



وزارة الصحة  
Ministry of Health

دليلك للأيام  
العالمية لعام  
**2023**  
الربع الأول

2023

# يوم إطلاق عش بصحة

## مقدمة:

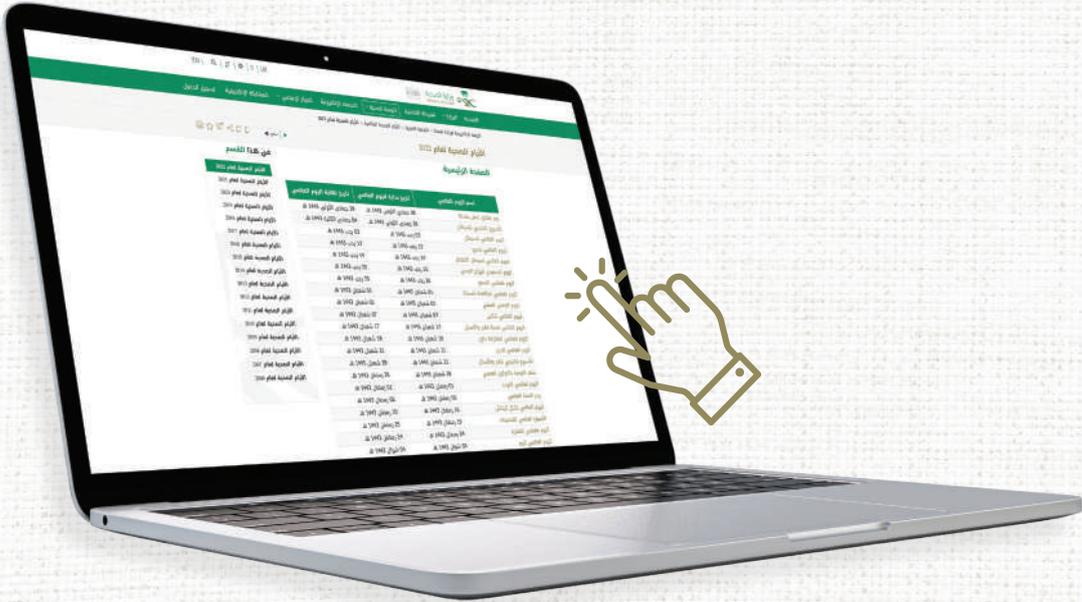


الطفولة وحتى مرحلة الشيخوخة، بهدف تحسين جودة الأداء في الحياة لعامة المجتمع، وتعزيز الوعي الصحي، وتغيير السلوك البشري الخاطئ.

تهدف وزارة الصحة السعودية إلى أن تكون منصة عش بصحة هي المرجع الأول والمعتمد للمعلومة الصحية الموثوقة؛ حيث تقدم معلومات صحية أساسية ومتنوعة تتعلق بصحة شرائح المجتمع كافة، من عمر

## تاريخ الأسبوع التوعوي:

2023 / 1 / 1م



منصة عش بصحة

# الأسبوع الخليجي للسرطان

## مقدمة:



و40% من حالات الإصابة يمكن التعافي منها إذا اكتُشفت مبكرًا، موضحًا أن العلم لا يزال يتقدم ويتطور للوقاية وعلاج الحالات المتبقية.

ولفت المجلس النضر في حملته إلى أهمية الإقبال على الفحوصات وعدم التراخي في هذا الجانب، وعدم تضخيم الخوف من السرطان، مبيّنًا أن ما نسبته 40% من حالات السرطان يمكن الوقاية منها باتّباع نمط حياة صحي،

أطلق مجلس الصحة الخليجي حملة توعوية خاصة بمرض السرطان تزامنًا مع الأسبوع الخليجي للسرطان حول حقيقة المرض وطرق التعامل معه، وكسر حاجز الخوف منه، وماهية الطرق العلمية المتبعة للتعافي منه.

## الأهداف:



حث المجتمع على اتباع نظام غذائي صحي عالي الألياف وقليل الدهون.

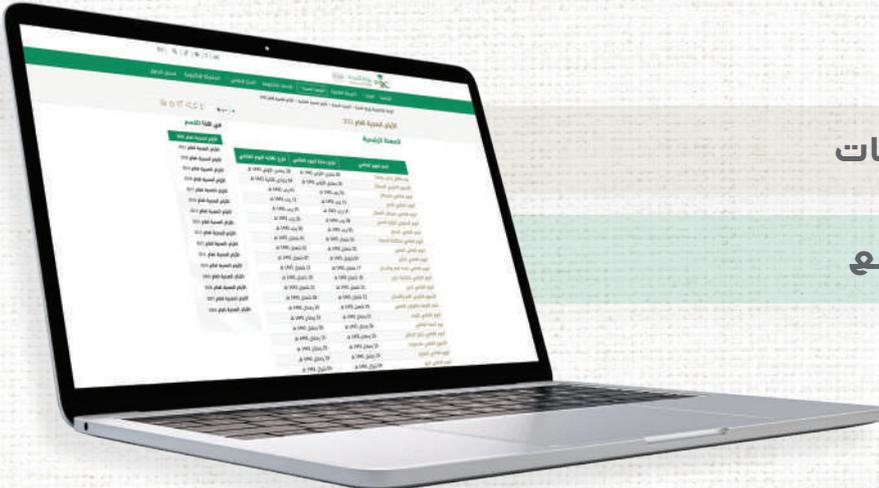


أهمية الفحص المبكر

تثقيف المجتمعات وتوعيتها بأمراض السرطان، وطرق الوقاية منها.

## تاريخ الأسبوع التوعوي:

2023 / 2 / 7-1م



المنتجات

الموقع



# اليوم العالمي للصرع

## مقدمة:

مستوى الدعم العام، الوعي بالصرع وفهمه، وتعزيز الجهود لتحسين خدمات الرعاية وتقليل تأثيرها.

تم إطلاق الحملة العالمية لمكافحة الصرع: «الخروج من الظل» في عام 1997 كمشروع مشترك بين منظمة الصحة العالمية والرابطة الدولية لمكافحة الصرع (ILAE) والمكتب الدولي للصرع (IBE)، وذلك بهدف رفع

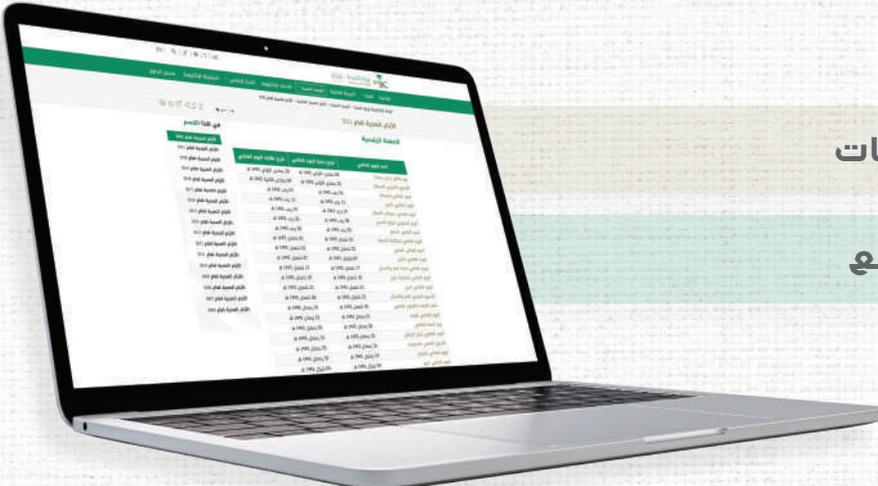
يُعد اليوم العالمي للصرع، الذي يُحتفل به كل عام في اليوم الثاني من شهر فبراير، فرصة لزيادة الوعي بمرض الصرع، وما هو عليه، وكيف يمكن علاجه، وما هو مطلوب لتقديم العلاج لجميع الأشخاص الذين يحتاجون إليه.

## الأهداف:



## تاريخ اليوم التوعوي:

2023 / 2 / 2م



المنتجات

الموقع



# اليوم العالمي للسرطان

## مقدمة:



الوقاية منها سنويًا من خلال زيادة وعي الأفراد،  
والحكومات في جميع دول العالم.

يتحد العالم بأجمعه في الرابع من فبراير في  
مكافحة وباء السرطان، حيث يتم السعي  
إلى إنقاذ الملايين من الوفيات التي يمكن

## الأهداف:



تشجيع الكشف  
المبكر، وتلقي  
اللقاحات الوقائية،  
والتوعية بأهميتها.

خفض الوفيات  
المبكرة الناجمة عن  
الأمراض غير المعدية  
بنسبة 25% بحلول  
عام 2025م.

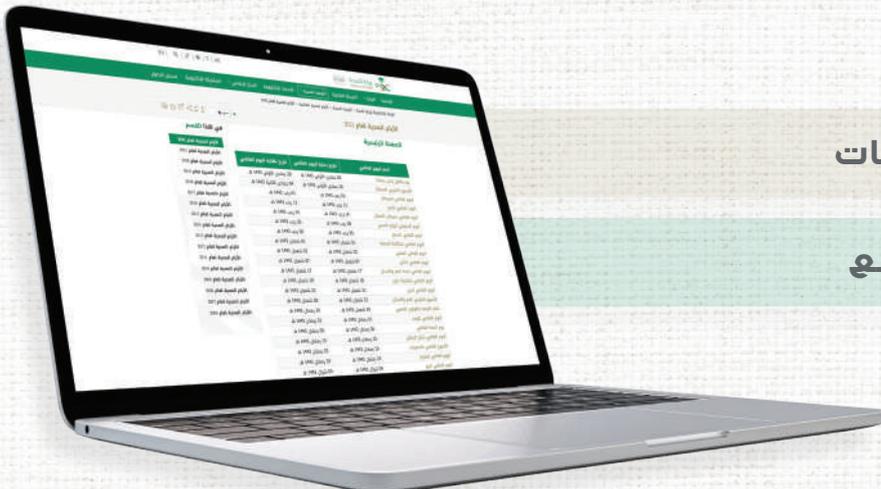


التأكيد على أن الحلول  
ممكنة ومتوفرة، وبإمكاننا  
كأفراد، أو مؤسسات وهيئات  
حكومية وغير حكومية،  
تقديم وسائل الدعم والتوعية  
والوقاية من السرطان.

تثقيف المجتمعات  
وتوعيتها بأمراض  
السرطان، وطرق  
الوقاية منها.

## تاريخ اليوم التوعوي:

2023 / 2 / 4م



## المنتجات

## الموقع



# اليوم العالمي لسرطان الأطفال

## مقدمة:



وللتعبير عن الدعم للأطفال والمراهقين المصابين بالسرطان والناجين وأسرهم.

اليوم العالمي لسرطان الأطفال هو حملة تعاونية عالمية لزيادة الوعي بسرطان الأطفال.

## الأهداف:



التوعية بالحقوق الأساسية لجميع الأطفال المصابين بالسرطان، والتي تشمل:

الحق في العلاج الطبي المناسب والجيد.



الحق في التشخيص المبكر والسليم.

الحق في متابعة الرعاية والخدمات وفرص العيش المستدامة للناجين.

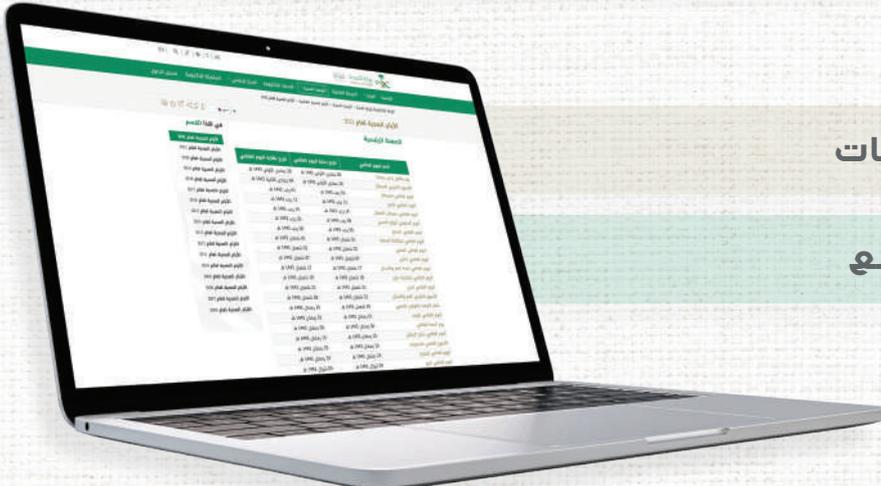
الحق في الحصول على الأدوية الأساسية المنقذة للحياة.

العالم بحلول عام 2030. ويمثل هذا تضاعفًا تقريبيًا لمعدل الشفاء الحالي وسيقتد حياة مليون طفل إضافي خلال العقد القادم.

**الهدف المنشود** من مبادرة منظمة الصحة العالمية لمكافحة سرطان الأطفال هو القضاء على جميع آلام ومعاناة الأطفال الذين يكافحون السرطان و السعي لتقليل 60% على الأقل من نسبة الوفيات عند الأطفال في جميع أنحاء

## تاريخ اليوم التوعوي:

2023 / 2 / 15م



المنتجات

الموقع



# اليوم السعودي للزواج الصحي

## مقدمة:

الكبد الفيروسي ب، التهاب الكبد الفيروسي ج، نقص المناعة المكتسب (الإيدز)، وذلك بفرض إعطاء المشورة الطبية حول احتمالية انتقال تلك الأمراض للطرف الأخر أو للأبناء في المستقبل، وتقديم الخيارات والبدائل أمام الخطيبين من أجل مساعدتهما على التخطيط لأسرة سليمة صحيًا.

النكاح بإحضار شهادة الفحص الطبي قبل إجراء العقد، على أن يكون هذا الإجراء أحد متطلبات تدوين العقد، مع ترك حرية إتمام الزواج لصاحبي العقد. وإجراء الفحص يتم للمقبلين على الزواج لمعرفة وجود الإصابة لصفة بعض أمراض الدم الوراثية ( فقر الدم المنجلي والثلاسيميا) وبعض الأمراض المعدية (الالتهاب

الزواج الصحي مفهوم شامل، يؤسس لحالة من الاكتمال والتناغم بين الزوجين من النواحي الصحية، والنفسية، والاجتماعية؛ بهدف حماية الزوجين وذريتهما من الأمراض المعدية، وإنجاب أبناء أصحاء. لذا؛ فقد أولت حكومة المملكة الرشيدة، اهتمامًا بإنشاء أجيال سليمة ومعافاة من خلال برنامج الزواج الصحي، ويلزم البرنامج طرفي عقد

## الهدف:

نشر الوعي بأهمية الفحص المبكر قبل مرحلة الزواج.

تاريخ اليوم السعودي:

2023 / 2 / 19م

المنتجات

الموقع

# الأسبوع العالمي لاضطراب الأكل

## مقدمة:

الشهية العصبي، والشَّرَه، واضطراب نَهَم الطعام. وغالبًا ما يؤثر على المصابين بشكل كبير على الوزن وشكل الجسم وكمية الطعام وهو شائع في سن المراهقة.

يعد أسبوع اضطرابات الأكل أحد أكبر الفرص للتوعية بسلوكيات الأكل التي تُؤثر بشكل سلبي على صحتك الجسدية والنفسية. ومن أكثر اضطرابات الطعام شيوعًا هي: فقدان

## الأهداف:

توعية المجتمع  
باتباع سلوكيات  
أكل صحية

الحث للحصول  
على طعام  
صحي

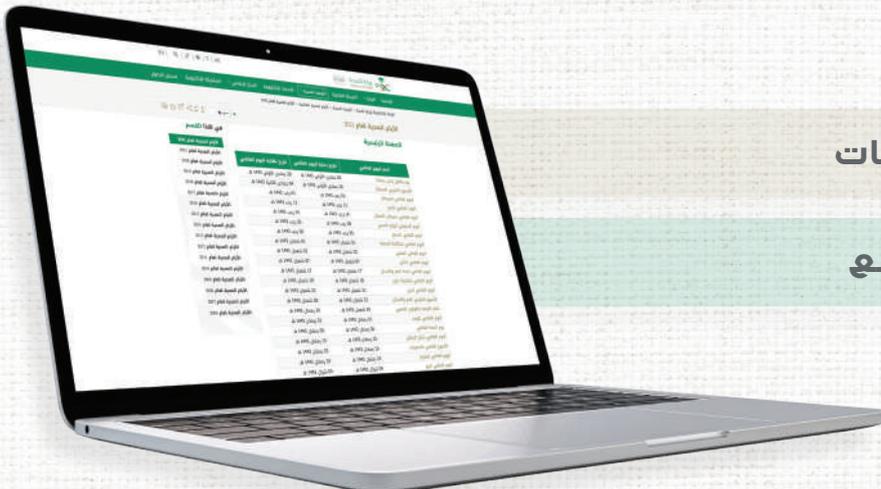
تاريخ الأسبوع التوعوي:

2023 / 3-2 / 28-6م



المنتجات

الموقع



# شهر التوعية بسرطان القولون والمستقيم

## مقدمة:

القولون والمستقيم، وكذلك دعم مرضى سرطان القولون والمستقيم والمتعافين منه وعائلاتهم.

مارس هو شهر التوعية بسرطان القولون والمستقيم، يتم الاحتفال به في جميع أنحاء العالم للتوعية بأهمية فحص سرطان

## الأهداف:

دعم المتعافين من سرطان القولون والمستقيم وذويهم.

تعزيز الكشف المبكر عن سرطان القولون والمستقيم والوعي الوقائي.

رفع مستوى الوعي حول عوامل خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم.

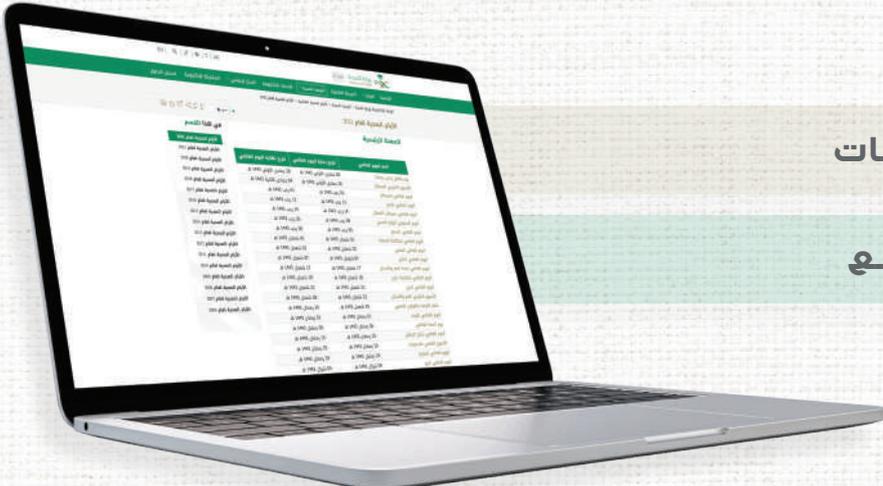
## تاريخ الشهر العالمي:

1-31 / 3 / 2023م



## المنتجات

## الموقع



# اليوم العالمي للسمع

## مقدمة:



موضوع يوم السمع العالمي 2023 هو « دعوة عالمية للعمل لمعالجة فقدان السمع وأمراض الأذن على مدار الحياة.

يوم السمع العالمي هو حدث عالمي سنوي للدعوة لرفع مستوى الوعي فيما يتعلق بفقدان السمع وتعزيز رعاية الأذن والسمع، والدعوة إلى اتخاذ إجراءات لمعالجة فقدان السمع والمشكلات ذات الصلة.

## الأهداف:

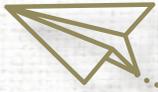


إلى اتخاذ إجراءات لمعالجة فقدان السمع، والمشكلات ذات الصلة.

رفع مستوى الوعي فيما يتعلق بفقدان السمع، وتعزيز رعاية الأذن والسمع، والدعوة

التوعية بأهمية الفحص المبكر للأشخاص المهددين بفقدان السمع وأمراض الأذن بهدف رفع نسب نجاح العلاج.

التشجيع على تنمية مهارات الأستماع و التواصل مع الآخرين لجميع الفئات العمرية.

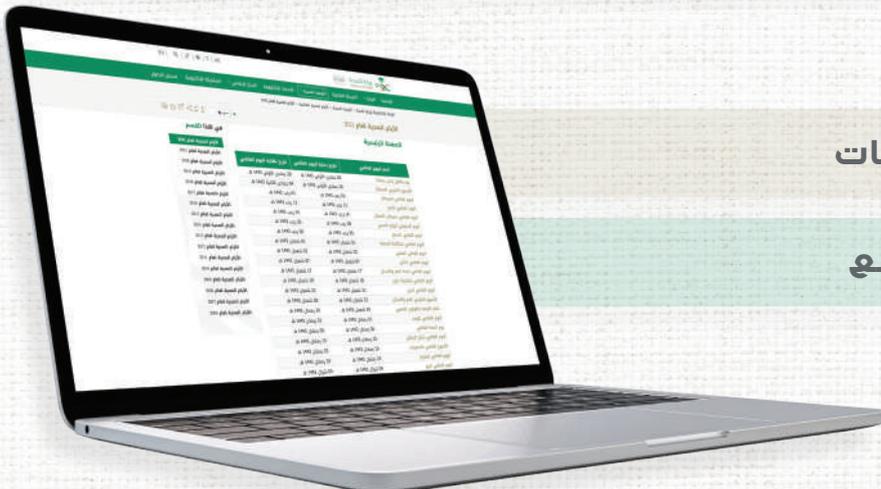


حث الأشخاص الذين يعانون بضعف السمع على فحص السمع بانتظام و طلب الرعاية الطبية عند الحاجة.

رفع الوعي بالإجراءات الوقائية لتجنب فقدان السمع وأمراض الأذن.

## تاريخ اليوم التوعوي:

2023 / 3 / 3م



المنتجات

الموقع



# اليوم العالمي لمكافحة السمنة

## مقدمة:

السمنة من أكبر المشكلات الصحية في العالم، وينظر لها على أنها وصمة العالم الحديث. ويحتاج التصدي لهذا المرض مسؤولية اجتماعية تتضمن حلولاً جذرية من ناحية الوقاية، والعلاج، والاهتمام بنمط الحياة الصحي.

الكافي على هذا المرض بما يتناسب مع المخاطر الصحية المترتبة عليه. والسمنة مرض مزمن يصيب أكثر من ملياري شخص في العالم، وهو عامل خطورة مهم جداً للإصابة بكثير من الأمراض المزمنة. وتُعد

قام الاتحاد العالمي للسمنة، بتغيير تاريخ اليوم العالمي لمكافحة السمنة من الحادي عشر من شهر أكتوبر، إلى اليوم الرابع من مارس في عام 2020م؛ لتوحيد الاحتفاء بهذا اليوم عالمياً؛ بهدف إتاحة الفرصة، وتسليط الضوء

## الأهداف:

تسليط الضوء على أهمية اتخاذ التدابير الوقائية لمكافحة السمنة، بدعوة الجهات ذات العلاقة؛ للتعاون والمساهمة في إيجاد حلول للقضاء على السمنة.

رفع الوعي الصحي لدى أفراد المجتمع بأسباب ومخاطر السمنة، وطرق الوقاية منها.

دعوة وتشجيع الخبراء، وأصحاب الأعمال لبذل الجهود، ومساعدة المستهلكين في تغيير نمط الحياة غير الصحي.

رفع الوعي الصحي بأهمية اتباع نمط حياة صحي، وتشجيع الكشف المبكر عن السمنة؛ لخفض نسبة انتشارها.

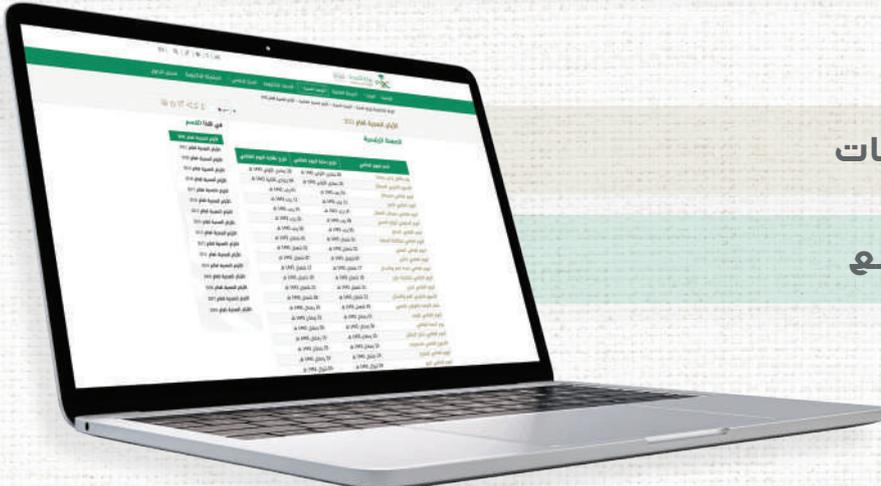
## تاريخ اليوم التوعوي:

4 / 3 / 2023م



## المنتجات

## الموقع



# اليوم الوطني للمشبي

## مقدمة:



الرياضة بشكل عام بسبب ظروفه الصحية؛ بل إن المشبي سيسهم في تحسين الصحة، واستعادة النشاط، ويمكن جعله جزءًا من الحياة اليومية. في أثناء المشبي، تتحرك جميع عضلات الجسم ابتداءً من عضلات القدمين، وصولاً إلى عضلات الذراعين. كما أنه يزيد تدفق الدم إلى جميع أعضاء الجسم.

مواصلات وترفيه. ففي العصر الحاضر نرى أنه كلما زاد تطور البشرية قلت ممارستهم له. يمكن ممارسة هذه الرياضة في أي وقت، وفي أي مكان، مثل: الحدائق، أو الأسواق، أو الطرقات العامة، أو على شاطئ البحر وغيرها. ولا تقتصر هذه الرياضة على عمر معين وحتى لو لم يكن الشخص قادرًا على ممارسة

تعد رياضة المشبي من أقل الأنشطة البدنية تكلفة، وأبسطها، وأسهلها، ولا تتطلب أي معدات أو مهارات خاصة. كما أنها وسيلة لتحسين اللياقة البدنية، والحفاظ على الصحة، والحد من التوتر. ولكن فإن من المؤسف أنه لم يحصل على التقدير الذي يستحقه، سواء من الناحية الصحية، أو قيمته كوسيلة

## الأهداف:



التحفيز على المشبي بمشاركة جميع فئات المجتمع في مناطق المملكة كافة؛ ليوكب تطلعات الوطن نحو جسم سليم في وطن طموح.



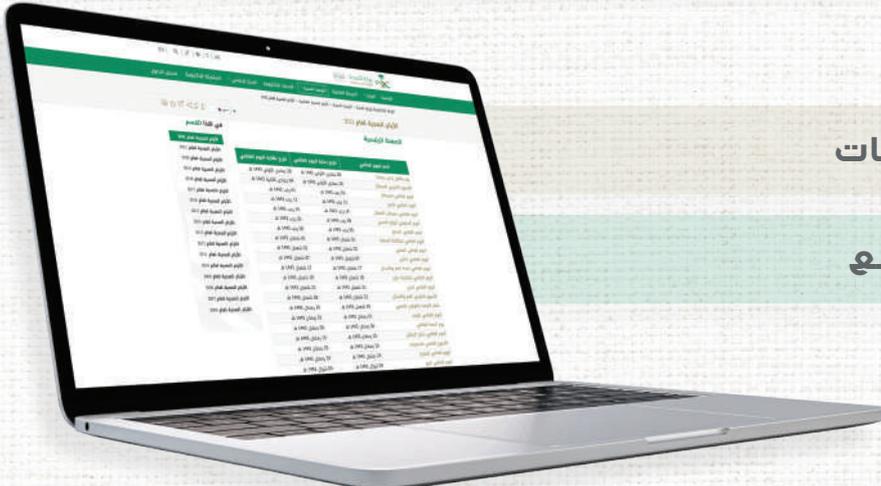
تعزيز الصحة العامة.

نشر ثقافة المشبي، وزيادة عدد ممارسي رياضة المشبي.



تاريخ اليوم التوعوي:

2023 / 3 / 5م



المنتجات

الموقع



# الأسبوع العالمي للجلوكوما

## مقدمة:

الأسبوع العالمي للجلوكوما (المياه الزرقاء) هو مبادرة فريدة من نوعها تسلط الضوء على الجلوكوما باعتباره السبب الرئيسي للعمى الذي لا يمكن علاجه في جميع أنحاء العالم. يمكن للتشخيص والعلاج الفوريين للجلوكوما أن يمنعا ضعف البصر غير

وأنظمة صحة العيون الفعالة. إن التلاقى النشط للمجتمع الدولي مع الزملاء وأصحاب المصلحة الرئيسيين من خلال الأحداث لتحفيز الوعي والحوار هو إظهار للتزامنا المشترك بتحسين رعاية مرضى الجلوكوما في جميع أنحاء العالم.

الضروري، ومع ذلك، لا يدرك الكثيرون أنهم مصابون بالمرض أو قد لا يحصلون على الرعاية التي هم في أمس الحاجة إليها. نظرًا لأنه من المتوقع أن تزداد الأرقام بشكل كبير، فإن القلق المتزايد على الصحة العامة يحتاج إلى مزيد من الاهتمام

## الأهداف:

تنبيه الجميع لإجراء فحوصات منتظمة للعين (والعصب البصري) من أجل اكتشاف الجلوكوما في أقرب وقت ممكن.

رفع مستوى الوعي بشأن الجلوكوما من خلال سلسلة من الأنشطة الجذابة في جميع أنحاء العالم.

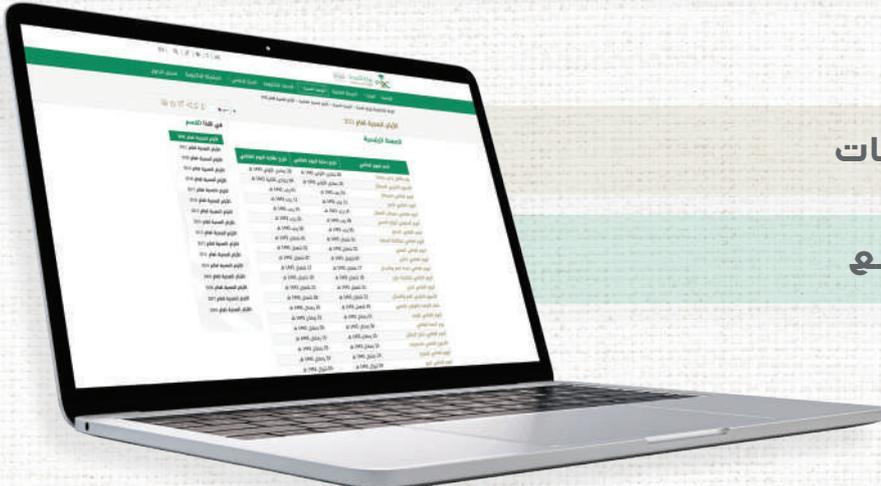
دعوة المرضى ومقدمي العناية بالعيون والمسؤولين الصحيين وعامة الناس للمساهمة في الحفاظ على البصر.

## تاريخ اليوم التوعوي:

2023 / 3 / 14-8م

## المنتجات

## الموقع





# اليوم العالمي للكلى

## مقدمة:



والوعي بكيفية التعايش مع مرض الكلى للمصابين .

اليوم العالمي للكلى يهدف إلى زيادة الوعي بأهمية الكلى للإنسان، وتسليط الضوء على الوعي بالسلوكيات الوقائية، وعوامل الخطر،

## الأهداف:



تثقيف جميع المهنيين الطبيين حول دورهم الرئيسي في اكتشاف وتقليل مخاطر الإصابة بمرض الكلى المزمن ، لا سيما في الفئات المعرضة للخطر.

تشجيع الفحص الدوري للكلى لجميع مرضى السكري وارتفاع ضغط الدم.

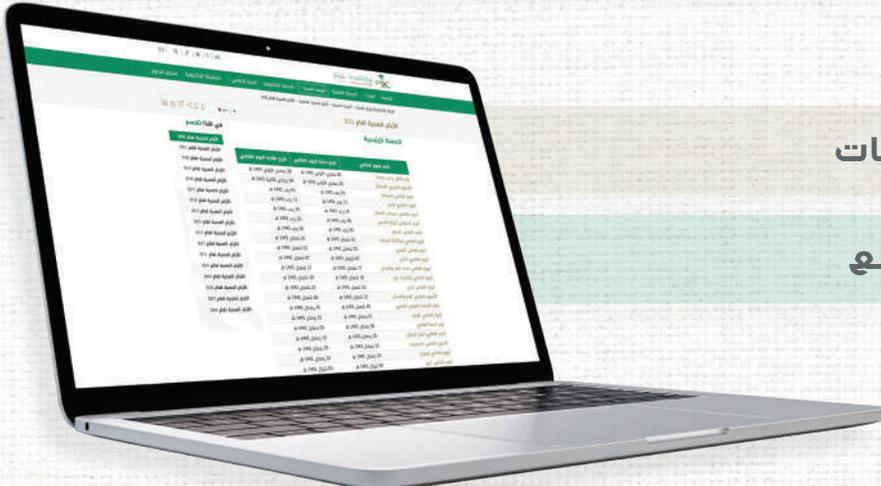
التشجيع على السلوكيات الوقائية.

تسليط الضوء على أن الزراعة هي أفضل علاج للفشل الكلوي، والتبرع بالأعضاء هي من أفضل المبادرات لإنقاذ الحياة.

رفع مستوى الوعي حول أهمية الكلى والتوعية بارتباط مرض السكري وارتفاع ضغط الدم بأمراض الكلى المزمنة.

## تاريخ اليوم التوعوي:

2023 / 3 / 9م



## المنتجات

## الموقع



# اليوم العالمي لصحة الفم والأسنان

## مقدمة:



الوقائية، والتوعية كذلك بأهمية الحفاظ على صحة الفم والأسنان.

يتحد العالم كل عام في 20 مارس لتعزيز صحة الفم والأسنان، من خلال الإجراءات والتدابير

## الأهداف:



تشجيع الفحص الدوري للأسنان.



تشجيع التغذية الصحية، قليلة السكريات، ومكافحة التدخين.

التوعية بأهمية الاعتناء بنظافة الفم والأسنان.

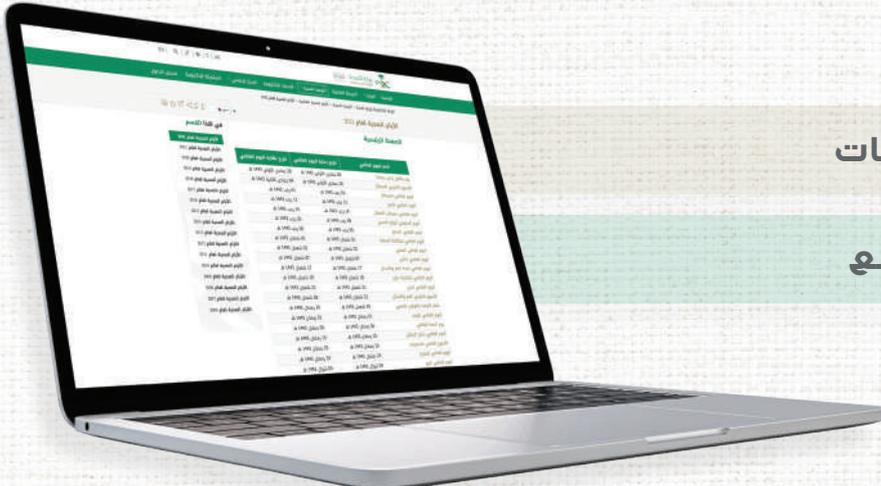
## تاريخ اليوم العالمي:

2023 / 3 / 20م



المنتجات

الموقع



# اليوم العالمي لمتلازمة داون

## مقدمة:

في هذا اليوم الأشخاص الذين يعانون من متلازمة (داون) وأولئك الذين يعيشون ويعملون معهم في جميع أنحاء العالم ينظمون ويشاركون في الأنشطة والفعاليات؛ لرفع مستوى الوعي العام، وخلق صوت عالمي واحد يدافع عن حقوق ودمج ورفاهية الأشخاص ذوي متلازمة (داون).

ينتح العالم سنويًا يوم 21 مارس للاحتفال باليوم العالمي لمتلازمة (داون)، الذي اعتمده الجمعية العامة للأمم المتحدة في ديسمبر عام 2011م؛ حيث يهدف إلى التوعية بمتلازمة (داون)، ودعم الأشخاص المصابين بمتلازمة (داون) وعائلاتهم.

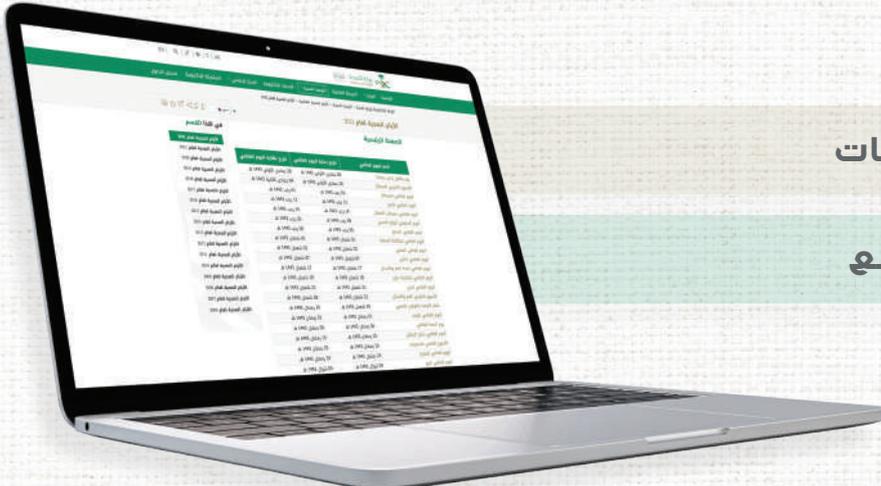
## الأهداف:

تشجيع الأشخاص المصابين بمتلازمة (داون) على الدراسة أو العمل.

التوعية بمتلازمة (داون) وكيفية حدوثه.

التوعية بدور الأشخاص المصابين بمتلازمة (داون) في المجتمعات.

تاريخ اليوم العالمي:  
2023 / 3 / 21م



المنتجات

الموقع



# اليوم العالمي للبصریات

## مقدمة:

وبمختصين البصریات.

يتم الاحتفال باليوم العالمي للبصریات في  
23 مارس كرمز للاحتفال بالبصریات كمهنة

## الأهداف:

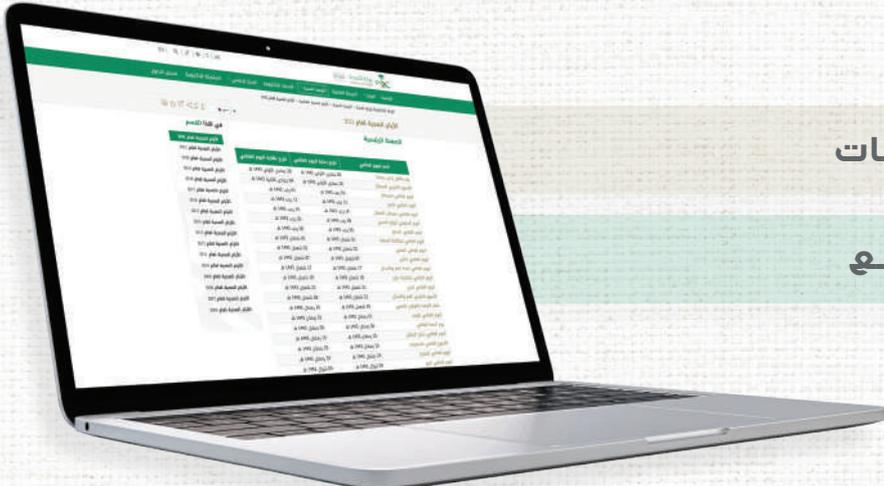
التذكير بدور البصریات  
الإكلینیکیة عالمیاً  
ومحلیاً.

التذكیر بخدمات  
البصریات.

التوعية بأهمية مهنة  
البصریات حول العالم.

## تاریخ الیوم العالمی:

2023 / 3 / 23م



المنتجات

الموقع



# اليوم العالمي للدرن

## مقدمة:

كوخ أنه اكتشف البكتيريا المسببة لمرض السل، مما فتح الطريق أمام تشخيص هذا المرض وعلاجه.

والاقتصادية المدمرة للسل، ولتكثيف الجهود للقضاء على وباء السل العالمي. يصادف هذا التاريخ عام 1882م عندما أعلن الدكتور روبرت

في كل عام، نحتفل باليوم العالمي لمكافحة السل في 24 مارس لرفع مستوى الوعي العام حول العواقب الصحية والاجتماعية

## الأهداف:

تجديد الالتزام والعهد السياسي والاجتماعي؛ من أجل إحراز مزيد من التقدم في الجهود الرامية للقضاء على داء الدرن.



تسليط الضوء على بذل الجهود للقضاء على الدرن.

اتخاذ إجراءات الوقاية من المرض.

التوعية بماهية الدرن وطرق انتقاله.

## تاريخ اليوم التوعوي:

2023 / 3 / 24م



المنتجات

الموقع



# اليوم العالمي لثنائي القطب

## مقدمة:

فترات من الانفعالات الشديدة وتغيرات في السلوك، تسمى «نوبات المزاج»، والتي يمكن أن تستمر من أيام إلى أسابيع.

القطب، المعروف سابقًا باسم الهوس الاكتئابي، هو اضطراب مزاجي يسبب تحولات جذرية في المزاج والطاقة والقدرة على القيام بالمهام اليومية. يعاني الأشخاص المصابون بالاضطراب ثنائي القطب من

يتم الاحتفال باليوم العالمي للاضطراب ثنائي القطب في 30 مارس من كل عام، وهو عيد ميلاد فنسنت فان جوخ، الذي يُعتقد على نطاق واسع أنه عانى من اضطراب ثنائي القطب. الاضطراب ثنائي

## الأهداف:

زيادة الوعي العالمي بالاضطرابات ثنائية القطب والقضاء على وصمة العار الاجتماعية. من خلال التعاون الدولي.

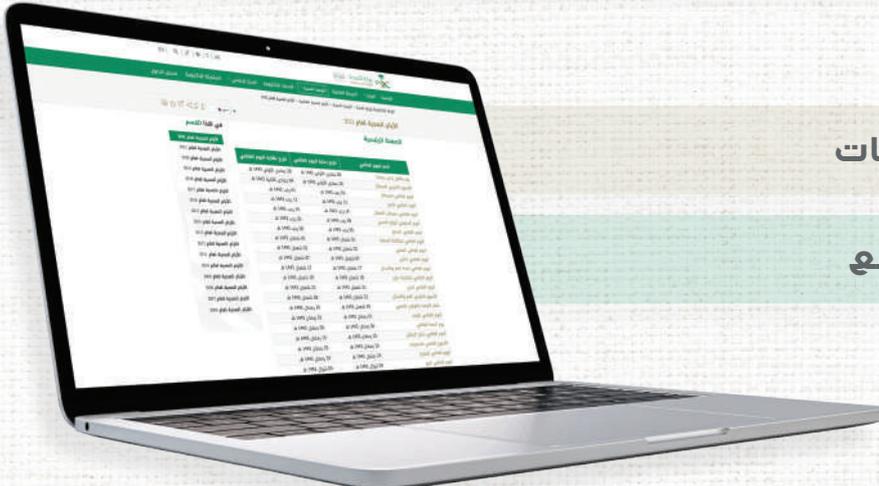
تزويد سكان العالم بمعلومات حول الاضطرابات ثنائية القطب من شأنها تثقيف وتحسن الحساسية تجاه المرض.

## تاريخ الأسبوع التوعوي:

2023 / 3 / 30م

## المنتجات

## الموقع





وزارة الصحة  
Ministry of Health

2023