

ارتباط موثر با بیمار اعصاب و روان:

ارتباط موثر با بیمار اعصاب و روان در بهبود بیماران موثر است.

اشتباهات رایجی که در ارتباط با بیماران اعصاب و روان مرتکب می شویم.

اینکه با بیمار اعصاب و روان به گونه ای برخورد کنیم که گویا قادر به انجام کارهایی که افراد عادی انجام میدهند نیست.

شواهد نشان میدهد برخورد نامناسب موجب بازگشت بیماری میشود و تاثیر منفی بر بیمار دارد. درحالی که برخورد مناسب تاثیر مثبت بر سلامت روان بیماران دارد.

برخورد با بیماران از چه فاکتورهایی تشکیل می شود:

برخورد با بیماران در واقع شیوه ی بروز دادن احساسات در برخورد با بیماران است:

انتقاد، خصومت و نزدیکی عاطفی بیش از حد بیش از حد منفی هستند درحالی که احترام و برخورد محبت آمیز مثبت هستند.

چگونه احساسات منفی بروز داده شده بر بهبود بیماران اثر میگذارد:

انتقاد از بیماران، برخورد خصومت آمیز و نزدیکی عاطفی بیش از حد موجب بازگشت و عود بیماری و بستری مجدد بیماران می شود. به خصوص در بیماران اسکیزوفرنیا موجب بازگشت بیماری بیماری می شود.

بیماران اعصاب و روان در فهمیدن انتظارات اطرافیان خود با چه مشکلاتی مواجه می شوند:

این بیماران فقط متوجه ارتباط گام به گام و ساده می شوند به خاطر اینکه از قبل افکارشان گیج است. آنها حساس به احساسات دیگران هستند. افراد اسکیزوفرنیا که گاهی توهم نیز دارند به این نیاز دارند که با شرایط خود و اتفاقاتی که برایشان می افتد کنار بیایند. بنابر این مهم است که ارتباط ما ساده، گام به گام و آرام باشد.

برخورد صمیمانه با شخص با نشان دادن مهربانی، همدردی، احترام و مورد خطاب قرار دادن محترمانه، و قدر دانی از تلاش ها و کارهای کوچکی که انجام میدهند.

آیا دستورالعمل ها مخصوص یک بیماری خاص اعصاب و روان می باشد یا عمومی هست:

به طور کلی دستورالعمل ها عمومی هست. هرچند در رابطه با بیماران اسکیزوفرنیا و بیماران مبتلا به فراموشی مراقبان و اطرافیان بیمار باید به

ارتباط خود دقت خیلی زیادی کنند تا بتوانند ارتباط موثری با بیمار برقرار کنند.

آیا مشکل در فهمیدن مربوط به مشکل شناختی و ذهنی بیمار است؟

تشخیص ذهنی و اجتماعی ضعیف می تواند یک علت باشد. ولی هنوز مشخص نشده که تشخیص ذهنی ضعیف موجب برخورد و احساسات منفی اطرافیان می شود یا اینکه احساسات منفی اطرافیان موجب عملکرد، علایم و شناخت ذهنی ضعیف بیماران می شود.

اگر شخص با بیماری اعصاب و روان دارو نخورد چه کار کنیم:

اطرافیان و مراقبان باید صبر داشته باشند. باید از روشهای خلاقانه در ارتباط با بیماران بهره جویند. به عنوان مثال تشویق کردن، ترغیب کردن، و ابتکار در برخورد با بیماران اثر گذار است.

به بیماران یاد آوری کنند که اهمیت دریافت دارو در بهبودی آنها چقدر زیاد است و و عوارض نگرفتن دارو را توضیح دهیم. توضیح دهیم همانگونه که داروهای فشار خون در کنترل فشار خون اثر گذار است. داروهای اعصاب به بهبود وضعیت روحی بیماران کمک می کند.

توصیه به مراقبان و اطرافیانی که برخورد با بیماران برای آنها مشکل است:

برخورد و شیوه خطاب دادنتان مودبانه باشد. به جای بیماران صحبت نکنید. آنها را در فرایند تصمیم گیری مشارکت بدهید که موجب می شود در فعالیت های روزانه شرکت بیشتری داشته باشند.

توصیه ها به اطرافیان و مراقبین بیمار:

- ۱- از صحبت درباره مشکلات پیچیده احساسی و موضوعات پیچیده با آنها خودداری کنید چون موجب گیجی آنها می شود.
- ۲- به جای شخص صحبت نکنید. اگر وقفه یا تأخیر وجود دارد منتظر پاسخ دادن آنها شوید.
- ۳- فکر نکنید افکار، نیازها و خواسته های آنها را می دانید. فقط به جای خودتان صحبت کنید. به حرفهایشان گوش دهید حتی اگر موافق نیستید.
- ۴- اگر متوجه مفهوم صحبت هایشان نشدید از آنها بخواهید واضح تر صحبت کنند. سعی نکنید مفهوم حرف هایشان را حدس بزنید.
- ۵- از رفتار مثبتشان قدردانی کنید و از آنها حمایت کنید زمانی که شرایط سختی را تجربه میکنند.
- ۶- از جملات پیچیده و نامفهوم هنگام ارتباط با آنها استفاده نکنید چون فهمیدن آن برای بیماران دشوار است.

۷- از جملات کلی مثل تو بی استفاده هستی و هیچ کاری را درست انجام نمیدهی استفاده نکنند.

۸- فقط در یک زمان مشخص یکی از اعضای خانواده صحبت کند و دو نفر از اعضای خانواده با هم صحبت نکنند.

۹- پشت سر بیماران صحبت نکنید و فقط با خود بیمار صحبت کنید که موجب احساس دشمنی و انتقاد در بیماران نشود.

۱۰- همه ی اعضای خانواده باید با بیمار صحبت کنند.

اگر بیمار احساس فشار می کند و نمی خواهد صحبت کند به وی یادآور شویم که اشکالی ندارد اگر صحبت نکند. ولی هر زمان مایل به صحبت بود آنها حتما گوش خواهند کرد.

منابع : کتاب روان پرستاری محسن کوشان بهداشت روانی ۱

کتاب روان پرستاری محسن کوشان بهداشت روانی ۲

