



راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین بستری

# شیزوفرنی (اسکیزوفرنی)

## نحوه برخورد با بیمار در شرایط بحرانی

تا جایی که می توانید آرام باشید .  
تلویزیون و رادی و را خاموش کنید .  
به آرامی و آهستگی صحبت نمایید .  
بیمار را تشویق کنید که بیشتر بنشیند و صحبت کند .  
از او بخواهید که در مورد حالات خودش (ترس، نگرانی و...) صحبت کند .  
از بیان جملاتی مانند " این چه کارهایی است که انجام می دهی "، اجتناب کنید.  
بالای سر بیمار نایستید و خیلی به او نزدیک نشوید .  
بیمار را تحقیر نکنید و با او جر و بحث نکنید .  
تا جایی که مقدور است در شرایط بحرانی بیمار ، با وی تماس چشمی برقرار نکنید .  
مسیر خروجی منزل را در مقابل او سد نکنید .  
در حضور بیمار با سایر اعضای خانواده جر و بحث نکنید .  
او را تشویق کنید با شما و یافردی که رابطه خوبی با او دارد به بیمارستان برود .  
اگر نتوانستید بیمار را آرام کنید، ممکن است شرایط خطرناکی برای دیگر اعضای خانواده یا خود بیمار پیش آید، در این صورت با پلیس ، اورژانس 115 یا اورژانس اجتماعی تماس بگیرید.

## نحوه برخورد با بیماری که بدبینی دارد

علی رغم اعتقاد غلط بیمار، صادقانه با او روبرو شوید و او را بپذیرید .  
صبور باشید و در جلب اعتماد بیمار نسبت به خود عجل نداشتید ✓ .  
اگر بیمار به دلیل سوء ظن یا ترس از مسموم شدن، از غذا خوردن خودداری کرد . غذای کنسرو شده بطوری که خودش درش را باز کند برایش آماده کنید.  
در ذهن خود به بیمار حق دهید .  
او با چنین اعتقادی که دارد، باید وحشت زده باشد و رفتار آزاردهنده ای از خود نشان دهد. لذا از سرزنش

کردن، مسخره کردن، توهین و قضاوت عجولانه جدا پرهیزید.  
از هرگونه بحث و گفتگو به منظور تغییر اعتقاد بیمار، پرهیز کنید، زیرا او فعلا ظرفیت لازم برای قبول دلایل شما را ندارد.

مواظب پیامهای غیرکلامی خودمانند خندیدن، نگاه کردن، نحوه ایستادن، نشستن، فاصله خود با او تماس فیزیکی، حرکات چهره و بدن و... باشید، زیرا بیمار به همه حالات اطرافیان توجه کامل دارد.  
پنج کردن و درگوشی صحبت کردن، شک بیمار را تشدید می کند، لذا از این گونه کارها اجتناب نمایید.  
در صورتی که بیمار جویای نظر شما باشد و شرایط را مساعد می بینید، می توانید چنین اظهار نظر کنید:  
با وجود اینکه شما چنین اعتقادی دارید، من با نظر شما موافق نیستم هر چند به نظر شما احترام می گذارم.

منتظر سست شدن اعتقاد غلط و یا هذیان بیمار بمانید. مصرف منظم دارو به تدریج این کار را خواهد کرد و بیمار پس از مدت کوتاهی از حالت هذیان خارج می شود و در اعتقاد غلط خود دچار شک و تردید شده، نهایتاً آن را پاک میکند.

## راه های مقابله با پرخاشگری بیمار

از نزدیک شدن به بیمار و دست زدن به او پرهیز کنید. گاهی این رفتار موجب تحریک بیشتر بیمار می گردد و بر خشم او می افزاید.

پس از شناخت عوامل برانگیزاننده خشم بیمار، سعی کنید احساسات او را درک نموده و به بیمار فرصت دهید تا بتواند با صحبت کردن، مشکل خود را بیان نماید.

برای شناخت عوامل برانگیزاننده خشم، اجازه ابراز عواطف و نشان دادن همدردی با بیمار کمک کننده است.. برای مثال به بیمار بگویید: «چیزی شما را عصبانی کرده است»، «عصبانی به نظر میرسید»  
این جملات به بیمار اجازه می دهد تا با صحبت کردن، خود را تخلیه کند و در عین حال تا حدودی مشکلات خود را بشناسد.

بابت به نحوی برخورد کنید که نشان دهد او را به گرمی پذیرفته اید. گویا به او حق می دهید که از چیزی نگران باشد، مثلاً با گفتن جملاتی نظیر «نگران شما هستم»، «من مایلم مشکل شما را گوش کنم»  
به او نشان می دهید که به علت رفتار پرخاشگرانه، مورد شماتت قرار نخواهد گرفت.  
از آنجا که بیمار خشمگین چندان منطقی نمی اندیشد، پس بهتر است زیاد حرف نزنید و از جملات پیچیده استفاده نکنید.

وقتی بیمار مضطرب است، رفتار پرخاشگرانه و تهاجمی او را با فعالیت های حرکتی مانند مشت زدن به کیسه بوکس تغییر جهت دهید، فعالیت جسمی (ورزش) روشی امن و مؤثر جهت تخلیه تنش انباشته شده است.

کسانی که تحمل کمتری دارند، بهتر است با بیمار روبرو نشوند، زیرا عصبانیت آنها شعله خشم بیمار را

بیشتر میکند. لذا توصیه می شود کسانی با بیمار روبه رو شوند که بیشتر مورد اعتماد وی باشند. در مواجهه با بیمار خشمگین نایستی به تنهایی در مقابل او قرار بگیرید و بهتر است چند نفر مراقب او باشند. در بسیاری از موارد وقتی بیمار خود را در مقابل چند نفر ببیند ترجیح می دهد تسلیم شود. گاهی بیمار شروع به صحبت و گریه می کند، در این مواقع نایستی اجازه داد بیمار احساسات خود را تخلیه کند.

در صورت با لا بودن شدت پرخاشگری و خشونت بیمار و عدم کنترل وضعیت وی از طریق رهنمودهای با لا، با پلیس 110 یا اورژانس 115 یا اورژانس اجتماعی 123 تماس بگیرید و بگویید که برای درمان طبی و کنترل رفتار خشونت آمیز بیمارتان احتیاج به کمک آنها دارید. در صورتی که علائم توهم و هذیان بیمار تحت کنترل قرار گرفته باشد ولی همچنان رفتارهای پرخاشگرانه از خود نشان دهد بهتر است مراتب را به اطلاع روان پزشک معالج برسانید. برخی از دارو هایی که در درمان اینگونه بیماران به کار می روند، اثر ضد پرخاشگری دارند و می توانند تا حد زیادی این رفتارها را در بیمارتان کاهش دهند.

References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. familydoctor 5. Betterhealth

تهیه شده در واحد آموزش سلامت بیمارستان افضل پور کرمان. بهار 1403