

در مورد اسکیزوفرنیا بیشتر بدانیم

اسکیزوفرنی یک بیماری ناتوان کننده بوده و اغلب مزمن و عود کننده می باشد. به مجموعه اختلالاتی که با آشفتگی در گفتار، ادراک، تفکر، عاطفه، اراده و فعالیت اجتماعی همراه است گفته می شود.

علائم:

شامل: اختلال عاطفی، توهم، هذیان، اختلال تفکر

پرخاشگری، رفتارهای غیرعادی و بدبینی و... می باشد.

درمان: علاوه بر اساسی بودن داروهای ضد جنون برای

درمان، مداخلات روانی - اجتماعی نیز در بهبود بالینی

نقش مؤثری دارند. نقش خانواده در درمان و بهبودی بالینی

مددجو تأثیر به سزایی داشته، از این رو درمان مرکب برای

بیماران تجویز می شود تا نتایج مثبت کسب شود.

مداخلات در مورد هذیان ها

← از توهین، تمسخر و قضاوت عجولانه بپرهیزید.

← از تغییر عقاید، تأیید یا رد عقاید او خودداری کنید و

بگویید: ((من چنین اعتقادی ندارم، قبولش برای من

سخت است)).

← به نگرانی های بیمار گوش بدهید و نخندید چون به او

بی احترامی می شود.

← با مصرف داروهایش هذیان ها کم رنگ می شوند و

نسبت به عقاید خود دچار شک می شود و می توانید با

نشان دادن شواهد عقاید او را رد کنید.

مداخلات در مورد پرخاشگری

به منظور پیشگیری، عوامل تشدید کننده را شناسایی و

مشخص می کنیم. در صورت بروز، این اقدامات اجرا شود:

← تا جایی که می توانید آرام باشید.

← از لمس و نزدیک شدن خود داری کنید. در صورت بد

بین بودن باعث تشدید خشم می شود.

← سعی کنید احساس او را درک کنید و فرصت صحبت

کردن بدهید و بگویید: ((به نظر می رسد حالت خوب

نیست؟)) و اجازه دهید او صحبت کند.

← طوری رفتار کنید که او مورد پذیرش شماست و حق

بدهید که نگران باشد به او بگویید من مایلم مشکل شما را

گوش کنم.

← به تنهایی در مقابل او قرار نگیرید و راه خروج خود را

مد نظر قرار دهید تا در صورت حمله محل را ترک کنید.

← هرگز او را سرزنش نکنید زیرا حساسیت زیادی به رفتار

تحقیر آمیز دیگران دارد.

← از عدم وجود هرگونه وسایل خطرناک که امکان آسیب

به او را می دهد اطمینان حاصل کنید.

مداخلات در مورد رفتارهای غیر عادی

← او را سرزنش و مورد انتقاد قرار ندهید.

← تقویت رفتارهای درست او با پاداش دادن.

← با اشتیاق نشان دهید که قصد درک او را دارید.

← استفاده از شیوه ی الگو سازی که با دیدن دیگران خود

را اصلاح کند.

← اگر حرف زشت می زند و تنهایی را دوست ندارد او را تا زمان ترک عادت از دیگران دور کنید.

مداخلات در مورد بدبینی

صادقانه با او رو به رو شوید، صبور باشید و او را بپذیرید.

← مراقب خندیدن، نگاه کردن، نحوه ی ایستادن و

نشستن، فاصله ی خود با او، تماس فیزیکی و حرکات چهره خود باشید.

← پیچ و درگوشی صحبت کردن در حضور او موجب تشدید سوء ظن می شود.

مداخلات در اختلال مراقبت از خود

← به او نشان دهید چگونه کاری که برایش مشکل است می تواند انجام دهد. قاشق غذا را در دستش

قرار دهید و بخواهید کمی غذا بخورد.

← در صورت سوء ظن به مسمومیت ابتدا کمی از غذای او را خود میل کنید.

← از بیمار برای انجام فعالیت روزانه خودش کمک بخواهید و او را تشویق کنید.

← به او امتیاز بدهید و در نهایت یک پاداش برای رعایت نظافت بدهید.

مداخلات در مورد اختلال خواب

← از خوابیدن در روز او را منع کنید.

← برنامه ی ورزش منظم تعیین کنید.

← در شب داروهای آرام بخش بدهید تا در روز خواب آلوده نشود.

← مصرف نوشیدنی های کافئین دار مثل چای و قهوه محدود باشد.

← حمام و شام سبک باعث بهتر خوابیدن می شود.

← محیط دارای کمترین محرکات، آرامش برای استراحت باشد. احساس امنیت کند. چراغ خواب روشن برای جلوگیری از ترس مفید است.

مداخلات در مورد توهمات

← از قضاوت کردن در هنگام شنیدن توهمات پرهیزید.

← عقاید او را تقویت نکنید به او بگویید می دانم صداها برای شما واقعی هستند ولی من صدایی نمی شنوم.

← برای ایجاد رابطه ی بیمار با واقعیت به چیزی که علاقه دارد در اختیارش بگذارید تا غرق دنیای خیالاتش نشود.

مداخلات در مورد انزوای اجتماعی

این افراد به دلیل هذیان و سوء ظن منزوی می شوند و در اجتماع احساس ناامنی می کنند.

← به بیمار نشان دهید که مورد احترام است.

← در فعالیت هایی که دچار ترس و مشکل است با او شریک شده و از او حمایت کنید.

← به منظور برقراری ارتباط در اتاق او مشغول به خواندن مجله شوید و یا سکوت کنید ، قدم بزنید.

← گروه درمانی در اصلاح انزوای اجتماعی ، رشد ،

احساس پیوستگی فرد و اجتماع و بهبود مسخه بیمار نقش اساسی دارد.

نقش خانواده در بهبود فرد مبتلا به اسکیزوفرنیا

← به مراقبت خود از بیمار ادامه دهید.

← به شخص مبتلا کمک کنید بیماری خود را بپذیرد.

← در شخص بیمار امیدواری ایجاد کنید.

← بیمار را به تنظیم برنامه تشویق کنید و در اجرای برنامه های تنظیم شده ثابت قدم باشید.

← بیمار را به مصرف منظم دارو تشویق کرده و بر مصرف آن نظارت کنید.

← بیمار را به ثبت علائم بیماری و عوارض دارویی تشویق کنید.

← به بیمار برای شرکت در فعالیت های تفریحی و اجتماعی مناسب کمک کنید.

← با بیمار صحبت کنید و رفتارهای مثبت را تقویت کنید.

← برای استقلال بیشتر بیمار به وی کمک کنید.

← مراقب سلامت جسمانی و روانی خود و سایر اعضای خانواده باشید.

منبع : جنتی یدالله وهمکاران (۱۳۹۳)، پرستاری بهداشت روان (۲)، تهران، جامعه نگر .

آموزش سلامت

HE.19. 03

تاریخ آخرین بازبینی:

1401/02/28



بیمارستان امام سجاده (ع)

اسکیزوفرنیا



* شماره تلفن بیمارستان و شماره داخلی
بخش مربوطه جهت رفع ابهامات
آموزشی در اختیار شما قرار می گیرد ،
شماره بیمارستان: ۵- ۵۵۲۲۲۰۳۱-۰۱۱
شماره داخلی بخش: ()