

رسائل من العيادة النفسية | 1 | أوجاع جسدية بلا سبب | د

يوسف مسلم

يوسف مسلم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. رسائل من العيادة النفسية. سنقوم بث رسالة كل كذا يوم ان شاء الله. مما نشاهده ونراه في العيادات النفسية. رغبة في بث الوعي بين الناس حتى يكون متاح لهم معرفة بعض المشكلات التي قد يتعرضوا لها - 00:00:00 حتى نعطيهم بعض التوجيهات لعلهم لا يحتاجون اليها. قد يكون غريب انه اخصائي نفسي يقول لك لعلك لا تحتاج لكتن حقيقة كثير من المشكلات لو تم العمل عليها قبل ما تتفاقم بشكل كبير لن - 00:00:30

تحتاج الى الاخصائي النفسي. وهذا موضوعنا اليوم. كثير من الناس بتبلش تعاني من عوارض جسدية وهاي العوارض الجسدية بتكون مهمتها غير واضحة لاجل ذلك يبدأ بمراجعة الاطباء. يراجع طبيب قلب طبيب انف واذن وحنجرة طبيب صدرية طبيب اه للجهاز الهضمي - 00:00:50

لانه العوارض مختلفة وغريبة عليه. والكل بيحكى له امورك بخير. او بيعمل له فحوصات اضافية نتيجة الشكاوى المهمة يعني هي مش شكوى جسدية واضحة بالشكل اللي يستطيع طبيب الاختصاص يضع اصبعه على الوجع الحقيقي. فهذا بيخللي الشخص - 00:01:20

في حالة من القلق الزائد. اذا يا ترى شو اللي بعاني منه؟ ايش المشكلة اللي بعاني منها؟ انا حاس بعوارض حقيقة. حاس بازعاج حقيقي. في جسمي او في معدتي او عند صدري في منطقة القلب. ايش اللي عماله بصير. غالبا اذا كان الفحص الطبي بيحكى لك انت بخير - 00:01:40

ما في شيء طببي حقيقي. اذا يبدو انه في ضغط نفسي تسرب الى بحيث صار يخليلك تشعر بهاي العوارض الجسدية. الضغط النفسي التراكمي والمستمر وعفترات زمنية طويلة شوي مرة بعد مرة تكون كانه الجسم زي الاسفنجه اللي بتشرب هاد الضغط ويصبح مثقل فيه. فيبدأ - 00:02:00

الجسم يتحدث لك بيحكى لك في وجع عندك هون في وجع عندك هون وانت بتسيير تتعامل مع هذا الوجع او هذا الالم او هذا الازعاج على اساس انه فقط وجع للجسم فتبثت بين الاطباء عن تفسير عن علاج عن - 00:02:30

دواء لعلك تخلص من هذا الازعاج او هذا الالم او هذا الوجع. لكن لما فحصنا عند اكثرب من طبيب وما لقينا في تفسير طبي واضح ممكن يحكوا لك ارهاق ازعاج اذا لا أصبح هذا معناه انه الجسم كما قلنا كالاسفنجه - 00:02:50

التوتر القلق الانزعاج الضغط النفسي. بحيث عماله بطالبك بحقه الان بانك تتعامل مع المكون الثاني هو المكون النفسي. انت تحت ضغط. انت تحت ضغوط معينة. قد تكون وصلت لحالة من القلق حتى. وبالتالي صار وقت - 00:03:10

تفهم وضنك النفسي اكثرب. هون ممكن تراجع اخصائيين متخصصين في موضوع العلاج النفسي. مش يكون فقط الطبيب النفسي هناك اخصائيين المعالجة النفسية. رغم انه يعني مراجعة الطبيب النفسي ممكن تكون ايضا خيار جيد حتى تفهم انه - 00:03:30 اللي بتتعرض له الان عبارة عن ضغوط وقلق. اذا اللي انت تحتاجه اذا كنت بتعاني من هذا الكلام انت تفهم شو يعني توتر شو يعني؟ قلق شو يعني تأثيره عالجسم وتبلش تعرف اكثرب كيف انت تخلص من هادي المشكلات اللي - 00:03:50 هتتأثر الان على جسمك ويتشربها جسمك. لعلنا في لقاءات قادمة وفي رسائل قادمة رايحين نحكى اكثرب عن وسائل وطرق وامور

تفيدك في هذا الكلام وتفيدك في هذه الناحية من مهارات وأشياء بيتبعوها الناس وبننصح فيها الجميع - 00:04:10
حتى ما يوصلوا لأننا او اذا وصلوا لأننا تكون امورهم لساتها في البداية وبسيطة ما تحتاج علاجات او تدخلات طويلة المدة. شakra
اللهم. شakra لمتابعتكم. والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته - 00:04:30