



مرکز آموزشی درمانی شفا

عنوان سند:

سلامت روان در بیماران مبتلا به سوختگی

کد سند: ۳۰۸-NO-BK

تهیه کننده:

مهسا دهقانی کارشناس ارشد روانشناسی بالینی
به تایید دکتر محسن گرکانی روانپزشک

تنظیم کننده: فرحناز نریمیا

سوپروایزر آموزش سلامت

۴- انجام توقف فکر و مهارت حل مسئله جهت جلوگیری از ایجاد افسردگی

۵- آگاهی نسبت به خودگویی های درونی و کاهش خودگویی های منفی و سرزنش خود و دیگران
۶- خواب کافی (حداقل ۸ ساعت در شبانه روز)

اقدامات لازمی که باید توسط خانواده بیماران انجام گیرد:

۱- تا حد امکان محیط آرام و امنی را برای بیمار فراهم کنید.

۲- با احساسات منفی بیمار نظیر ناامیدی، افسردگی، بی حوصلگی و حتی بی قراری هنگام درد مدارا کنید.

۳- حمایت عاطفی از بیماران سوختگی حائز اهمیت بالایی می باشد که بهترین روش های حمایتی عاطفی از این بیماران ارائه فرصت به بیمار جهت بیان نظرات، احساسات و عواطفشان به یک فرد حرفه ای مانند روان شناس است تا با بیان این احساسات، فرایند آموزش به بیمار با موفقیت بیشتری انجام شود.

در آخر ارتباط درمانی با بیماران سوختگی نه تنها می تواند اضطراب آن ها را کاهش دهد، بلکه به بیماران در فهم و درک موقعیت کنونی، شرکت در فرایندهای مهم تصمیم گیری و مدیریت بهتر سلامت و ارتقای وضعیت جسمانی و روانی آنان کمک می کند.

منابع:

۱-اعظمی و همکاران - اثربخشی برنامه درمانی مبتنی بر الگوی روانی اجتماعی بر مهارت های اجتماعی افراد مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه ناشی از سوانح سوختگی - فصلنامه علمی پژوهشی توانبخشی - پاییز ۱۳۹۷

سلامت روان در سوختگی:

بازماندگان سوختگی با فرایندهای دردناک و بدشکلی های ناشی از اثر زخم مواجه هستند و اغلب، مشکلات عمده ای را تجربه می کنند. دامنه گسترده این ابعاد شامل مشکلات جسمانی، روانی و اجتماعی است و در اکثر آنان ناسازگاری روانشناختی طی بازتوانی به وجود می آید.

بیمارانی که دچار سوختگی هستند اغلب لازم هست برای پیشگیری و درمان مشکلات روانی تحت نظر روانپزشک قرار گیرند. در مورد علائم غیرطبیعی مانند اضطراب، بی خوابی، پرخاشگری و عدم همکاری نمودن در درمان، با روانپزشکان یا روانشناسان طی بازتوانی به دست می آید.

اختلالات در بیماران دچار سوختگی:

اکثر این بیماران از اختلالات روانی نظیر افسردگی، اضطراب، اختلال استرس پس از آسیب، انزوا و گوشه گیری رنج می برند.

روش های مورد استفاده جهت کاهش اختلالات

- ۱- افزایش مهارت های اجتماعی از قبیل برقراری ارتباط موثر با دیگران و حضور داشتن در جمع
- ۲- انجام تنفس عمیق شکمی جهت کاهش اضطراب
- ۳- گوش دادن به موسیقی مناسب و آرام جهت آرامش بیشتر

منابع:

۲- شینی جابری و همکاران - مراقبت کل نگر پاسخ به نیازهای بیماران سوختگی - مجله بالینی پرستاری و مامایی - بهار ۱۳۹۳