

أ.د/ خالد علي الدرندي رئيس جامعة الزقازيق



تحت رعاية معالي الأستاذ الدكتور رئيس الجامعة وراعى الأنشطة
الطلابية أ.د/ خالد علي الدرندي

تم إصدار أول مجلة للأنشطة الطلابية في كلية التمريض جامعة الزقازيق
أصدرت كلية التمريض جامعة الزقازيق أول مجلة تستهدف توثيق
الأنشطة الطلابية لطلاب الكلية وتشجيعهم على المشاركة بمختلف
الأنشطة على المستوى المحلى والإقليمي

أ. د/ نادية محمد طه
عميد كلية التمريض
جامعة الزقازيق
ورئيس تحرير المجلة



أبنائي وبناتي طلبة وطالبات كلية التمريض جامعة الزقازيق، أهدىكم
هذا الإصدار ثمرة مواهبكم الفذة وأقلامكم الرصينة والمُعد خصيصاً
لطرح رؤيتكم والتعبير عن هويتكم
والإفصاح عن مواهبكم الكامنة من أجل الارتقاء
بهذا الكيان والصرح العملاق وإعلاء شأنه
ورفعته لنظل دائماً وأبداً في الصدارة
ومنارة للعلم والمعرفة،
وفقكم الله وإلى الأمام دائماً



أ.د/ حنان عمارة
أستاذ تمريض النساء والولادة
كلية التمريض
جامعة الزقازيق
ونائب رئيس تحرير المجلة

إن للنشاط الطلابي أثر فعال في عملية التربية والتعليم لكون الطالب أهم
عنصر في وضع خطة الأنشطة وتنفيذها،

الأمر الذي يؤدي إلى تعلم أكثر تأثيراً وجاذبية ويساعد

على وجود بيئه تعليميه راقيه كما يساهم في إعداد الشباب.

لذا يجب ان نشجع ابناءنا الطلاب على تنمية هواياتهم وابتكاراتهم فى شتى
المجالات العلميه والثقافيه والعلميه والفنيه والرياضيه وهذا يساعد على بناء
شخصية وتعزيز لغة الحوار والتوازن والابداع.



د/ نورا محمد عطيه أحمد
مدرس تمريض النساء والولادة
كلية التمريض
جامعة الزقازيق
المدير التنفيذي للمجلة

عزيزي الطالب...

عزيزتي الطالبة...

أصحاب الأقلام البّناء ذات المردود الإبداعي المبتكر
فخورة بنبض اناملكم وثرء حصيلتكم اللغوية التي قادها السبيل إلى
صياغة الإبداع في سطور.
والأن أنت اللحظة التي أرتقب فيها نتاج دأبكم ومثابرتكم بخروج هذا
الإصدار المتوج بمحتوي نسجته مخيلتكم وسردته هويتكم المستقلة.
اتمنى لكم مزيداً من الإبداع المتقد والمكمل بالنجاح والتوفيق في
مستقبلكم القادم بسواعدكم الفتية، حفظكم الله ورعاكم وسدد خطاكم.





تنبيه هام

هذه النسخة حصرياً لمجلة هوية
للأنشطة الطلابية بكلية التمريض
جامعة الزقازيق ولا يحق لأى
طرف التصرف بالمحتوى دون
الرجوع لأصحاب المقالات



المحتوى

م	المحتوى	الكاتب	رقم الصفحة
1	تكنيك إياد نصار في التمثيل	د/ نشوة أحمد حسين	8
2	اجزخانة ممرض "بريمبران"	مؤمن هانى عيسوى	10
3	قصيدة افة اللسان	د/ نورا محمد عطيه	12
4	ما بين الصمت والكلام	سلمى عرفه سليمان	14
5	مغرم الصمت	اسلام بدران	17

تكنيك إياد نصار في التمثيل



بقلم: د/ نشوة احمد حسين
مدرس تمريض الصحة
النفسية والعقلية
كلية التمريض ومسئول لجنة
الدعايا والاعلام بالمجلة

إياد نصار هو ممثل أردني الأصل ويعتبر واحداً من ألمع نجوم السينما والتلفزيون في العالم العربي. يتميز بأدائه المميز وقدرته على تجسيد شخصيات مختلفة ببراعة وحكمة. إليك بعض الجوانب العامة التي قد تميز أسلوبه في التمثيل: التعبير العاطفي: يتميز إياد نصار بقدرته على التعبير عن مشاعر الشخصيات التي يجسدها بشكل مؤثر، وهذا يساعده في جعل الجمهور يتعاطف ويتفاعل مع الشخصيات التي يقدمها بشكل عميق وصادق، مما يجعل جمهوره يشعر بقوة ومصداقية أدواره. التنوع: يقوم إياد نصار بتجسيد شخصيات متنوعة، حيث يمكنه الانتقال بسهولة بين الأدوار الكوميديّة والدرامية والحركية، مما يبرز مدى مرونته في التمثيل. البحث والاستعداد: يعتبر إياد نصار من الممثلين الذين يولون اهتماماً كبيراً للتحضير لأدوارهم. يقوم بالبحث المكثف حول الشخصية والظروف التي تحيط بها ليصورها بدقة. الانسجام والتركيز: يتميز بقدرته على الانغماس في شخصياته والتركيز على التفاصيل الصغيرة التي تساهم في تكوين الشخصية بشكل كامل ومتكامل. الجاذبية والحضور: يمتلك إياد نصار جاذبية خاصة وحضور قوي على الشاشة، مما يساعده في جذب انتباه الجمهور واهتمامهم بأدواره. فن الالقاء: يتمتع بصوت قوي وحضور مسرحي مميز، وهذا يساعده في أداء الأدوار التاريخية



والدرامية بنجاح. نظرًا لأن التمثيل فن فردي يعتمد على الموهبة والشخصية، فإن أسلوب إياد نصار قد يتطور ويتغير مع مرور الوقت وتجاربه المختلفة. إنه فنان موهوب ومتعدد المواهب يستحق الاحترام والتقدير عن جهوده في عالم التمثيل. قدم إياد نصار العديد من الأعمال المميزة في السينما والتلفزيون، ومن أبرز مسلسلاته "موجة حارة وهذا المساء وأفراح القبة وأريد رجلا وحجر جهنم وحواديت الشانلزيه. كما شارك في العديد من الافلام السينمائية الناجحة. نال إياد نصار العديد من الجوائز والتكريمات عن أعماله المتميزة، ويُعتبر أحد الأسماء المرموقة في عالم التمثيل بالوطن العربي.

أجزخانة ممرض بريمبران



بقلم: مؤمن هانى عيسوى عبد
القوى

فى هذا الباب نستعرض الادوية من اجزخانة ممرض ونقلب فى رفوف الأدوية لنلقى الضوء على فعاليتها وأثارها الجانبية والحالات المحظور فيها استخدام الدواء

علاج الترجيع المشهور فى عالم الادوية وهو بريمبران "PRIMPERAN" مادته الفعالة "Metoclopramide" يستخدمه : لعلاج الغثيان والقيئ الذى يحدث للمريض الذى يأخذ العلاج الكيميائي ، أو فى العمليات الجراحية . علاج ارتجاع المريء، وحرقة المعدة، والقرحة المعدية التى تحدث مع الارتجاع المريئي لابد ان تعرف ان هذا العلاج Dopamine receptor antagonist بمعنى انه يقلل مستقبلات الدوبامين لانه يؤثر على ال CTZ الذى يبعث الاشارة الى Vomiting center لى يحدث الترجيع ، فعندما نقفلها لن يحدث ترجيع.

لكن لو المشكلة انك ترجع عندما ترى او تشم شئ حاد للحواس ، وتلك المسئول عنها هو ال higher brain centers in cerebral cortex وهذا يرسل اشارات مباشرة الى vomiting center . لا يصل اولا الى CTZ لذلك لا يصح اخذ بريمبران ولكن تأخذ بسكوبان (مادته hyoscine) لأنه M blocker لابد أن تعرف ايضا ان لا يصح استخدامه للأطفال الصغار لأنه يسبب حالة اسمها " extra



" pyramidal manifestations " ودي بتسبب " اختلال فى الحركه ورعاش وتشنجات وايضا لا يصح استخدامه لكبار السن لأنه بيقلل من تأثير الدوبامين فى الجسم وبالتالي كبار السن اللذين لديهم " رعاش " تكون نسبه الدوبامين اصلاً قليله ولو أخذ منها سوف تزيد من حدة الاعراض وهو ايضا يقلل مستقبلات الدوبامين فيحدث زيادة فى البرولاكتين وبالتالي لبن الرضاعه بيزيد لكن هناك مشكله انه يصل للمخ ويمكن ان يسبب أعراض نسميها extrapyramidal Symptoms وهذه الاعراض يمكن أن تحدث للأُم علي شكل رعشة في اليد او تشنج في عضلات الرقبة واللسان والأطراف السفلية. ، فمن الافضل ان تستخدم موتيليوم "domperidone" وهو مثله بالظبط ويعمل نفس التأثير ولكن لا يصل للمخ ولا يسبب الأعراض التى يحدثها البريمبران ، ويزيد اللبن بنسبة 45% ويبدأ يعطى نتيجة بعد اسبوعين من الاستخدام جرعه 3 مرات في اليوم قبل الأكل بنص ساعة وفى النهاية حابب اقول لك ان هذا مجهود حدث من اجلك ولكى نستفيد جميعا .

قصيدة :- آفة اللسان



بقلم: د/ نورا محمد عطيه
مدرس تمريض النساء و الولادة
المدير التنفيذي للمجلة

الصمت قاتل وسهم القول فتّاك

لا يجذّر بك في نُصرة الحق إمساك

تقوه بالصدق لا تتريث في إزهاق باطل

فسكوتك عن دفع الظلم خَرسٌ وانتهاك

وحرّيّ بك أن تصمت في مجالس الغيبة

والنميمة لا يبوح بها الا شيطان يتجسد بملاك

فسهام الكلمات نافذة الطعنات دامية

تخترق الأفئدة وأنت تهمز وتلمز ولا تلجم فاك

عبارتك كسيف بئار تقتل في وضح النهار

وكأنك لم تلفظ شيئا وتزُف بشري بعود الآراك



أراك لا تستحي في حديثك وترودني

عن حسن صنيعك وتمزح ساخراً؛ أغدأ ألقاك

لم يعد لي رغبة في سماعك صه يافتي

فأفأ لسانك قول الزور ستفودك لمثواك

لم يغد لتصنع اللغو جدوى فلا داعي لفحيح

الأفاعي الصماء التي لا تسعى الا الي الهلاك

وجذب أطراف الحديث مع امثالك

مضيعة للوقت وعبث أودي الي استهلاك

ما بين الصمت والكلام



سلمي عرفه سليمان عطيه
الفرقة الاولى

"في الطريق يسيرون معا...."، يبدأ الكلام في التحدث مخاطبا الصمت فهذه عادته ولا يمكنه التخلي عنه..

الكلام: ألم تعلم عزيزي الصمت اني معجزه الانسان التي انعم بها الله عليه دون سائر المخلوقات.

الصمت: كعادته الا يتكلم نظر اليه فقط دون أن يتفوه بكلمة.

الكلام : تكمن قوتي أيها الصمت في معاني الكلمات التي تساعد صاحبي في البوح عما يريد .. اعلم ليس لديك شئ سوي السكوت .الصمت : نظر اليه مره اخري مبتسما ابتسامته الخفيفة التي اعتدنا عليها دون أن يتكلم .

الكلام : انا اصنع الانجازات واسمح للأشخاص بتحقيق ذواتهم واثبتاتها للجميع.

الصمت : لا يفعل شئ سوي النظر ولا ينطق بشئ .

الكلام : انا الحروف في مدلولاتها . انا الكلمات في قوة معانيها . انا المساهم الوحيد في تحقيق التفاهم بين الناس بعضهم البعض . الصمت: يعرف قيمه ذاته ولا يريد ان يبرهنها لأحد، مكتفيا بسكوته الذي كثيرا ما أفاده.



الكلام : ماذا تظن صديقي بسكوتك فاعلا؟ لا تجيد حتي التعبير عن نفسك فكيف ستعبر عن أي شي بداخلك !! هذا انا ما اشعر به اعبر عنه انا الذي لا يمكن إيقافه.

الصمت : ابتسم ابتسامته المعتادة ولكن كأن فيها شيء من استنكار الكلام او ربما مقصده انه غير متفق مع ما يقوله الكلام فنحن النعرف ما يريد هذا هو الصمت يا ساده الكلام : وقد ظهرت عليه ملامح الغضب فهو مازال يثرثر بالكلمات والصمت الا يعطيه اهميه أهذه عادتكم صديقي انك لا تكثرث لأمر أصدقائك ام انك تفعل هذا معي فقط ولا تجيبي؟

الصمت : لم يستجيب كعادته فهو لا يجيد التظاهر بشيء ليس من طباعه ،واكمل السير وبجانبه الكلام .الكلام :نظر الي الصمت قائلا له 'ستظل هكذا طيله عمرك لا تجيد التعبير عن نفسك ولا حتي تستطيع نقد ما يحدث حولك عكسي انا تماما انا الذي احلل الموقف واعبر عنه بأسمى الكلمات الصمت : نظر اليه الكلامثم نظر اليه الكلام هو الآخروجد الكلام في عين الصمت الكثير والكثير والكثير كأن لغة العيون لا يفهمها الا من هو مدرك بها .. الي ان وصلا الي شاطئ البحر ثم توقف الصمت عن السير ... فتعجب الكلام : ما الذي اوقفك صديقي؟؟ دعنا نكمل السير انا كعادتي اقص واحكي وانت تسمع ولا تتكلم.

الصمت : أخذ يتنفس بعمق ثم نظر الي الكلام وخرج عن سكوته قائلا :هل تفتخر يا صديقي بفصاحه كلماتك؟؟ ألم تعلم أن الكلمات منها الصحيح ومنها الخطأ؟؟ ومنها الصدق والكذب ومنها الطيب والخبيث لكن الصمت هو الافصح دون نقاش ، علي الاقل فهو لا يحتمل الخطأ عكس الكلام.

الكلام : بتعجب نظر الي الصمت أهذا انت حقا؟ انا لا اصدق كنت اظنك اخرس لا تتكلم من فرط سكوتك يا صاح .ماذا تقول أيها الصمت فأنا لغة التفاهم والتواصل بين الناس الصمت : إذا كنت انت لغة التفاهم بين الناس فأنا لغة العشاق .



الكلام : ضحك مستنكرا الصمت ،انا خير صديق لصاحبي فأنا أستمع واستجيب له ولكنك صديق اناني وأخرس تسمع ولا تجيب الصمت : اسمع لصديقي واصغي اليه جيدا وأعلمه الحكمة وألا يتسرع في الأمور قد يندم الانسان علي كلامه ولكنه لا يندم علي صمته ابدا فا أنا الصديق الوحيد الذي لا يخون صاحبه ابدا.

الكلام : انا الاله يا صديقي لو لم اكن مهما لما بذل الأشخاص المجهود في تعلم لباقة الحديث وحسن اختيار الكلمات.

الصمت : يستغرق المرء سنتين او ثلاثة لتعلم الكلام ولكنه يستغرق خمسين سنة ليتعلم الصمت فسلامة الانسان تأتي عندما يحفظ لسانه انا الذي أشغل العدو واسبب الحيرة والاستغراب ببساطه بكثرة الصمت تأتي الهيبة.

الكلام : يستمتع متحيرا فهو لم يعد يجد ردا علي الصمت وحاول التفكير في حيله يتغلب بها علي الصمت قائلا :في نهاية الأمر انا ايضا الفائز النني جعلتك تخرج عن سكوتك وتتكلم .

الصمت : انت مخطئ تماما لم اتكلم استجابة لك فأنا لا أتحدث الا مع نفسي والبحر والآن حدث معي ذلك لدي الكثير يا صديقي ويمكنني ايقافك، ولكني افضل ان اسمع الي الآخرين واستفيد من خبراتهم وحكمتهم، وعندما يحين الوقت المناسب أفصح عما بداخلي كما فعلت الآن

الكلام: إذا دعنا نكمل السير انا اتكلم وانت تنصت فقط ،فلقد أدركت انه لا يمكنني مجادلتك.

الصمت: نظر اليه مبتسما وأخذ يكمل السير دون أن يتكلم واستمر الاخر في الكلام بمفرده فهذه عادته .



مغنم الصمت



بقلم : إسلام بدران
طالب بالفرقة الرابعة
كلية التمريض

وقد رَعَمُوا أَنْ كُلَّ مَنْ صَمَّتْ ضَعُفَ

وَمُذْ مَتَى أَقْوَالُهُمْ صَوَابَةٌ

فِيصُمْتُ الرَّجُلُ إِنْ أَرَادَ تَرْفُعاً

وَبِعَقْلِهِ ضِدَانٌ، لَكِرَامَةٌ وَرُدُودُهُ الْوَثَابَةُ

وَلَنَصُمْتُ إِنْ أَرَدْنَا رَاحَةً

وَالْبَالُ مَغْنَمٌ وَكَسْبُهُ، لَصَوَابِهِ

فَاخْتَرِ لِنَفْسِكَ أَرْبَعًا يَتَحَاوَرُوا

عَقْلٌ وَقَلْبٌ وَضِفَ كِرَامَةٌ وَمَهَابَةٌ

وَابْدَأْ حَدِيثًا ذُو مَعَانٍ مُحْكَمَةٌ

لَا تَرْتَجِي هُزْلَ الْكَلَامِ مَثَابَةٌ

وَكُنْ جَدِيرًا إِنْ نَطَقْتَ مُحَدَّثًا

أَوْ فَالْتَزِمِ صَمْتِي فَإِنَّهُ لِمَفَازَا