

ورقة معلومات للدعم العاطفي لمريضة سرطان الثدي



يشكل مرض السرطان حدثًا مهمًا ومزعجًا من الناحية النفسية، والذي قد يسبب الإجهاد لدى النساء المصابات به. في هذه الفترة تحدث تغييرات في الحالة الصحية، إلى جانب العلاجات وآثار المرض عليك وعلى مختلف جوانب الحياة، ومن بينها الأسرة والعمل. كشفت العديد من الأبحاث بأنه من الممكن التقليل من الضيق الذي يسببه المرض وآثاره من خلال الاستجابة العاطفية المناسبة. يمكن للمساعدة العاطفية والنفسية أن تخفف عنك التعامل مع مختلف الجوانب، وأن تقوّيك وتمكّنك من الرفاهية النفسية. تهدف هذه الورقة إلى تعريفك بمجموعة متنوّعة من الموارد المتاحة لك كمريضة في مكابي وأسوتا.

المحل	نوع الخدمة	جمهور الهدف	أين تعطى الخدمة	التكلفة	لمزيد من المعلومات	
مكابي	العمل الاجتماعي	عموم السكان	المراكز الطبية في مكابي	مجانا	موقع مكابي على الشبكة مع مرافقة ودعم من عاملين اجتماعيين	
	العلاج النفسي	عموم السكان من جميع الأعمار	عيادة الصحة النفسية	مجانا	موقع مكابي على الشبكة تحت عنوان "الصحة النفسية"	
		عموم السكان من جميع الأعمار	العلاج النفسي مع معالجين لديهم اتفاقية مع الصندوق	مشاركة ذاتية	موقع مكابي على الشبكة تحت عنوان "الصحة النفسية"	
		السكان البالغون	هاتف	مجانا	هاتف: *3028	
		العلاج النفسي الداعم	العلاج النفسي للأشخاص المصابين بمرض جسدي	المستشفيات	يخضع لموافقة الطبيب/ الطبيب النفسي للصندوق	
	الطب النفسي	عموم السكان	الأطباء النفسيون لدى مكابي أو في عيادات الصحة النفسية	جباية ربع سنوية	موقع مكابي على الشبكة تحت عنوان الصحة النفسية	
	مجموعات الدعم	مرضى السرطان و/أو أفراد أسرهم	المراكز الطبية في مكابي	مجانا	مجموعات أنشطة تُنشر في موقع مكابي على الشبكة تحت عنوان "ورشات مكابي"	
	ورشة للمتعافين	المرضى الذين أنهوا العلاجات	برنامج التعافي "هشاحار شل ميراف"/تال حاما	الاشتراك بحسب اليوم	طريق الخدمات الصحية الإضافية في مكابي	
	العلاجات المكتملة	مرضى السرطان و/أو أفراد أسرهم	شبكة عيادات مكابي الطبيعية	الاشتراك بحسب العلاج	تخفيض حتى 68% لأصحاب "مكابي زاهاف" و"مكابي شيلي"	
	أسوتا	العلاج النفسي	مريضات ومرضى نشطين في معهد الأورام في أسوتا	مستشفى أسوتا رامات هحيال	مجانا - في إطار المستشفى	فريق طبّ الأورام في أسوتا
العمل الاجتماعي						
مجموعات الدعم		مجموعات للتقليل من التوتر بواسطة الاسترخاء والتصور الموجّه				
		مجموعة دعم للمريضات المتعافيات من سرطان الثدي				
		مجموعة دعم لمريضات سرطان الثدي الثقيلي				
		مجموعة للأهالي حول قضايا التواصل مع الأطفال عن المرض				
ورشات مركّزة على المنهج المعرفي السلوكي						
اتحادات/ جمعيات/ آخر	اتحاد مكافحة السرطان	مرضى السرطان			www.cancer.org.il	
	"حلاسرطان"	مرضى السرطان الشباب (18-44)			www.stop-cancer.co.il	
	"كّموني"	مجتمع افتراضي داعم للذين يواجهون حالات طبيّة مزمنة			www.camoni.co.il	
	"جماني" - أنا أيضًا أصبت بسرطان الثدي	نساء أُصيبن بسرطان الثدي			مجموعة في فيس بوك	
	"أحات متيشع"	جمعية تساعد النساء المصابات بسرطان الثدي			www.onein9.org.il	
	"عيزر متسيون" (قسم الصحة النفسية)	مرضى السرطان وأفراد أسرهم			www.ami.org.il/mental-health	
	جمعية "ح.س.ن" (ملتقى مرضى السرطان)	مرضى السرطان وأفراد أسرهم			موقع ح.س.ن - مجموعات بقاء، ودعم، ونموّ لمرضى السرطان ولأفراد أسرهم	
	"ياد لتوميخ" (مشروع "ياد سارة")	مرافقة أحد أفراد الأسرة			مركز دعم، ومرافقة، ومساعدة لمقدّمي الرعاية لأفراد أسرهم	
	منظمة CAREGIVERS israel	مرافقة أحد أفراد الأسرة			https://caregivers.org.il	
		مجموعات في الشبكة وجمعيات متخصصة بحسب نوع المرض				
الصحة النفسية	"تيننا" - علاج نفسي مهني وخاص بسعر متاح	عموم السكان	اشتراك ذاتي مخفّض للعلاج		www.tenne.org.il	
نقاها	"ريفانا" - نقاها للمتعافين من السرطان		مساهمة أصحاب وحدات النقاها في أرجاء البلاد	مجانا	www.refana.org	
العلاجات المكتملة	جمعية "يدي أور"	الماكتون في البيوت لأسباب طبية	علاجات مكتملة في بيت المريض	تكلفة رمزية	https://www.yedeior.org	
الحقوق	جميع حقوق مريضات سرطان الثدي بضغطه زر (من موقع "أحات متيشع")	مريضات سرطان الثدي			https://www.ze-shelah.com	

مكابي ليست مسؤولة عن المحتويات المذكورة في مواقع الجمعيات.

*هذه قائمة جزئية، حيث توجد في إسرائيل المزيد من الجمعيات الإضافية والمجموعات في الشبكة، بحسب نوع المرض. هذه القائمة لا تُعتبر توصية،