكن أخرى (Specified Feeding and Eating Disorders - OSFED):** يعاني مرضى حالات الأكل والتغذية غير المصنفة في أماكن أخرى من اضطرابات في السلوكيات الخاصة بالأكل لا تتبع المعايير الكاملة لأي من الاضطرابات المصنفة أعلاه، لكنها ليست اقل خطورة، إذ يعاني مرضى الـ OSFED من المضاعفات النفسية والطبية المرتبطة باضطرابات الأكل.

مؤشرات اضطراب الأكل تتضمن:

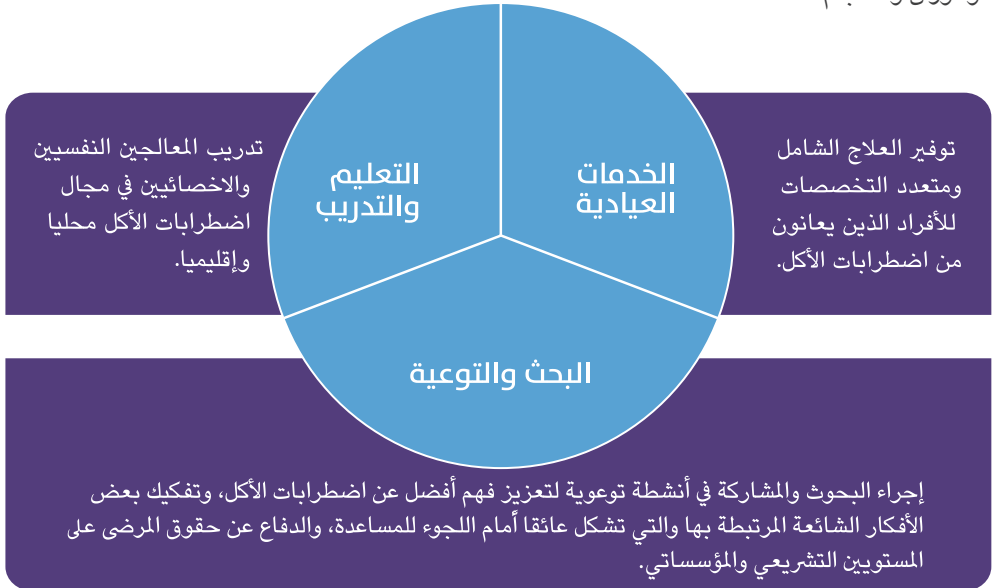
- فقدان الوزن
- شعر متقصف وأظافر هشّة
- جلد جاف
- فقر الدم وضعف العضلات
- الإحساس بالبرد في معظم الأحيان بغض النظر عن الطقس
- الشعور الدائم بالإرهاق والأرق
- تورم حول الخدين أو الفك، والنسيج على المفاصل، والضرر للأسنان واللثة (علامات القيء)
- انزعاج في المعدة والبطن
- الإمساك أو مشاكل في الجهاز الهضمي
- العقم أو مشاكل في الحيض
- مشاكل النوم
- مشاكل نفسية
- سرعة الإنفعال
- صعوبة في التركيز
- الإصابات الناجمة عن الإفراط في ممارسة الرياضة

برنامج اضطرابات الأكل في المركز الطبي في الجامعة الأمريكية في بيروت (AUBMC)

بالتعاون مع قسم التغذية العيادي وقسم الطب العائلي في AUBMC، قام قسم الطب النفسي في المركز الطبي في الجامعة الأمريكية في بيروت بأخذ المبادرة في تأسيس برنامج يهدف لتأمين عناية خاصة للمرضى الذين يعانون من اضطرابات الأكل. يؤمن برنامجنا خدمات عيادية وأكاديمية وتثقيفية واجتماعية متنوعة.

الفلسفة والرسالة

نحن في برنامج اضطرابات الأكل (TOP-ED) الجديد ندرك أن اضطرابات الأكل ليست محصورة في موضوع الطعام او في نظرة الانسان السلبية لجسمه ووزنه، بل انها اضطرابات متعددة الوجة، تنطوي على جوانب نفسية وعائلية وثقافية. كما اننا نعلم وجهة النظر القائمة على امكانية تحقيق الصحة في كل الأجسام والأوزان والأحجام.



الخدمات العيادية

يتبنى برنامج اضطرابات الأكل (TOP-ED)، الذي يقع في المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت، نهجاً متكاملًا، إذ يتألف فريق العمل من ذوي التخصصات المتعددة. ويسعى البرنامج لتوفير الرعاية المستندة لأحدث التطورات العلمية مع الأخذ بعين الإعتبار خصوصية كل فرد واحتياجاته. يشتمل العلاج على ثلاثة محاور – الأول: تشجيع المرضى على اتباع نظام غذائي منتظم، الثاني: معالجة القضايا النفسية المرتبطة باضطراب الأكل، الثالث: مساعدة المرضى على ادراك وتغيير الأفكار والسلوكيات التي قد تسهم في الاضطرابات.

يتم تكييف نوع العلاج ومستوى الرعاية بحسب عوارض المريض. كما يتم تشجيع عائلة المريض على لعب دور فاعل في العلاج. وتشمل الخدمات المقدمة ما يلي:

التقييم	الاستشفاء الداخلي	الخدمات العلاجية الخارجية
<ul style="list-style-type: none"> • يهدف تقييمنا الأولي إلى تحديد أهلية المريض لبرنامجنا. • نقيّم حدة الاضطراب لتحديد المستوى المناسب من الرعاية. • في حالات نقص الوزن الشديد و/أو المضاعفات الطبية، تتم إحالة المريض إلى وحدة الإستشفاء النفسي الداخلية (PIU). • تهدف التقييمات اللاحقة إلى تحديد الإحتياجات الصحية العامة من أجل توفير الرعاية الشاملة. 	<p>أثناء العلاج في المستشفى الداخلي، يتم تطبيق بروتوكول اضطرابات الأكل وفقاً لتوجيهات الطبيب النفسي المشرف على وحدة الإستشفاء النفسي الداخلية، بالتشاور مع فريق اضطرابات الأكل. تشمل الأهداف الأولية للعلاج في وحدة الطب النفسي ما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> • استعادة الوزن • استقرار الوضع الصحي • تثقيف الافراد والأسر 	<p>قد يستفيد المرضى من واحد أو أكثر من الخدمات التالية:</p> <ul style="list-style-type: none"> • العلاج النفسي الفردي • العلاج النفسي ضمن مجموعات • العلاج الأسري • الدعم المعنوي لأفراد العائلة • تثقيف الفرد وعائلته • حول طبيعة المرض • وبعض المفاهيم الخاطئة المرتبطة به • التثقيف الغذائي • العلاج الدوائي

تعرف على فريقنا

غنى إسماعيل، دكتوراه في علم النفس مديرة البرنامج



الدكتورة غنى إسماعيل هي معالجة نفس عيادية، مسجلة لدى كلية علماء النفس في أونتاريو. أكملت شهادة الدكتوراه في James Madison University جامعة جيمس ماديسون في عام 2008، وأصبحت عضو في هيئة التدريس في قسم الطب النفسي في AUBMC منذ يوليو من العام 2014. تعمل د. إسماعيل كمديرة للخدمات النفسية والاجتماعية في وحدة الإستشفاء النفسي الداخلية. وتشمل مجالات تخصصها اضطرابات الأكل، والصدمات التنموية، والعلاقة بين علم النفس والدين. وقد تلقت الدكتورة إسماعيل التدريب في العديد من المدارس العلاجية منها المعرفي السلوكي، والجدلي السلوكي، والعلاجات المختصة بآثار الصدمات النفسية، نذكر منها (EMDR) والمعالجة الحسية (طريقة مرتكزة على الجسد). وقد عملت الدكتورة اسماعيل قبل انضمامها إلى AUBMC في عيادة متخصصة باضطرابات الأكل في أونتاريو.

رسيل غزاوي، ماجستير (MA) منسقة البرنامج



السيدة رسيل غزاوي هي معالجة نفس عيادية في قسم الطب النفسي في الوحدة الجراحية لمعالجة السمعة المفرطة. حصلت على شهادة الماجستير في علم النفس من جامعة كولومبيا. ومن ثم عملت في المركز الطبي النفسي في جامعة كولومبيا - نيويورك. تعالج السيدة غزاوي حالياً مرضى في اضطرابات الأكل تحت إشراف الدكتورة إسماعيل، كما انها منسقة برنامج الذهان التخصصي التابع لـ AUBMC PROP .

**ماي صقر معلوف،
ماجستير (MA)
أخصائية تغذية**



السيدة ماي صقر معلوف هي أخصائية تغذية مرخصة في قسم التغذية العيادي في AUBMC منذ العام 2001. السيدة معلوف عضو في الجمعية الأمريكية للتغذية الوريدية والمعوية (ASPEN)، وعضو في الأكاديمية اللبنانية للتغذية وعلم التغذية (LAND) وعضو سابق في لجنة تحكيم الندوة اللبنانية لأطباء التغذية. وتشرف د. معلوف على تدريب التلامذة المتدرجين في مجال الحماية واطباء التغذية الدوليين الزائرين. وقد حاضرت في العديد من المؤتمرات الوطنية حول مواضيع عدة منها التغذية أثناء الحمل والرضاعة الطبيعية والسكري. كما تلقت تدريباً متخصصاً في اضطرابات الأكل تضمن مراقبة في اثنين من مراكز اضطرابات الأكل في فرنسا (Raymond Poincare and Institut Mutualiste Montsouris).

**الدكتورة جيهان ناعوس،
دكتوراه في الطب
طبيبة الأسرة**



الدكتورة جيهان ناعوس هي أخصائية طب الأسرة وتخرجت من جامعة القديس يوسف في لبنان. واثناء فترة تخصصها في طب المراهقين في مستشفى نيكولاس للأطفال في ميامي- فلوريدا تولت المسؤولية عن المرضى الذين يعانون من اضطرابات الأكل في العيادات الخارجية ووحدة الاستشفاء الداخلية. كما شاركت أسبوعياً في اجتماعات الاضطرابات متعددة التخصصات. الدكتورة ناعوس حائزة على شهادة المجلس العربي في طب الأسرة، وهي حالياً مشاركة عيادية في قسم طب الأسرة في AUBMC كما انها مستشارة عيادية في مركز مرسى للصحة الجنسية. وتشمل مجالات تخصصها طب المراهقين، واضطرابات الأكل، وانتقال الأمراض المزمنة من الأطفال إلى البالغين، وأمراض النساء المراهقين، والصحة الجنسية، والأمراض المنقولة جنسياً والتعامل مع السلوكيات المخاطرة.

من يستطيع الاستفادة من هذا البرنامج؟

يقدم برنامجنا العلاج للمرضى الذين يعانون من أعراض القهم العُصابي، والنهام العُصابي، وحالات الأكل والتغذية غير المصنفة في أماكن أخرى. نرى المرضى من جميع الفئات العمرية.

ننصح الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات في الأكل أو الذين يشكون بأن لديهم مشكلة في سلوكياتهم الغذائية باستشارة الاخصائيين في برنامجنا حيث يتم اجراء الفحوصات اللازمة لتحديد ماهية احتياجات المريض وما اذا كان برنامجنا ملائماً لتلبية تلك الاحتياجات.

الموقع وتعيين المواعيد

سواء كنت تعاني شخصياً من اضطرابات في الأكل أو كنت على صلة بشخص يعاني من المرض، لا تتردد بالإتصال بنا. نحن في برنامج اضطرابات الأكل في المركز الطبي في الجامعة الأمريكية في بيروت نسخر كافة جهودنا وكفاءتنا من أجل تأمين المساعدة والدعم الذي تحتاجه من أجل تحقيق الشفاء الدائم.

لتعيين موعد يرجى الإتصال على: 01 - 759 620 أو زيارة قسم الطب النفسي في المركز الطبي في الجامعة الأمريكية في بيروت، بيروت، لبنان.

للمزيد من المعلومات، يمكنكم الإتصال بنا عبر البريد الإلكتروني: rg34@aub.edu.lb.

عند الإتصال بنا ومن أجل تسهيل سرعة العودة بالرد المناسب ، من الضروري ان تذكروا رغبتكم بتحديد موعد مع احد الاخصائيين في برنامج ال Eating Disorders .

