

الأطباء الثلاثة

نورة طاع الله



الأطباء الثلاثة

نورة طه الله

نوع العمل : قصص للأطفال

الكاتب : نورة طاع الله

تصميم الغلاف : منى وجيه

تعبئة وتنسيق : آية

هذا العمل تم تحت إشراف فريق

كيان اللارواية للنشر الإلكتروني

لينك الجروب

جروب اللارواية

لينك البيدج

اللارواية للنشر الإلكتروني

إن تم تحميل هذا العمل من موقع آخر أو مكان آخر فيعد إنتهاكا لحقوقنا وسرقة أعمالنا وسرقة

حق المؤلف

طبيب القلب

هيا نقرأ الكتاب باللغة العربية

هل تعلم يا بني من هو طبيب القلب؟

طبيب القلب هو الطبيب الذي يهتم بصحة قلب الإنسان، وهو العضو الذي يضخ الدم في جميع أجزاء الجسم. بدون القلب، لا يمكن لجسمنا أن يعمل لأنه يحتاج إلى الدم ليحصل على الأكسجين والطعام.

طبيب القلب يفحص القلب ويستخدم جهاز يسمى السماعة الطبية لستمع إلى صوت القلب، ويعمل اختبارات وأحياناً يحتاج لصور خاصة للقلب مثل الأشعة أو رسم

القلب الكهربائي ليتأكد أن القلب يعمل بشكل صحيح.

يعالج مشاكل القلب فإذا كان هناك مرض في القلب، مثل ضعف عضلة القلب أو مشاكل في صمامات القلب، يعطي الدواء أو ينصح بعمليات خاصة.

يقدم نصائح ويشرح للناس كيف يحافظون على قلبهم صحيًا، مثل تناول الطعام الصحي وممارسة الرياضة وعدم التدخين.

يعالج مشاكل القلب مثل خفقان القلب السريع أو البطيء، وضيق أو انسداد في الشرايين، وضعف عضلة القلب أو صمامات القلب.

معلومة ممتعة للأطفال:

القلب يا صغيري يشبه مضخة صغيرة موجودة في صدرك، ينبض حوالي مئة ألف مرة كل يوم، وطبيب القلب هو الشخص الذي يعرف كل شيء عن هذه المضخة وكيف نحافظ عليها قوية.

قلب الإنسان له شكل يشبه الكمثرى تقريبًا، ويقع في منتصف الصدر قليلاً ناحية اليسار.

قلب الطفل أصغر من قلب الكبار، لكنه يقوم بنفس العمل وهو ضخ الدم لكل أجزاء الجسم.

إذا لم يعمل القلب جيدًا يمكن أن يشعر الإنسان بتعب سريع حتى عند اللعب،

ويمكن أن يصعب عليه التنفس، أو قد يشعر بألم في الصدر أحياناً، وهنا يأتي دور طبيب القلب ليحل المشكلة.

طبيب القلب يستخدم أدوات خاصة منها السماعة الطبية ليستمع إلى دقات القلب وجهاز رسم القلب الكهربائي ليعرف إذا كان القلب ينبض بشكل طبيعي، وجهاز الموجات فوق الصوتية للقلب والذي يعطي صورة للقلب من الداخل.

طبيب القلب ينصح الأطفال دوماً بتناول الطعام الصحي مثل الفواكه والخضروات، وممارسة الرياضة مثل الجري واللعب، والنوم الكافي الذي يساعد القلب على

الراحة، وكذا تجنب الأطعمة الضارة مثل
الحلويات بكثرة والمشروبات الغازية.

هيا نقرأ الكتاب باللغة الإنجليزية

Do you know, my son, who a cardiologist is?

A cardiologist is a doctor who cares for the health of the human heart, the organ that pumps blood to all parts of the body. Without the heart, our bodies cannot function because they need blood to get oxygen and nutrients.

A cardiologist examines the heart and uses a device called a stethoscope to listen to its sounds. They perform tests

and sometimes need special images of the heart, such as X-rays or an electrocardiogram (ECG), to make sure the heart is working properly.

They treat heart problems. If there is a heart condition, such as a weakened heart muscle or problems with the heart valves, they prescribe medication or recommend specific procedures.

They give advice and explain to people how to keep their hearts healthy, such as eating a healthy diet, exercising, and not smoking.

They treat heart problems such as rapid or slow heartbeats, narrowing or blockage of the arteries, and a weakened heart muscle or heart valves.

Fun fact for children:

My dear child, the heart is like a small pump in your chest. It beats about 100,000 times every day, and a cardiologist is the person who knows all about this pump and how to keep it strong. The human heart is roughly pear-shaped and located in the center of the chest, slightly to the left. A

child's heart is smaller than an adult's, but it performs the same function: pumping blood to all parts of the body. If the heart isn't working properly, a person can feel tired quickly, even when playing, and may experience difficulty breathing or occasional chest pain. This is where a cardiologist comes in to address the problem. A cardiologist uses specialized instruments, including a stethoscope to listen to the heartbeat, an electrocardiogram (ECG) to determine if

the heart is beating normally, and an echocardiogram to provide an image of the heart's interior. Cardiologists always advise children to eat healthy foods such as fruits and vegetables, engage in physical activity like running and playing, get enough sleep to help the heart rest, and avoid unhealthy foods like excessive sweets and sugary drinks.

—

طبيب العظام

هيا نقرأ الكتاب باللغة العربية

هل تعلم يا بني من هو طبيب العظام؟

طبيب العظام هو الطبيب الذي يهتم بالعظام والمفاصل والعضلات، أي بجسمك الذي يساعدك على المشي والجري والقفز واللعب.

العظام هي مثل الأعمدة في البيت، فهي تدعم جسمك وتحمي أعضائك الداخلية، مثل القلب والرئتين.

طبيب العظام يعالج الكسور فإذا كسرت يدك أو رجلك أثناء اللعب، طبيب العظام

يعرف كيف يضع العظمة في مكانها الصحيح حتى تلتئم بسرعة.

ويعالج الالتواءات والإصابات مثل عندما تلتوي الكاحل أو الركبة أثناء الرياضة.

يعالج مشاكل العمود الفقري والمفاصل فبعض الأطفال لديهم ظهر منحنى أو مشاكل في الركبة أو الورك، وطبيب العظام يساعدهم على التحسن.

يقدم نصائح للتمارين والغذاء حتى تكون عظامك قوية وسليمة طوال حياتك.

أدوات طبيب العظام هي الأشعة ليعرف أين حدث الكسر أو المشكلة.

جبيرة أو جبس لتثبيت العظام حتى تلتئم.

أحياناً يقوم بعمليات صغيرة إذا كانت المشكلة تحتاج تدخل جراحي.

يجب زيارة طبيب العظام إذا سقطت وأصبت بعظمة وإذا شعرت بـ ألم شديد في المفاصل أو الظهر، وإذا لاحظت تغير في شكل العظام أو المفاصل.

فطبيب العظام هو صديق العظام يساعدنا لنلعب، نركض، ونتحرك بأمان دون ألم.

طبيب العظام لا يختص فقط بالكسور، بل لديه أقسام مختلفة حسب المشكلة كأمراض العظام عند الأطفال فبعض الأطفال يولدون بمشكلة في القدم أو الركبة أو العمود الفقري، فطبيب العظام

يساعدهم في تصحيح شكل العظام أثناء نموهم.

وكذا الكسور والإصابات الرياضية مثل كسر اليد أو القدم أثناء اللعب أو السقوط فطبيب العظام يعرف كيف يضع العظام في مكانها ويثبتها.

وكذا مشاكل المفاصل فبعض الأطفال لديهم مفاصل ضعيفة أو تؤلمهم أثناء الحركة والطبيب يعطي تمارين وأحياناً أدوات خاصة لتقوية المفاصل.

وإذا كانت الإصابة كبيرة أو العظم لم يلتئم، يقوم الطبيب بعملية صغيرة لإصلاح العظم.

يساعدك طبيب العظام في حياتك اليومية
فهو يجعلك تمشي وتجري وتقفز بأمان
ويمنعك من الشعور بألم العظام أو
المفاصل لفترة طويلة، ويعلمك طرق
اللعاب والرياضة بطريقة آمنة حتى لا
تتعرض لإصابات.

يبدأ طبيب العظام بفحص الأطفال وقياس
حركة العظام والمفاصل. ويستخدم الأشعة
لمعرفة مكان الكسر أو المشكلة، ويضع
الجبيرة أو الجبس أو يشرح التمارين
المناسبة وأحياناً يشرح نصائح غذائية
مثل الأكل الغني بالكالسيوم لتقوية العظام.

العظام في جسم الإنسان يا صغيري أقوى
من الحديد بالنسبة لحجمها لكنها تحتاج

إلى رعاية مثل الرياضة، النوم الكافي،
والطعام الصحي وهنا يأتي دور طبيب
العظام ليحافظ على قوتها وسلامتها.

عند زيارة طبيب العظام يقوم هذا الأخير
بالفحص الأولي فالطبيب ينظر إلى العظام
والمفاصل ويتأكد من أنها سليمة
ومتوازنة، بعدها يسألك عن الألم أو
الإصابات التي شعرت بها مؤخرًا.

أحيانًا لا يستطيع الطبيب رؤية العظام
بالعين المجردة فيستخدم الأشعة السينية
ليعرف مكان الكسر أو المشكلة.

إذا كانت العظمة مكسورة، يضع الطبيب
جبيرة لتثبيتها حتى تلتئم.

والجبيرة تشبه درع حماية للعظم.

بعد إزالة الجبيرة، يعطيك الطبيب تمارين لتقوية العظام والمفاصل.

تساعدك التمارين على المشي والجري والقفز بسهولة وأمان.

يعطيك الطبيب أحياناً أطعمة لتقوية العظام مثل الحليب ومشقوقاته والبيض والأسماك والمكسرات.

هناك ألعاب وتمارين يجبها طبيب العظام للأطفال مثل القفز على الحبل وهذا لتقوية العظام في الأرجل وتمارين التوازن مثل الوقوف على ساق واحدة لتقوية الركبة والكاحل، ورياضة كرة القدم أو السباحة تساعد على نمو العضلات والعظام بشكل صحي.

العظام ليست صلبة فقط يا بني بل لها مرونة صغيرة تجعلها لا تنكسر بسهولة، والعظام تنمو معك، لذلك الأطفال لديهم عظام أكثر مرونة من الكبار، فالعظام بحاجة إلى حركة وطعام صحي لتصبح قوية وطويلة.

فهذا هو طبيب العظام باختصار يا بني
الغالي

هيا نقرأ الكتاب باللغة الإنجليزية

Do you know, my son, who an orthopedic doctor is?

An orthopedic doctor is a doctor who cares for bones, joints, and muscles—in short, your body that helps you walk, run, jump, and play.

Bones are like the pillars of a house; they support your body and protect your internal organs, such as your heart and lungs.

An orthopedic doctor treats fractures. If you break your arm or leg while playing, the orthopedic doctor knows how to put the bone back in its correct position so it heals quickly.

They also treat sprains and injuries, such as when you twist your ankle or knee during sports.

They treat spinal and joint problems.

Some children have a curved back or problems with their knee or hip, and the orthopedic doctor helps them improve.

They give advice on exercises and nutrition so your bones will be strong and healthy throughout your life.

An orthopedic doctor uses X-rays to determine where the fracture or problem occurred.

They use a cast or splint to immobilize the bones until they heal.

Sometimes, they perform minor procedures if the problem requires surgical intervention. You should see an orthopedic doctor if you fall and break a bone, experience severe joint

or back pain, or notice any changes in the shape of your bones or joints.

An orthopedic doctor is a friend to your bones, helping you to play, run, and move safely without pain.

Orthopedic doctors don't just specialize in fractures; they have different subspecialties depending on the problem. For example, they treat bone diseases in children. Some children are born with problems in their feet, knees, or spine, and the orthopedic doctor

helps correct bone alignment as they grow.

They also treat sports fractures and injuries, such as breaking a hand or foot while playing or falling. The orthopedic doctor knows how to realign and stabilize the bones. They also treat joint problems. Some children have weak or painful joints, and the doctor provides exercises and sometimes special devices to strengthen them.

If the injury is severe or the bone hasn't healed, the doctor may perform a

minor surgery to repair it. An orthopedic doctor helps you in your daily life, enabling you to walk, run, and jump safely, preventing bone or joint pain for extended periods, and teaching you safe ways to play and participate in sports to avoid injuries. The orthopedic doctor begins by examining the child and measuring the movement of the bones and joints. They use X-rays to locate the fracture or problem, apply a splint or cast, explain appropriate exercises, and

sometimes provide nutritional advice, such as eating calcium-rich foods to strengthen bones.

My dear child, the bones in the human body are stronger than iron relative to their size, but they need care such as exercise, sufficient sleep, and a healthy diet. This is where the orthopedic doctor's role comes in, to maintain their strength and health.

When you visit the orthopedic doctor, they will perform an initial examination. The doctor looks at the

bones and joints and makes sure they are healthy and balanced. Then, they will ask you about any pain or injuries you have recently experienced.

Sometimes the doctor cannot see the bones with the naked eye, so they use X-rays to determine the location of the fracture or problem.

If the bone is broken, the doctor will apply a splint to immobilize it until it heals.

The splint acts like a protective shield for the bone.

After the splint is removed, the doctor will give you exercises to strengthen your bones and joints .

These exercises will help you walk, run, and jump easily and safely. Your doctor will sometimes recommend foods to strengthen your bones, such as milk and dairy products, eggs, fish, and nuts.

There are games and exercises that orthopedic doctors often recommend for children, such as jumping rope, which strengthens leg bones, and balance exercises like standing on one

leg to strengthen knees and ankles.

Sports like football or swimming also help muscles and bones grow healthily.

Bones aren't just hard, my son; they have a slight elasticity that makes them less likely to break easily. Bones grow with you, which is why children have more flexible bones than adults. Bones need movement and a healthy diet to become strong and long.

That's what an orthopedic doctor does, my dear son.

طبيب العيون

هيا نقرأ الكتاب باللغة العربية:

هل تعلم يا بني من هو طبيب العيون؟

طبيب العيون هو الشخص الذي يهتم بصحة عيون الناس، و يساعد في رؤية الأشياء بوضوح ويحمي العيون من المشاكل.

يفحص الطبيب النظر ويطلب منك أن تقرأ الحروف على لوحة بعيدة لمعرفة قوة نظرك.

إذا كان هناك شيء يؤلم العين أو لا ترى بوضوح، يعرف الطبيب السبب وإذا كانت

العين تحتاج مساعدة لرؤية الأشياء،
يعطيك نظارة لتساعدك.

يعالج الالتهابات، الحول، أو الجروح
الصغيرة في العين، وكذا العمليات
الجراحية إذا لزم الأمر فأحياناً يحتاج
بعض الناس لعملية لإصلاح العين.

نحتاج لطبيب العيون ليحمي عيوننا من
الأمراض وليجعلنا نرى الأشياء بوضوح
وليمنع مشاكل العين من أن تصبح أسوأ.

أهم النصائح من طبيب العيون للأطفال
هي لا تلمس عيونك بأيدي متسخة ولا
تجلس أمام التلفاز أو الهاتف لفترة طويلة
بدون راحة.

أكل الفواكه والخضار مفيد للعين، مثل
الجزر والسبانخ. وارتداء النظارة إذا
وصفها الطبيب.

فإذا شعرت أن كتابك يبدو ضبابياً، فهذا
وقت زيارة طبيب العيون ليعرف السبب
ويحل المشكلة.

مشاكل العين التي يعالجها طبيب العيون
هي قصر النظر والأشياء البعيدة تظهر
ضبابية، لكن القريبة واضحة.

وطول النظر الأشياء القريبة تظهر
ضبابية، لكن البعيدة واضحة.

الحول وعلاج العينان لا تنظران في نفس
الاتجاه أحياناً، ويحتاج علاج لتصحيح
النظر، والمياه الزرقاء ومرض قد يؤدي

العين إذا لم يُعالج مبكرًا، والالتهابات مثل
احمرار العين والحكة أو دموع كثيرة.

أدوات طبيب العيون يا صغيري هي لوحة
الحروف:

لمعرفة قوة النظر ومكبر العين و ينظر
داخل العين ليرى الشبكية، ومقياس ضغط
العين للتأكد من أن العين صحية ونظارات
وعدسات لاصقة لتصحيح النظر.

عند زيارتك لطبيب العيون تجلس على
كرسي مريح أمام الطبيب.

الطبيب يسألك عن أي مشاكل أو ألم في
العين ويتم فحص عينيك باستخدام أدوات
مختلفة، يعطيك وصفة نظارات أو قطرات

إذا لزم الأمر، وأحيانًا يعطي تعليمات بسيطة لحماية العين.

نحافظ على صحة العينين يا بني من خلال راحة العين انظر بعيدًا عن الشاشة كل ساعة لبضع دقائق.

أكل صحي مثل الجزر، والسبانخ، والبرتقال تقوي النظر، وحماية العين وارتداء نظارات شمسية ضد الشمس القوية وغسل اليدين دائمًا قبل لمس العين لتجنب الالتهابات.

طبيب العيون مثل البطل الذي يحمي العالم من العتمة والظلام، يجعل كل شيء حولك واضحًا ومشرقًا!

هيا نقرأ الكتاب باللغة الإنجليزية

Do you know, my son, who an eye doctor is?

An eye doctor is someone who cares about the health of people's eyes. They help us see things clearly and protect our eyes from problems.

The doctor will check your vision and ask you to read letters on a distant chart to determine your visual acuity.

If something hurts your eyes or you can't see clearly, the doctor will find out the cause. If your eyes need help

seeing things, they will give you glasses to assist you.

They treat infections, strabismus (crossed eyes), or minor injuries to the eye, and perform surgeries if necessary. Sometimes, people need surgery to repair their eyes.

We need an eye doctor to protect our eyes from diseases, to help us see things clearly, and to prevent eye problems from worsening. The most important advice an eye doctor gives children is not to touch their eyes with

dirty hands and not to sit in front of the television or phone for long periods without breaks. Eating fruits and vegetables is good for the eyes, such as carrots and spinach. Wear glasses if prescribed by your doctor.

If you feel that your book looks blurry, it's time to visit an eye doctor to find out the cause and fix the problem. Eye problems treated by an ophthalmologist include nearsightedness (myopia), where

distant objects appear blurry, but near objects appear clear.

Hyperopia (farsightedness), where near objects appear blurry, but distant objects appear clear.

Strabismus (crossed eyes), where the eyes don't look in the same direction, requires treatment to correct vision.

Glaucoma, a disease that can damage the eye if not treated early, and infections, such as redness, itching, or excessive tearing, are also treated.

My child, an ophthalmologist's tools include an eye chart to determine refractive power, a magnifying glass to examine the retina, an eye pressure gauge to check eye health, and eyeglasses and contact lenses for vision correction.

When you visit the ophthalmologist, you'll sit in a comfortable chair in front of the doctor.

The doctor will ask about any eye problems or pain and examine your eyes using various instruments. They

will prescribe eyeglasses or eye drops if necessary and sometimes give simple instructions for eye protection.

We maintain eye health, my child, by resting your eyes. Look away from the screen for a few minutes every hour.

Eating healthy foods like carrots, spinach, and oranges strengthens eyesight and protects the eyes.

Wearing sunglasses protects against strong sunlight, and always washing your hands before touching your eyes can prevent infections.

An ophthalmologist is like a hero who protects the world from darkness and gloom, making everything around you clear and bright!

