



راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین بستری

سایکوز

مشکل عمده در درمان این بیماری، عدم آگاهی خانواده هادر نحوه ارتباط با بیماران مبتلا به سایکوز است. راهنمای نحوه ارتباط با این بیماران عبارتند از:

❖ نحوه برخورد با بیمار در شرایط بحرانی

- ✓تأجایی که می توانید آرام باشید.
- ✓تلویزیون و رادیو 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 «چرا مثل بچه ها رفتار میکنی»، «این چه کارهایی است که انجام میدی» اجتناب کنید.
- ✓بالای سر بیمار نایستید و خیلی به او نزدیک نشوید.
- ✓بیمار را تحقیر نکنید و با او جروب بحث نکنید.
- ✓تأجایی که مقدور است در شرایط بحرانی بیمار، باوی تماس چشمی برقرار نکنید.
- ✓مسیر خروجی منزل را در مقابل او سد نکنید.
- ✓در حضور بیمار با سایر اعضای خانواده جروب بحث نکنید.

✓ اوراتشویق 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

✓ علیرغم اعتقاد غلط بیمار، صادقانه با او روبرو شوید و او را بپذیرید.

✓ صبور باشید و در جلب اعتماد بیمار نسبت به خود عجل نباشید.

✓ اگر بیمار به دلیل سوء ظن یا ترس از مسموم شدن، از غذا خوردن خودداری کرد. غذای کنسرو شده بطوریکه خودش درش را باز کند برایش آماده کنید.

✓ در ذهن خود به بیمار حق دهید.

✓ او با چنین اعتقادی که دارد، باید وحشتزده باشد و رفتار آزار دهنده ای از خود نشان دهد. لذا از سرزنش کردن، مسخره کردن، توهین و قضاوت عجولانه جداً بپرهیزید.

✓ از هرگونه بحث و گفتگو به منظور تغییر اعتقاد بیمار، پرهیز کنید، زیرا او فعلاً ظرفیت لازم برای قبول دلائل شما را ندارد.

✓ مواظب پیامهای غیر کلامی خود مانند 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.

✓ پیچ 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 این که شما چنین اعتقادی دارید، من با نظر شما موافق نیستم هرچند به نظر شما احترام می گذارم.

✓ منتظر سست شدن اعتقاد غلط و یاهذیان 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.

❖ راههای مقابله با پر خاشگری 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 میافزاید.

✓ 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: «عصبانی به نظر می رسید»، «چیزی شما را عصبانی کرده است»، «به نظرمی رسد که حالتان خوب نیست». 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.

✓ با بیمار 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 «من مایلم مشکل شما را گوش کنم»، «نگران شما هستم»، «حتماً اتفاق ناگواری شما را ناراحت کرده است» به او نشان می دهید که به علت رفتار پرخاشگرانه، مورد شتمات قرار نخواهد گرفت .

✓ از آن جا که بیمار خشمگین چندان منطقی نمی اندیشد، پس بهتر است زیاد حرف ننیزد و از جملات پیچیده استفاده نکند.

✓ 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 آن ها شعله خشم بیمار را بیشتر می کند. لذا توصیه می شود کسانی با بیمار روبرو شوند که بیشتر مورد اعتمادی 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 بایستی اجازه داد بیمار احساسات خود را تخلیه کند.

✓ در صورت بالا بودن شدت پرخاشگری و خشم بیمار و عدم کنترل وضعیت وی از طریق رهنمودهای بالا با پلیس 110 یا اورژانس 115 یا اورژانس اجتماعی 123 تماس بگیرید و بگویید که برای درمان طبی و کنترل رفتار خشم آمیز بیمار تان احتیاج به کمک آن ها دارید.

✓در صورتی که علائم توهم وهذیان بیمار تحت کنترل قرار گرفته باشد ولی همچنان رفتارهای پرخاشگرانه از خود نشان دهد بهتر است مراتب را به اطلاع روانپزشک معالج برسانید.

✓برخی از داروهایی که در درمان اینگونه بیماران به کار می روند ، اثر ضد پرخاشگری دارند و می توانند تا حد زیادی این رفتارها را در بیماران 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

034 31328143