

# قصة سارة



اسمي سارة سجواني، عمري ٢٧ عاماً وأعيش في دبي. أنا رائدة أعمال وكنت بالسابق أعمل كمهندسة معمارية. أعاني من داء كرون الذي يؤثر على الدقاق النهائي.

حاصلة على لقب موسوعة غينيس للأرقام القياسية! أنا شغوفة بهندسة المناظر الطبيعية، وفي عام ٢٠١٨، صممت صورة للشيخ زايد في تقاطع زعبيل وفعلت ذلك في وقت قياسي.

## حياتي قبل مرض كرون

لقد عانيت من مشاكل في المعدة ودخلت وخرجت من العديد من المستشفيات وأمضيت فترات طويلة فيها. لم يتم ذكر مرض التهاب الأمعاء كسبب محتمل، وفي كل مرة تم إدخالها بها إلى المستشفى، تلقيت تشخيصاً مختلفاً.

إنه لشعور ليس  
يجيد أبداً أن تمشي في  
أروقة المستشفى،  
والأطباء جميعاً  
يعرفونك بالاسم!

## التشخيص

عندما أخبرني طبيبي لأول مرة أنني مصابة بمرض مزمن، كنت في حالة صدمة محاولة استيعاب كل ما قيل لي.

شعرت في تلك  
اللحظة أن حياتي قد  
انتهت. ولكن بالنظر  
إلى الوراء، كانت هذه  
في الواقع اللحظة التي  
بدأت فيها حياتي

## كيف شعرت

كنت أشعر بالغضب من الجميع وكل شيء. ولكن هنالك شخص وحيد لم أكن غاضبة منه، وهو الطبيب الذي قام بتشخيصي. لقد تطور رابط التواصل بيننا على الفور.

## التطلع للأمام

أرى في الوقت الحاضر أن داء كرون نعمة. ما عليك فعله هو أمر عائد إليك؛ إذا كنت تريد أن تدع تشخيص مرض التهاب الأمعاء يحد من الأشياء التي تقوم بها، فهذا ما سيحدث.

لقد اتخذت قراراً  
بالأدع المرض  
يمنعني من فعل  
أي شيء أريد  
القيام به

## نصيحة لِنفسي

### الأصغر سناً

تعلمي كيف تتقبلين  
طريقة الحياة  
الجديدة وأنظري  
إليها على أنها نعمة

## تحسين حياة الآخرين المصابين بمرض التهاب الأمعاء

إن نشر الوعي هو أمر في غاية الأهمية. ستكون الحياة أسهل بكثير بالنسبة لي إذا كنت أعرف ما هو مرض التهاب الأمعاء.

## الصحة النفسية مهمة أيضاً

يمكن للأطباء الاعتناء بما يتعلق بالجانب الجسدي من المرض، لكنك تحتاج أيضاً إلى الاهتمام بصحتك النفسية. شبكة الدعم الجيدة هي أمر أساسي.

## المستقبل

إن سألتُموني عما إذا كان من الممكن أن يذهب كل شيء بعيداً، كل الألم والأدوية، وكل فترات العلاج والإقامة في المستشفى، بدون أن أعلم ما أعرفه عن نفسي الآن - كنت سأختار داء كرون في كل مرة.