

اختلالات و مشکلات روانی ناشی از بیماری های مزمن

بیماران مبتلا به بیماری های مزمن جسمی و صعب‌العلاج به دلیل وضعیت دشوار و ناکام کننده بیماری خود دچار اختلالات و مشکلات روانی متعددی می‌شود که از جمله مهمترین و شایعترین آنها اضطراب و افسردگی است.

در زیر به کلیه اختلالات و مشکلات روانی که بیماران مزمن جسمی با آن روبرو می‌شوند اشاره می‌گردد:

- افسردگی
- احساس خشم
- سوگ و فقدان
- احساس گناه
- اضطراب
- اختلال خواب
- اختلال اشتها
- اختلال شناختی
- اختلال جنسی
- تغییر شخصیت
- اختلال تکلم و زبان
- انکار بیماری
- اعتیاد
- شوک
- اختلال کارکرد هوش
- احساس تنهایی، انزوا و طرد شدگی
- افکار خودکشی یا اقدام به خودکشی
- احساس عدم کنترل بدن و شرایط بیماری



بیماری های جسمی :

- بدخیمی ها
- اختلالات ریوی
- اختلالات تیروئیدی
- صرع
- آسم و آلرژی
- تالاسمی
- دیابت
- جذام
- بیماری های قلبی و عروقی
- ایدز (سندروم نقص ایمنی اکتسابی)
- بیماری های گوارشی (زخم های گوارشی ، کولیت روده ، گاستریت معده)
- نارسایی های مزمن کلیه (دیالیز ، اختلال سنگ کلیه)
- بیماری های مزمن استخوانی و مفصلی (آرتروز ، روماتیسم)
- معلولیت های جسمی (نظیر نابینایی ، ناشنوایی ، لالی ، نازایی ، فلج های عضوی به علت قطع نخاع ، بیماری ها ، سکتة مغزی و حوادث مانند سوختگی که منجر به قطع عضو و یا تغییر شکل صورت و بدن می گردد)

این راهنما جهت آشنایی شما با سلامت روان و بیماری های مزمن جسمی تهیه شده است . امیدواریم که این محتوا در روند درمانی شما مفید واقع شود.

سلامت روان و بیماری های مزمن جسمی :

جسم و روان به عنوان دو جنبه از وجود انسان همواره بر یکدیگر تاثیر گذارند و وضعیت یکی از آنها می تواند تعیین کننده وضعیت دیگری باشد. بیماری های جسمی و اختلالات روانی از ابعاد زیر ، یکدیگر را تحت تاثیر قرار می دهند:

۱- بیماری های جسمی از نظر شیمیایی و فیزیولوژیکی می توانند موجب اختلالات روانی شوند به عنوان مثال با بروز بیماری کم کاری تیروئید ، پایین آمدن سطح هورمونی تیروئید (تیروکسین) موجب کاهش سروتونین و در نتیجه منجر به بروز افسردگی می شود.

۲- بیماری های جسمی توانایی ها و قدرت جسمانی و عملکردی فرد را دچار اختلال می کند و بدین طریق برای بیمار وضعیت ناامید کننده ای را به وجود می آورد که منجر به کاهش اعتماد به نفس و امیدواری در فرد می شود. مثلاً یک بیمار مبتلا به بدخیمی ، به دلیل علائم ناتوان کننده بیماری اش ، ممکن است توان سازگاری با شرایط این بیماری و امید به زندگی خود را از دست بدهد و دچار افسردگی شود.

۳- اختلالات روانی به دلیل کاهش ایمنی بدن ، توان مقابله بدن را در برابر بیماری های جسمی دچار اختلال می کنند. به عنوان مثال فردی که از نظر وضعیت قلب و عروق آسیب پذیر است و از نظر خانوادگی مستعد ابتلا به این بیماری می باشد بروز اختلال افسردگی می تواند موجب بروز اختلال قلبی در وی گردد.



تاریخ صدور: ۱۴۰۱/۰۴/۰۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۴/۰۱

کد بازنگری: OH-PE-B60-02

سلامت روان و بیماری‌های

مزمن جسمی



مرکز آموزشی - پژوهشی و درمانی امید

واحد آموزش سلامت

- ⇐ پذیرش مرگ
- ⇐ به کارگیری مهارت‌های زندگی
- ⇐ آرامش عضلانی و مراقبه
- ⇐ ورزش و انجام فعالیت‌های جسمانی
- ⇐ تفریح، سرگرمی
- ⇐ حفظ شوخ‌طبعی و نشاط
- ⇐ اجتناب از شرایط استرس‌زا
- ⇐ توجه و رسیدگی بیمار به وضعیت ظاهری خود



جهت دریافت خدمات آموزشی در رابطه با بیماری‌ها و سوالات احتمالی با کلینیک پرستاری آموزش سلامت به صورت مراجعه حضوری یا تماس تلفنی در ارتباط باشید.
ساعت فعالیت: همه روزه صبح‌ها ۸-۱۳
شماره تماس: ۳۸۴۲۶۰۸۴ ، داخلی ۸۵۴۴ - ۸۶۲۲

روش‌های دسترسی به آموزش‌های مجازی بیمارستان:

۱. وب سایت بیمارستان به آدرس
<https://omid.mums.ac.ir/index.php/nursing-services/amoozesh-salamat/43-uncategories/447-brochure>



۲. اسکن بارکد مقابل با نرم افزار بارکدخوان تلفن همراه و ورود مستقیم به صفحه مطالب آموزشی سایت

منبع: وب سایت Med line plus

راهکارهای مقابله با مشکلات روانی ناشی از بیماری‌های مزمن

- ◇ بیماری جسمی مزمن و صعب‌العلاج برای بیمار و خانواده او به منزله یک بحران است. و آنها باید راهکارهای مقابله با این بحران را بیاموزند و به درستی به کار ببرند.
- ◇ انجام اقدامات زیر به بیمار، خانواده، اطرافیان و مراقبین توصیه می‌شود:
- ◇ پذیرش بیماری
- ◇ انتظارات واقع بینانه از خود و وضعیت بیماری
- ◇ پذیرش درمان بیماری جسمی و همکاری با پزشک او (در صورت لزوم)
- ◇ مشاوره و روان درمانی برای بیمار و خانواده (در صورت لزوم)
- ◇ درمان روانپزشکی برای بیمار و خانواده در صورت لزوم
- ◇ مراقبت صحیح و مناسب از بیمار
- ◇ برخورداری از شبکه حمایت‌های اجتماعی (افراد خانواده، دوستان، آشنایان، همکاران و...)
- ◇ برقراری ارتباط اجتماعی موثر
- ◇ بهره‌گیری از تعالیم معنوی، استعانت به دعا و عبادت، تقویت ارتباط با خداوند