



کد سند : AE/AB/HES/BR-INTE/10/01

تاریخ تدوین: 1400/1/20 شماره بازنگری: 1

تاریخ بازنگری: 1402/1/20 تاریخ بازنگری

علائم روانشناختی را چگونه تشخیص دهیم و چه اقدامی انجام دهیم؟



ناظر علمی: خانم دکتر عباس نژاد

دفتر آموزشی سلامت

تأبستان 1402

علائم روانشناختی را چگونه تشخیص دهیم و چه اقدامی انجام دهیم؟

همه انسانها به دنبال وقوع اتفاقات ناخوشایند دچار ناخوشی و استرس می شوند که این واکنش طبیعی جسم و روان آنها به یک اتفاق است، بیماران دچار سوختگی نیز بعد از حادثه ممکن است دچار ناراحتی و استرس موقتی شوند که بعد از مدت کوتاهی رفع می شود. گاه ممکن است ناراحتی اولیه تداوم پیدا کند و به شکل یک مشکل جدی روانشناختی بروز کند. مشکل روانشناختی به مجموعه از علائم و رفتارهای غیر طبیعی گفته می شود که باعث درد و رنج شدید برای فرد می شود و ممکن است برای اطرافیان نیز زجرآور باشد. در اینجا به توضیح و ذکر علائم سه مشکل روانشناختی، اضطراب و نگرانی، افسردگی و دلیریوم) که شیوع بالایی در بیماران دچار سوختگی دارند می پردازیم. علائم این سه مشکل روانشناختی یا هر گونه رفتار و گفتار عجیب و غریب را در بیماران مشاهده کردید، وی را پیش یک روانپزشک یا روانشناس ببرید.

اضطراب و نگرانی چیست؟

اضطراب و نگرانی در افراد دچار سوختگی ممکن است بصورت دلوپسی در مورد سلامتی و تغییر شکل اندام های دچار سوختگی، فرآیند و هزینه های درمان یا عمل جراحی و آینده فرد در اجتماع بروز کند که یک واکنش طبیعی محسوب می شود. زمانی نگرانی غیر طبیعی محسوب می شود که مدت زیادی طول بکشد و با اضطراب همراه شود. اضطراب بصورت دلشوره مبهم و نامعلوم، طوری که خود فرد ممکن است نداند که چرا دلشوره دارد، بروز می کند. این دلشوره طوری است که فرد از لحاظ ذهنی سعی می کند که آنرا کنترل کند ولی نمی تواند، همچنین بیمار ممکن بی قرار و زود عصبانی و بد اخلاق شود، به آسانی خسته و کوفته می شود و نمی تواند تمرکز حواس داشته باشد، نمی تواند بخوابد یا خواب ناآرام دارد و زود از خواب می پرد، ماهیچه های بدن وی دچار پرش می شوند. مجموعه این علائم باعث می شود که فرد نتواند بخوبی گذشته درس بخواند یا سرکار برود و دچار رنج شدیدی شود.

افسردگی چیست؟



افسردگی یک مشکل روانشناختی است که فرد مبتلا دچار احساس غمگینی، ناامیدی و گوشه گیری می شود. ممکن است دچار خستگی، بی حالی، کمبود انرژی و احساس گناه و بی ارزشی شود. حواسپرت و فراموشکار می شود. ممکن است دچار پر خوابی و یا بی خوابی شود به کارها و فعالیت هایی که قبلاً انجام می داده بی علاقه می شود و از انجام کارها و فعالیت های لذت بخش دوری می کند، چون نمی تواند از کارها و فعالیت هایی که قبلاً لذت بخش بودن لذت ببرد. ممکن است پر تحرک شود و نتواند یکجا بشیند یا بی تحرک شود و یک گوشه ای بشیند و دست به هیچ کاری نزنند. ممکن است به خودکشی و مرگ فکر کنند یا از مرگ و مردن صحبت کنند. ممکن است پراشته شود و دچار اضافه وزن شود یا بی اشتها شود و دچار کاهش وزن شود. مجموعه این علایم باعث می شود که فرد نتواند بخوبی گذشته درس بخواند یا سرکار برود و دچار رنج شدیدی می شود.

دلیریوم چیست؟



بیماران بعد از سوختگی یا عمل جراحی ممکن است بصورت موقتی هشیاری خود را از دست بدهند یا هشیاریشان کم می شود، ناگهان از یادشان می رود که کجا هستند و چه کار می کردند یا ممکن است نامشان را فراموش کنند، حواسپرت می شوند و از اتفاقات محیط اطراف خود چیزی متوجه نمی شوند، دچار سردرگمی می شوند و چیزی را به یاد نمی آورند مثل اینکه کجا هستند و چه ساعتی از شبانه روز است، نمی توانند خوب صحبت کنند طوریکه نمی توانند یک موضوع را تا پایان پیش ببرند انگار که ذهنشان گیر می کند و نمی توانند ادامه موضوع را به یاد بیاورند. ممکن است حرف های عجیب و غریب و یا نامفهوم بزنند و چیزهایی را ببینند یا صداهایی را بشنوند که وجود ندارند و دیگران نمی بینند و نمی شنوند.

همچنین دچار بیقراری می شوند مدام بلند می شوند و می نشینند و با کوچکترین چیزی عصبانی می شوند به این حالت دلیریوم گفته می شود، همانطور که اشاره شد موقتی است و بعد از چند ساعت یا چند روز فرد به حالت طبیعی بر می گردد. ممکن است حرف های عجیب و غریب و یا نامفهوم بزنند و چیزهایی را ببینند یا صداهایی را بشنوند که وجود ندارند و دیگران نمی بینند و نمی شنوند. همچنین دچار بیقراری می شوند مدام بلند می شوند و می نشینند و با کوچکترین چیزی عصبانی می شوند به این حالت دلیریوم گفته می شود، همانطور که اشاره شد موقتی است و بعد از چند ساعت یا چند روز فرد به حالت طبیعی بر می گردد.

منبع: سوختگی، مراقبت و درمان / تألیف سیدمحمد معتمدالشریعتی، عزت الله رضایی، آرش بیرقی دانشگاه علوم پزشکی مشهد.

شماره تلفن بیمارستان: 05433295571

شماره داخلی: 1674

آدرس لینک آموزش به بیمار بیمارستان:

*آموزش-به-بیمار-و-ارتقای-

سلامت/ <https://alihos.zaums.ac.ir/>