

شبكة الرعاية الصحية الأولية لتغطية كافة الاراضي اللبنانية



الدكتورة رندة حمادة
رئيسة دائرة الرعاية الصحية الأولية
ومديرة البرنامج الوطني للتحصين
في وزارة الصحة العامة

١- الرعاية الصحية الأولية: موجز عام

١- تعريف الرعاية الصحية الأولية وخدماتها:

الرعاية الصحية الأولية هي الرعاية الصحية الأساسية المتاحة على نحو شامل للأفراد والأسر في المجتمع المحلي بوسائل يمكنهم قبولها وبمشاركتهم الكاملة وبتكاليف يمكنهم تحملها. وتلك الرعاية تمثل نواة النظام الصحي. وتستند الى مبادئ العدالة والإنصاف والإستعمال الرشيد للموارد.

٢- خدمات الرعاية الصحية الأولية

٣- أهداف الرعاية الصحية الأولية:

هذا وإن أهداف الرعاية الصحية الأولية بحسب مؤتمر آلتا آتا في عام ١٩٧٨ حددت بثمانية عناصر:

- ١- التوعية والتثقيف الصحي
- ٢- الإصحاح البيئي وتوفير مياه الشرب
- ٣- توفير التغذية الجيدة
- ٤- خدمات أمومة وطفولة متكاملة
- ٥- خصين الأطفال ضد الأمراض الشائعة
- ٦- مكافحة الأمراض المتوطنة
- ٧- علاج الأمراض الشائعة
- ٨- توفير الأدوية الأساسية

وهذه العناصر يجب تقديمها طبقاً للأسس الأتية:

- ١- عدالة التوزيع
- ٢- التقنية المناسبة
- ٣- التنسيق مع الجهات ذات العلاقة بالرعاية من الجهاز الصحي وخارجه
- ٤- مشاركة المجتمع

٤- معايير الرعاية الصحية الأولية:

يجب وضع معايير للرعاية الصحية الأولية لتطبق على المؤسسات التالية (سواءً كانت خاصة أم عامّة): مراكز الرعاية الصحية الأولية. والعيادات. والمستوصفات. وتكون خدمات هذه الرعاية مقدّمة إما من قبل فرد ممارس أو من قبل مجموعة. أو فريق أو شبكة من مزودي هذه الخدمات. كما هي الحال في لبنان حيث اعتمدت وزارة الصحة العامة المؤسسة الكندية الدولية للاعتماد لتنفيذ برنامج اعتماد الرعاية الصحية الأولية منذ العام ٢٠٠٨. كما يمكن تقديمها في أماكن مشتركة أو في أماكن مستقلة متفرقة.

وتشمل معايير الرعاية الأولية في لبنان الفروع التالية:

- بناء عيادة ناجحة للرعاية الصحية الأولية
- المحافظة على سلامة أداء عيادات الرعاية الصحية الأولية
- وجود الأشخاص المناسبين والمتعاونين بهدف تقديم الرعاية
- توفير الخدمات وتنسيقها في مجال الرعاية الأولية
- تأمين أنظمة فعّالة للمعلومات الصحية. وسهلة الوصول والاستخدام; والمحافظة عليها وتطويرها
- مراقبة الجودة وتحقيق نتائج إيجابية
- ويأتي ضمن كل فرع من الفروع المذكورة أعلاه مجموعة من المعايير. التي تشمل معايير الجودة. ويرتبط كل معيار من معايير الجودة بأحد عناصر الجودة السبعة التالية:

- ١- قابلية الوصول من حيث ضمان وجود هذه الخدمات. بتكلفة معقولة. ومستوى جيد
 - ٢- المناسبة مقارنةً مع حاجات وتوقعات المستفيدين ومزودي الخدمات. وكذلك مع ما توصلنا إليه في هذا العصر من تطوّر وفعالية
 - ٣- استمرارية الرعاية للمستفيد. على مختلف مستويات الرعاية. وباختلاف مقدّمي الخدمات. ومع الوقت; بدءاً بالوقاية وصولاً إلى العلاج. ومروراً بالتوعية الصحية
 - ٤- الكفاءة من خلال ضمان تقديم الخدمة المناسبة. للمستفيد المناسب. بالطريقة المناسبة. وفي الوقت المناسب
 - ٥- الفعالية عبر اعتماد اقتصاد المهارات والتقليل قدر الامكان من تطابق الخدمات المقدّمة عبر الأقسام والوحدات المختلفة
 - ٦- السلامة عبر أتباع الأساليب المعتمدة في الحماية وإدارة المخاطر في التعامل مع المستفيدين. والمجتمع المحيط. ومزودي الخدمات. والأملك;
 - في بيئة عمل متحرّرة من ثقافة تبادل اللوم.
 - ٧- التطوير المستمر للأداء وفقاً لمعايير الأداء السائدة والمعايير المقياسية benchmark الرائدة في مجال الرعاية الصحية.
- وقد تمّ وضع هذه المعايير بحيث توفّر للمؤسسات الجديدة على أنظمة

الاعتماد. اللّبنات الأساسية في سبيل تحقيق الجودة. وتكون لهم في نفس الوقت دليلاً نحو السعي الدائم للتطوير والتميز. كما تأخذ هذه المعايير في الحسبان وجود درجات مختلفة من مراحل التميز. فتعتمد مقاييساً للجودة موزّعة على ثلاثة مستويات:

١- المستوى الأول/ الأساسي: تعكس مقاييس الجودة والمعايير المعتمدة في هذا المستوى حاجة المؤسسات التي لا تزال في طور البناء والنمو. فتعنى بالهيكلية وآليات سير العمل الأساسية. وتحديد جوانب الصحة والسلامة. وكيفية تحسين جودة خدمات الرعاية الصحية الأولية المقدمة.

٢- المستوى الثاني/ المتقدّم: يعتمد هذا المستوى على وجود العناصر الأساسية المذكورة أعلاه من الجودة والسلامة. ليركّز على تعزيز هذه المفاهيم ومأسستها في أطرعملية تهدف لتحقيق ثبات في مستوى جودة الأداء والخدمات المقدّمة. كما يولي اهتماماً بعناصر تقديم الرعاية الصحية التي تركّز على المريض Patient-Centered.

٣- المستوى الثالث/ المتميز: يكون الهدف الأساسي للمؤسسات في هذا المستوى هو تحقيق الريادة في مجال جودة وسلامة خدمات الرعاية الصحية الأولية التي تقدمها; ويكون اعتمادها لمقاييس الجودة بمثابة تعهّد دائم للتميز.

٢- مراكز الرعاية الصحية الأولية: دورها ومواصفاتها

تكمن أهمية دور مراكز الرعاية الصحية الأولية في: (أ) إرتباطه بعملية التنمية البشرية والمجتمعية المستدامتين والمساهمة في تأمين العدالة والإنصاف من المنظور الصحي; (ب) تمكين المجتمعات الخدمية عبر لعب دور الشريك الكامل في تحديد حاجاتها الصحية. وإقتراح الحلول. ومتابعة تنفيذ البرامج والأنشطة المقترحة; (ت) تقييم النتائج. إضافة إلى تنسيق أنشطة الفعاليات الصحية القائمة في نطاق إستقطاب المركز الصحي. هذا يقوي البنية الأساسية في النظام الصحي حيث يلعب المركز دور بوابة العبور الأولى للمواطنين. أفراداً ومجموعات. إلى النظام الصحي الوطني.

من هنا يمكننا القول أن المركز الصحي هو الحارس الصحي للنطاق الجغرافي. كما أنه أساس في عملية تمكين المجتمع المحلي عبر الدور التعزيزي. والدور الوقائي. والدور العلاجي. والدور التنسيقي الذي يلعبه. عليه فإن حاجة وجود مركز رعاية صحية أولية في نطاق جغرافي معين هي الشرط الأساس إما (أ) لإستحداث مركز صحي; أو (ب) للتعاون مع منفذ صحي ملائم قائم فعلاً في هذا النطاق الجغرافي. وإضافته إلى شبكة الرعاية الصحية الأولية. ومن هذا المنطلق يتمّ التعاقد مع مراكز صحية جديدة كل عام ليصبح عدد المراكز الصحية المنضوية ضمن الشبكة الوطنية للرعاية الصحية الأولية لغاية نهاية العام ٢٠١٥. ٢١٤ مركزاً صحياً.

هذا وقد وضعت منظمة الصحة العالمية توجيهات حول انشاء مراكز الرعاية الصحية الأولية تدعو الى:

- تحسين كفاءة وفعالية مرافق الرعاية الصحية الأولية
- وضع استراتيجية لتحقيق التوازن على أفضل وجه للشراكة بين القطاعين العام والخاص

- ممارسة طب الأسر.
- إعادة تصميم مسار المرضى ضماناً لإستمرارية الرعاية
- دعم نُظُم الإحالة
- دور كل من الرعاية الأولية والثانوية في التدبير العلاجي للأمراض ذات الأولوية. ولاسيماً الأمراض غير الإنتقالية. وتحديد دوريهما بوضوح في سياق الرعاية الصحية
- تنمية القوى العاملة في الرعاية الصحية الأولية
- إنشاء نُظُم لاعتماد تعليم العاملين الصحيين
- إشراك مقدّمي الرعاية الصحية وخفيزهم
- انتقاء التكنولوجيا الملائمة
- انتقاء الأدوية. من ضمن لائحة الأدوية الأساسية. وجودتها
- إعادة توجيه الخدمات الصحية نحو تعزيز الصحة

وهذه بعض التوجهات التي نعتمدها كوزارة للصحة العامة لوضع المواصفات الضرورية وتفصيل خدمات وبرامج المركز الصحي كحد أدنى:

أولاً: في المواصفات القياسية

١. نطاق الإستقطاب: Catchment Area

- عدد المستفيدين المحتملين
- حركة المستفيدين
- ٢. الخدمات الأساسية:

- نوع الخدمات: الطب العام أو طب العائلة بما في ذلك صحة الطفل والمسن وصحة الأم والطفل والأمراض المزمنة وصحة الفم والأسنان إضافة الى صحة مدرسية. إرشاد وتوعية. صحة مجتمعية / خدمات منزلية. وصحة نفسية.
- الجهاز البشري: الطبي والطبي المساعد والإداري
- ٣. البنى التحتية
- الغرف المناسبة للإختصاصات المذكورة أعلاه
- التجهيزات: الطبية إضافة الى التجهيزات الإدارية والتجهيزات الإلكترونية والتجهيزات الخاصة بالسلامة
- ٤. الدوامات الأساسية
- ٥. علاقة المركز الصحي مع المجتمع المحلي
- ٦. علاقة المركز الصحي مع الإدارة الصحية

ثانياً: في تفصيل خدمات وبرامج المركز الصحي

- ١- الخدمات العلاجية وتوفير الأدوية الأساسية.
 - ٢- خدمات البرنامج الوطني للتحصين.
 - ٣- خدمات الصحة الإيجابية.
 - ٤- خدمات صحة الفم والأسنان.
 - ٥- خدمات التثقيف الصحي ومشاركة المجتمع.
 - ٦- خدمات صحة البيئة ومكافحة الأمراض السارية والمستوطنة.
- هذا ولكل واحدة من تلك الخدمات طريقة تطبيقها داخل المركز الصحي وخارجه. إذ أن الخدمات التي تطبق خارج المركز الصحي ضرورية جداً في عملية تقييم المركز كون عمله لا يقتصر فقط على من يزور المركز بل يتعداه ليطلال أولئك اللذين ليسوا على علم بخدمات المركز أو لا يستطيعون الوصول اليه بسبب عوائق لوجيستية أو مادية أو سواها.

٣- الشبكة الوطنية للرعاية الصحية الأولية

١- توزيعها:

تنتشر مراكز الرعاية الصحية الأولية الـ ٢٢٦ في جميع المناطق

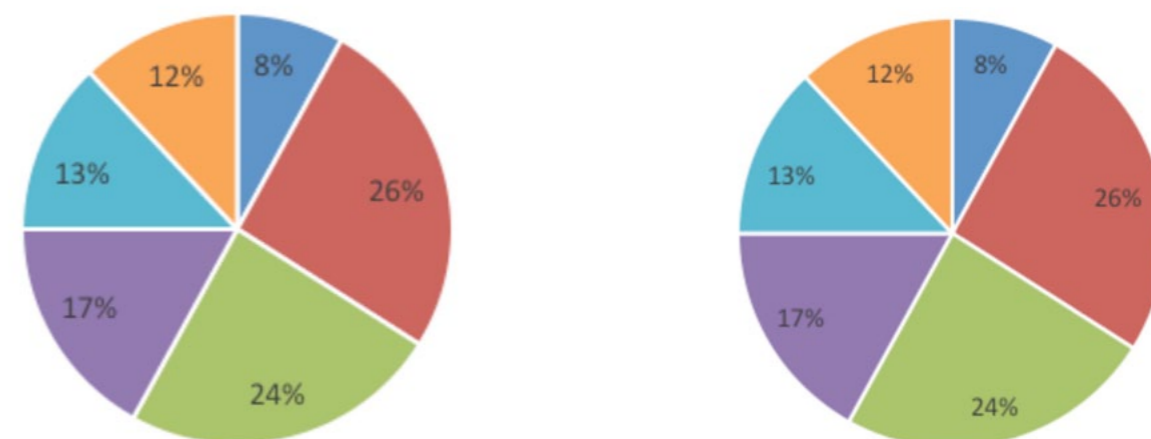
اللبنانية. حيث تم ضم ٣٠ مركزاً جديداً الى الشبكة في العام ٢٠١٥ وتكمن أهمية هذه المراكز في خدمتها للمناطق المحرومة والمكتظة بالنازحين. و١٨٪ من تلك المراكز تنتمي لمؤسسات القطاع الأهلي.

جدول رقم ١: توزيع مراكز الرعاية الصحية الأولية بحسب المحافظة في العام ٢٠١٥

محافظة	مراكز صحية					
	النبطية	الجنوب	البقاع	الشمال	جبل لبنان	بيروت
عدد	17	59	55	39	30	26
%	8%	26%	24%	17%	13%	12%
المجموع	226					

جدول رقم ٢: توزيع مراكز الرعاية الصحية الأولية بحسب الجهة التي تنتمي إليها

الجهة	المركز										
	مؤسسات أهلية / وزارة الصحة العامة	بلديات	بلديات	وزارة الصحة العامة / بلديات	مؤسسات أهلية / وزارة الصحة العامة	بلديات	مؤسسات أهلية / بلدية	بلديات	مؤسسات أهلية / بلدية	بلديات	مؤسسات أهلية / بلدية
النصف الأول من العام ٢٠١٥	15	17	8	14	22	121	15	4	4	15	4
المجموع	226										



النبطية | الجنوب | البقاع | الشمال | جبل لبنان | بيروت | النبطية | الجنوب | البقاع | الشمال | جبل لبنان | بيروت

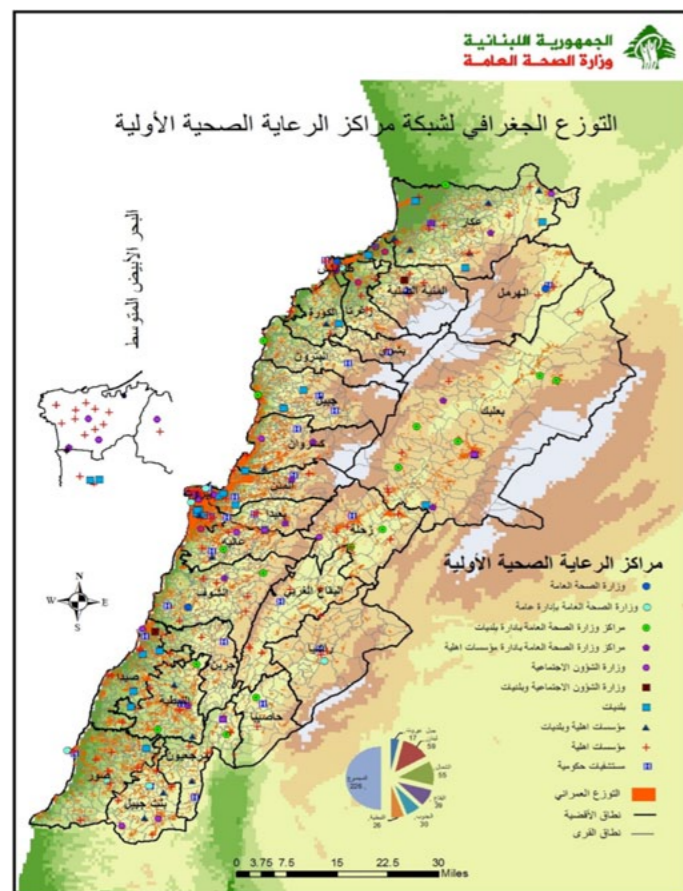
تشارك مؤسسات القطاع الصحي الأهلي بـ ١٨٪ من مراكز الشبكة الوطنية للرعاية الصحية الأولية

تشارك البلديات بـ ٢٠٪ من مراكز الشبكة الوطنية للرعاية الصحية الأولية

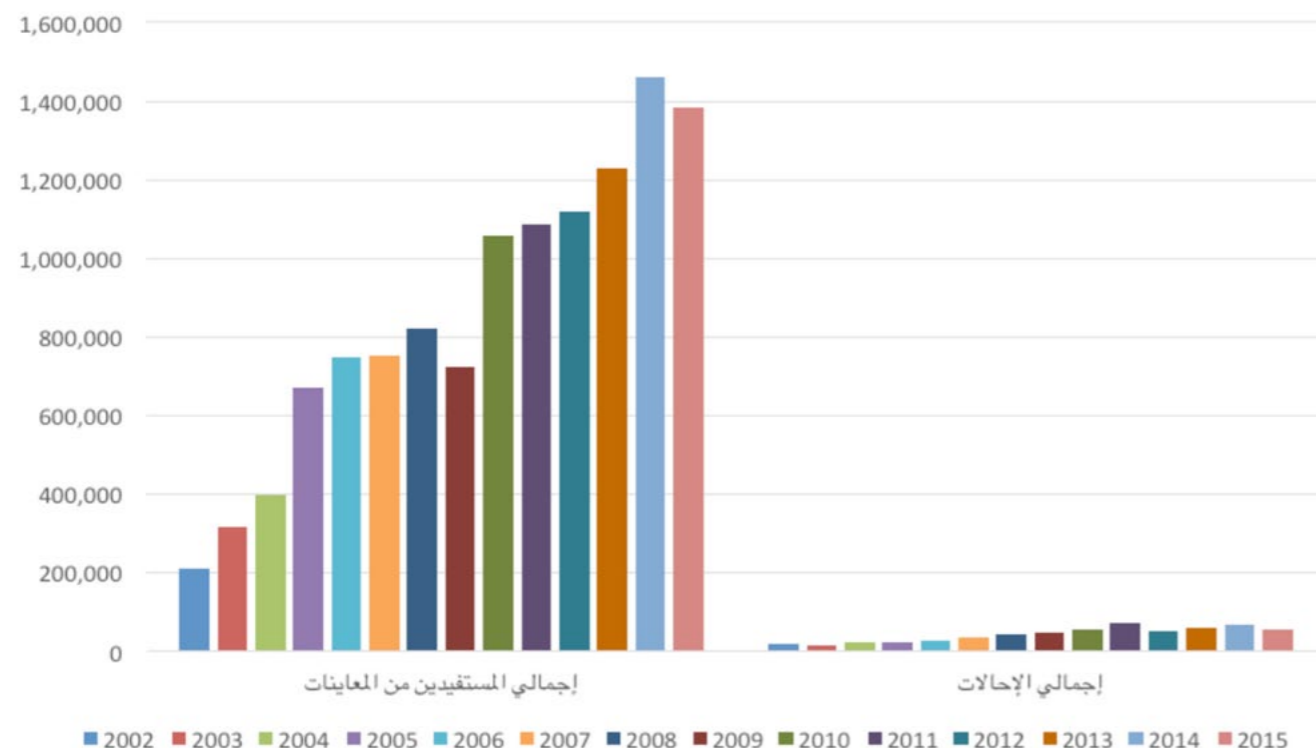
٢- خدماتها وإحصاءاتها:

جدول ٣: توزيع خدمات الرعاية الصحية الأولية: معاینات، مستفيدين واحالات / (٢٠٠٢ - ٢٠١٥) - (٢٨٪ ضمناً خدمات لغير اللبنانيين)

العام	إجمالي المستفيدين من المعاینات	إجمالي الإحالات
2002	211,375	18,399
2003	313,492	11,705
2004	398,303	22,861
2005	671,826	21,088
2006	749,744	25,082
2007	750,967	35,467
2008	822,416	41,649
2009	723,891	46,853
2010	1,057,774	53,781
2011	1,086,393	70,264
2012	1,118,943	51,838
2013	1,230,901	57,660
2014	1,460,029	65,140
2015	1,385,199	55,286

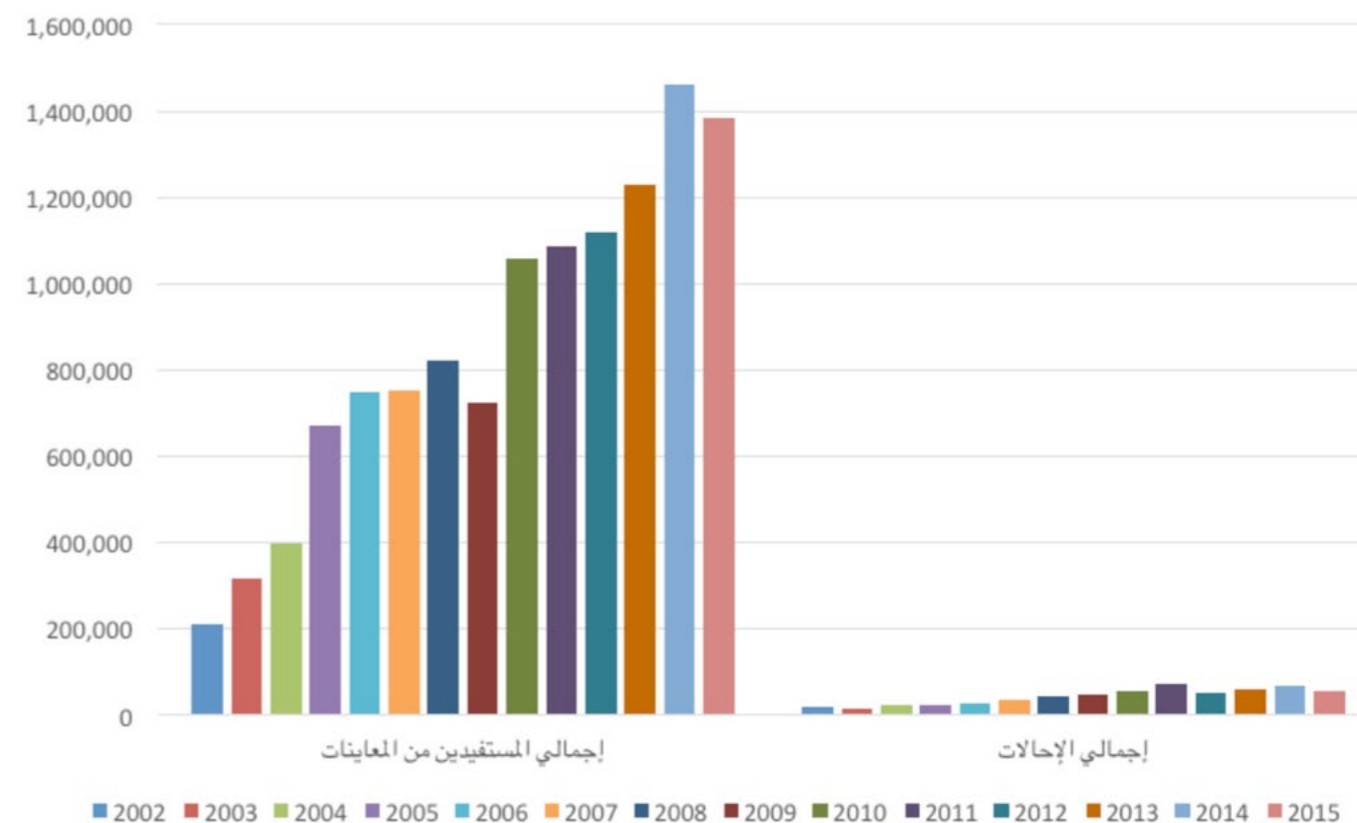


رسم ٢: خارطة التوزيع الجغرافي للشبكة الوطنية للرعاية الصحية الأولية



جدول ٤: توزيع المستفيدين بحسب الفئة (أطفال، حوامل، إناث، ذكور) ٢٠٠٢ - ٢٠١٥

العام	إجمالي أطفال	إجمالي حوامل	النسبة المئوية من العدد الإجمالي للحوامل في لبنان	إجمالي إناث	إجمالي ذكور
2002	39590	5124	3.6%	143102	105845
2003	62646	6624	3%	217563	161601
2004	80613	9592	3.4%	278268	215445
2005	117871	15385	3.5%	444536	313429
2006	140764	16370	3.1%	526546	395822
2007	138352	18156	3.4%	530023	376288
2008	112185	13340	3.2%	410955	290283
2009	133005	13122	2.7%	490425	366987
2010	185821	22098	3.1%	701541	511899
2011	193091	24966	3.3%	756127	555925
2012	196052	26666	3.3%	807606	597163
2013	233973	40651	4.5%	897629	661854
2014	308648	59885	5.7%	1,057,732	764223
2015	316,460	57,200	5.4%	1,063,692	753,512



جدول ٥: الأدوية الأساسية بحسب النوع (مزمن وغير مزمن)

وصفات مزمنة	أدوية مزمنة	وصفات غير مزمنة	أدوية غير مزمنة
2015	248,939	774,631	521,116
نسبة الدواء بالوصفة الواحدة	3	2	

٤- لائحة برامج الرعاية الصحية الأولية

• مشروع إعادة تأهيل الرعاية الصحية الأولية نحو التغطية الصحية الشاملة

٥- خاتمة

منذ إنشاء شبكة الرعاية الصحية الأولية في وزارة الصحة العامة كان الهدف الدائم تحسين وتطوير الخدمات وجعلها متوفرة للجميع لتعزيز وتنمية القطاع الصحي بشكل عام والحكومي بشكل خاص. إضافة الى تخفيف العبء المالي عن المواطنين وتخفيض الفاتورة الصحية بشكل عام ناهيك عن تحسين المؤشرات الصحية في لبنان. من هنا تطمح وزارة الصحة العامة الى توسيع شبكة المراكز الصحية الأولية لتغطية كافة الثغرات الصحية و يتمثل الهدف العام في هذا الإطار في انضواء ٢٥٠ مركزاً صحياً في نهاية العام ٢٠١٦ لتغطية كافة الأراضي اللبنانية.

المحافظة: جبل لبنان العدد: ٥٥

اسم المركز/المستوصف	هاتف
مركز بلدية الغبيري*	01-270034
مركز الرعاية الصحية الأولية - حارة حريك*	01-276181
رأس المتن الطبي*	05-380352
الطبي الإجتماعي - عين الرمانة	01-559986
عامل صحي - بعجور	01-273426
مستوصف الجمعية اللبنانية للرعاية الصحية الاجتماعية بنت الهدى - صبرا	01-838284
الصليب الأحمر اللبناني - الشياح	01-558803
دار الحوراء - بئر العبد	01-544889
حمامنا الصحي	05-530960
مركز عطاء بلا حدود	01-470661
مركز بلدية برج البراجنة*	01-472933
الصحة العامة - الجامعة اللبنانية - الحدث	05-463591 Ext:4633
مستوصف جمعية يدنا - بعبدا	05-923209
مركز الكيان الطبي - الشياح	01-454006
مركز بلدية الشياح للرعاية الصحية الأولية*	01-390051
مركز الخدمات الامتائية - عين الرمانة	01-386655
المركز الصحي الاجتماعي برج البراجنة	01-469115
مركز الخدمات الامتائية - الشياح	01-545476
مركز جمعية الهدى الصحي	05-553357

المحافظة: بيروت العدد: ١٧

اسم المركز/المستوصف	هاتف
الرعاية الصحية الأولية - مستشفى الكرنطينا الحكومي	01-442105
جمعية إماء بيروت	01-574157
سان أنطوان الصحي	01-442937
مركز الحرج المقاصدي*	01-633762
مركز الطريف الطبي	01-736088
مركز الباشورة المقاصدي	01-664368
الأوقاف الطبي صندوق الزكاة	01-636763
العناية بالطفل والام - بيروت	01-856118
دار الفتوى الصحي	01-795589
مديرية الصحة - رأس النبع - مؤسسة رفيق الحريري	01-797400
خاتم الأنبياء - النويري	01-663409
مديرية الصحة - طريق الجديدة - مؤسسة رفيق الحريري	01-663631
مستوصف الجمعية الخيرية الدرزية - وطى المصيطبه	01-855595
مركز مخزومي الطبي - المزرعة*	01-306266
مركز الخدمات الامتائية - المصيطبة	01-660894
مركز طب العائلة في الجامعة الاميركية في بيروت	01-663898
الرعاية الصحية الأولية - مستشفى رفيق الحريري الجامعي الحكومي	01-660020
	01-350000 Ext:3025
	01-832909

القضاء: كسروان العدد: ٦

اسم المركز/المستوصف	هاتف
الصحي الإجتماعي - غادير	09-901700
حراجل الصحي الحكومي	09-322460
المركز الصحي الاجتماعي بلونه*	09-230377
مركز الخدمات الامتائية - غزير	09-925426
مركز الأرز الطبي - ذوق مكاييل	09-225490
مركز بلدية ذوق مكاييل	09-212212

القضاء: المتن العدد: ١٠

اسم المركز/المستوصف	هاتف
مستوصف مار شربيل - البوشرية	01-900642
سان أنطوان بيت مري	04-872063
الطبي الإجتماعي بولغورجيان - برج حمود	01-253793 Ext: 6
مستوصف مار انطونيوس - الجديدة*	01-900996
قره كوزبان لرعاية الأطفال في لبنان*	01-263030
الطبي الإجتماعي - الفنار	01-684362
مستوصف مار ساسين - بسكنتا	04-288655
مركز الخدمات الامتائية - برج حمود	01-262687
مركز بلدية الجديدة	01-873369
مركز د. وديع الحاج الصحي - بسكنتا	04-288660

القضاء: جبيل العدد: ٢

اسم المركز/المستوصف	هاتف
مستوصف مشمش الخيري	09-760930
مستوصف طبابة قضاء جبيل*	09-540218

القضاء: الشوف العدد: ٨

اسم المركز/المستوصف	هاتف
شحييم الصحي الحكومي	07-241784
كفرحيم للرعاية الصحية الأولية*	05-720561
بيت الدين الصحي الحكومي	05-500048
الباروك الصحي الحكومي*	05-241018
مركز بيت بعقلين الطبي*	05-304081
مستوصف خريبة الشوف	05-310394
مديرية الصحة - الإقليم/كترمايا - مؤسسة رفيق الحريري*	07-971016
مستوصف جباع - الشوف	05-331150

القضاء: عاليه العدد: ١٠

اسم المركز/المستوصف	هاتف
مديرية الصحة - عرمون - مؤسسة رفيق الحريري	05-802548
الشوفيات الحكومي*	05-431551
مركز الخدمات الامتائية - عاليه*	05-554074
المركز الصحي الاجتماعي - صوفر	05-292330
مركز الإمام الصادق الصحي*	
مركز الإمام الرضى الصحي*	05-488799
مركز الخدمات الامتائية - حي السلم	05-480334
المركز الصحي الاجتماعي كفرمتي*	05-210750
المركز الصحي الاجتماعي عبيه*	05-210485
مركز عرمون الصحي	05-410180

المحافظة: الشمال العدد: ٥٠

القضاء: طرابلس العدد: ١٣

اسم المركز/المستوصف	هاتف
طرابلس الصحي المركزي	06-423893
الزهراء الطبي	06-380344
الإيمان - الميناء*	06-211770
القبة الإسلامي*	06-385685
ابن سينا الصحي الاجتماعي*	06-431120
مستوصف الكرامة الخيري*	06-430089
مديرية الصحة - طرابلس - مؤسسة رفيق الحريري*	06-392020
مستوصف العزم والسعادة*	06-432100
مركز الرحمة الطبي*	06-380283
مديرية الصحة - الميناء - مؤسسة رفيق الحريري	06-218811
الرعاية الصحية الأولية - مستشفى طرابلس الحكومي	06-385371
مركز القلمون الصحي	06-401500
مركز الزاهرية التخصصي	06-432100

القضاء: زغرتا العدد: ٥

اسم المركز/المستوصف	هاتف
جيهان فرنجية للخدمات الامتائية	06-660454
الطبي الاجتماعي - الخالدية*	06-662040
مستوصف مزاراة الخيري	06-570541
مركز الرئيس رينيه معوض	06-660911
مديرية الصحة - مرياطة - مؤسسة رفيق الحريري	06-255544

القضاء: بشري العدد: ١

اسم المركز/المستوصف	هاتف
مستوصف حصرون الخيري*	06-590032

القضاء: المنية - الضنية العدد: ٨

اسم المركز/المستوصف	هاتف
المنية الصحي الحكومي	06-461981
الخدمات الامتائية - ببعون*	06-242012
الإيمان الطبي - بطرماز*	06-494149
مديرية الصحة - المنية - مؤسسة رفيق الحريري*	06-463400
مديرية الصحة - الحازمية - مؤسسة رفيق الحريري	06-491950
مركز الإيمان الطبي سير الضنية*	06-490149
مركز النهضة الاجتماعية المنية	06-463481
مركز الحنان الطبي - المنية	06-462875

القضاء: البترون العدد: ١

اسم المركز/المستوصف	هاتف
مستوصف شكا الخيري*	06-545490

القضاء: الكورة العدد: ٣

اسم المركز/المستوصف	هاتف
كوسبا الصحي الحكومي	06-511900
الصحي الاجتماعي - جبوش	06-950344
النجدة الشعبية - كفرصارون	06-651088

القضاء: عكار العدد: ١٩

اسم المركز/المستوصف	هاتف
الطبي الاجتماعي - القبيات	06-350214
القديس بولس للخدمات الشاملة	06-691507
مشحا الصحي الخيري*	06-690676
الصحي المقاصدي - وادي خالد*	06-870197
مستوصف الكرم الخيري - المسعودية	06-810130
مديرية الصحة - عكار - مؤسسة رفيق الحريري*	06-885210
المركز البلدي لرعاية صحة الأم والطفل - مشمش*	06-896155
مركز الإيمان الطبي - بنين*	06-471303
مستوصف فنيديق الحكومي*	06-896311
مركز النجدة الشعبية - حلبا*	06-691600
مستوصف تلمعيان الحكومي*	06-810499
مركز الإرشاد الطبي - برقايل*	06-370047
مديرية الصحة - البيرة - مؤسسة رفيق الحريري*	06-830664
مركز الخدمات الامتائية - وادي خالد	06-870180
مديرية الصحة - فنيديق - مؤسسة رفيق الحريري	06-895982
مديرية الصحة - بنين - مؤسسة رفيق الحريري	06-471491
مستوصف نادي الجديدة الصحي عكار	06-695551
مركز حلبا الصحي الحكومي	06-695589
مركز كفرتون الصحي	06-850208

المحافظة: البقاع العدد: ٣٦

القضاء: زحلة العدد: ١٠

اسم المركز/المستوصف	هاتف
الامام الحسين - جلالا*	08-508484
عين كفرزبد الصحي الاجتماعي	08-925790
الفاروق الصحي - سعدنايل	08-505322
مركز قب الياس*	08-500688
تربل الصحي الحكومي	08-955688
بر الياس الصحي الحكومي*	08-510018
مركز الخدمات الامتائية - زحلة	08-815100
مديرية الصحة - تعنايل - مؤسسة رفيق الحريري	08-513321
مركز القيامة الصحي - حوش حالا	08-900750
مركز علي النهري الصحي	08-920944

القضاء: راشيا العدد: ٥

اسم المركز/المستوصف	هاتف
الصلب الاحمر اللبناني - راشيا	08-591101
رعاية الطفل - شهر الأحمر*	08-561159
الابرار الطبي*	08-563207
مستوصف راشيا الوادي	08-591177
*الرعاية الصحية الأولية - مستشفى راشيا الحكومي	08-591505

القضاء: الهرمل العدد: ٢

اسم المركز/المستوصف	هاتف
الصلب الاحمر اللبناني - الهرمل*	08-200089
البتول الصحي*	08-201151 Ext: 1020

القضاء: البقاع الغربي العدد: ٥

اسم المركز/المستوصف	هاتف
مركز مشغرة للرعاية الصحية الأولية*	08-651125
الجمعية اللبنانية للرعاية الصحية الاجتماعية - سحمر*	08-635656
مركز غزة الصحي	08-640638
الطبي الاجتماعي - كفرها/البقاع	08-645198
عامل الصحي - مشغرة	08-651704

القضاء: بعلبك العدد: ١٤

اسم المركز/المستوصف	هاتف
الطبي الاجتماعي - برقاً	08-320590
الشهيد فرج بلوق*	08-373513
النبى شيت الصحي*	08-335720
*مديرية الصحة - عرسال - مؤسسة رفيق الحريري	08-241231
مستوصف دير الأحمر	08-320373
شمسطار الصحي*	08-330024
بوداي الصحي الحكومي	08-300885
مركز بلدية اللبوة*	08-233655
مستوصف مطرانية الروم الكاثوليك - القاع	08-225210
مركز الامثاني الاجتماعي - قسرنبا	08-912117
مستوصف بلدية سرعين الفوقا	08-335472
مستوصف الجمعية اللبنانية للرعاية الصحية	08-912983
الاجتماعية - قسرنبا	08-371010
مديرية الصحة - بعلبك - مؤسسة رفيق الحريري*	
مركز الخدمات الإيمانية - بعلبك	08-370622

المحافظة: الجنوب العدد: ٣٠

القضاء: صيدا العدد: ١٧

اسم المركز/المستوصف	هاتف
مركز الخدمات الإيمانية - حارة صيدا	07-751398
مستوصف بلدية الغسانية*	07-420639
مجمع نبيه بري لتأهيل المعوقين	07-441010
	07-441020
مؤسسات الامام الصدر - كفرحتى	07-215660
مديرية الصحة - عين الحلوة - مؤسسة رفيق الحريري*	07-753502
مستوصف بلدية طنبوريت	07-205722
	07-205952
مستوصف الدكتور نزيه البزري*	07-727512
	07-721134
الغازية الصحي - جمعية البر والإحسان	07-223600
مركز كارتاس - صيدا	07-732268
	Ext: 101
الامام المهدي - الغازية	07-220140
مستوصف الشهيد معروف سعد	07-722393
الصليب الأحمر اللبناني - الزرارية	07-305610
الرعاية الصحية الأولية - مستشفى صيدا الحكومي	07-739610
	07-739405
المركز الصحي لجمعية سربتا*	07-443123
قناريت الصحي البلدي	07-220658
مركز الكيان الطبي - المروانية	07-506777
*مركز الخدمات الإيمانية - صيدا	07-724974

القضاء: جزين العدد: ١

اسم المركز/المستوصف	هاتف
الطبي الاجتماعي - روم	07-810131

القضاء: صور العدد: ١٢

اسم المركز/المستوصف	هاتف
الرعاية الصحية الأولية - مستشفى صور الحكومي	07-740293
	07-343630
مستوصف بلدية صريفيا	07-385092
عامل الصحي - البازوربه*	07-375135
مؤسسات الامام الصدر - الشهابية*	07-410407
الشهيد حيدر خليل - معركة	07-315989
طب العائلة - عيتيت	07-431156
مركز يارين الطبي	07-475440
الامام الخميني - العشوق*	07-345901
الرعاية الصحية الأولية - مستشفى قانا الحكومي	07-430537
مؤسسات الامام الصدر - صديقين - صور	07-430436
مركز الكيان الطبي - صور*	07-347546
عامل الصحي - صور*	07-343108

المحافظة: النبطية العدد: ٢٦

القضاء: النبطية العدد: ٨

اسم المركز/المستوصف	هاتف
مركز بلدية انصار	07-501447
مركز النميرية الخيري	07-505849
مركز جمعية الإيماء - يحمير	07-571446
الرعاية الصحية الأولية - النبطية	07-769092
قعقية الجسر الصحي الحكومي	07-542481
جباغ الصحي الحكومي*	07-210361
مركز كفرمران الصحي	07-761775
مركز دير الزهراني الصحي*	07-532319

القضاء: مرجعيون العدد: ٧

اسم المركز/المستوصف	هاتف
مستوصف الزهراء الخيري*	07-855377
عامل الصحي - الخيام	07-840052
مؤسسات الامام الصدر - دير سريان	07-850900
الخيام الصحي الحكومي	07-840536
مركز جمعية نور	07-831330
مركز مؤسسة الدكتور راجح طاهر الخيرية	07-860220
*مركز الخدمات الإيمانية - ميس الجبل	07-865040

القضاء: حاصبيا العدد: ٢

اسم المركز/المستوصف	هاتف
مستوصف كفرحمام الحكومي	07-560116
مركز الرعاية الصحية الأولية حاصبيا*	07-550519

القضاء: بنت جبيل العدد: ٩

اسم المركز/المستوصف	هاتف
مركز الخدمات الإيمانية - بنت جبيل*	07-450571
العباس - ياطر	07-425187
الامام الصدر - شقرا	07-370277
السيد عبد المحسن فضل الله - خربة سلم	07-405149
الطبي الاجتماعي - يارون	07-451540
الرعاية الصحية الأولية - مستشفى تبين الحكومي	07-325528
	07-326399
مركز الخدمات الإيمانية - عيتا الشعب*	07-465356
مركز النور الطبي - برعشيت	07-370989
مركز العناية الطبي الاجتماعي - عين إبل	07-470079

٧- المراجع

- *The World Health Report 2008- Primary Health Care: Now More than Ever. Geneva, World Health Organization 2008.*
- *People at the Center of Health Care: Harmonizing mind and body, people and systems. WHO Regional Office for South-East Asia AND who Regional Office for the Western Pacific. Geneva, World Health Organization, 2007.*
- *Health topics: Primary Health Care. World Health Organization website. http://www.who.int/topics/primary_health_care/en/*
- *Primary health care: report of the International Conference on Primary Health Care, Alma-Ata, USSR, 6-12 September, 1978, jointly sponsored by the World Health Organization and the United Nations Children's Fund. Geneva, World Health Organization, 1978 (Health for All Series No.1)*
- *PHC Database. Yearly Report 2014 & Mid-Year Report 2015. <http://www.moph.gov.lb/Prevention/PHC/Documents/AnnualReport2013.pdf>*
- *<http://www.moph.gov.lb/Prevention/PHC/Documents/Med-ReportPHC2014.pdf>*

ملاحظة: تم نشر هذا المقال في عدد سابق هو ال ٣١ الا انه في هذا العدد ٣٥ تمت اضافة قائمة بمراكز الرعاية الصحية الأولية حسب الاقضية نظراً لاهمية المشروع.

متفرقات

ادارة الافراد للبريد الالكتروني تؤدي الى اضرار صحية

دراسات أخرى أشارت إلى أن البريد الإلكتروني، قد يمثل أيضا فرصة لبعض الناس، للعمل عن بعد، لكنها لم تنف آثاره السلبية. تقول مادلين ماكغيفيرن، رئيس جمعية الصحة العقلية: «ما توصلنا إليه هو غياب حدود واضحة بين العمل والحياة الشخصية وذلك بسبب التقنيات الحديثة، نحن نعرف أن الناس يشعرون بأنهم بحاجة إلى فحص رسائلهم خارج ساعات العمل الأساسية، أو عندما يغادرون مكان العمل. في الوقت ذاته، هناك أعداد متزايدة من أرباب العمل، الذين يؤكدون وعيهم بهذه القضية ويسعون لفعل شيء ما في هذا المستوى.»

الأرقام تشير إلى أن عدد مستخدمي البريد الإلكتروني سيصل إلى حوالي مليار شخص بحلول العام ٢٠١٨، مقارنة بحوالي مليار شخص عام ٢٠١٤.

أشارت دراسة بريطانية حديثة إلى أن شكل إدارة الأفراد لبريدهم الإلكتروني، قد تؤدي إلى أضرار صحية. وفقاً للدكتور ريتشارد ماكينون، المشرف على هذه الدراسة، فإن حجم الرسائل الإلكترونية ليست هي المشكلة الأساسية، ولكن سعي أصحابها الدائم للإطلاع عليها.

يقول الدكتور ريتشارد ماكينون من «مركز أعمال المستقبل»: التحقق من البريد الإلكتروني الخاص بك في الصباح الباكر جداً، أو في وقت متأخر من الليل، أو الإطلاع عليه مرات عديدة في اليوم بسبب لك ضغطاً كبيراً.

المهم ليس عدد رسائل البريد الإلكتروني التي نتلقاها، ولكن متى وكيف نصل إلى البريد الإلكتروني.

الكثير من الناس، يعتقدون أنهم مضطرون للرد على رسائل البريد الإلكتروني خارج ساعات العمل.