اختلالات اضطرابي: عبارت است از احساس دلشوره منتشره، ناخوشايند،مبهم كه اغلب علائم تحريك سيستم عصبي خودكار را به همراه دارد. به عبارت ديگر اضطراب يك فرآيند آگاه كننده و اخطار دهنده است كه منبع آن قابل شناختن نيست.
انواع اختلالات اضطرابي: اختلال هراس اختلال منتشرـ فوبي خاص ـ فوبي اجتماعي ـ اختلال وسواس جبري ـ اختلال استرس پس از سانحه ـ اختلال اضطراب ناشي از موارد اختلالات اضطرابي ناشي
 از يك بيماري طبي ـ اختلالات اضطرابي طبقه بندي شده.
مراقبتها و تشخيص‌هاي پرستاري در اختلالات اضطرابي:
A اضطراب: 1- در موقع كار كردن با بيمار به شيوه آرام و بدون ايجاد ترس و نگراني با
او برخورد كنيد 2- بيمار را از سلامت و امنيت خود مطمئن سازيد. 3- وقتي در حالت اضطراب شديد است او را تنها نگذاريد 4- از
كلمات ساده و پيام‌هاي ساده و مختصر استفاده كنيد.
B ترس: 1- درك بيمار را در مورد تهديد به تماميت جسمي و يا خود پنداري كشف كنيد. 2- چنانچه بيمار بخواهد بر ترس خود غلبه كند مي‌توان از روش حساسيت زدايي تدريجي يا نمونه سازي استفاده كرد.
3-  بيمار بايد موقعيت و جنبه‌هايي كه قابل تغيير نيستند را قبل از توسعه فعاليت در مورد كاهش ترس قبول كند. بيمار را در تصميمات مربوط به انتخاب روش‌هاي سازگاري دخالت دهيد.
C سازگاري غير موثر فردي در ارتباط با خلق افسرده و افكار وسواس:
1- سطح اضطراب بيمار را بررسي كنيد     2- رفتار مربوط به خودكشي بيمار را زير نظرقراردهيد.رفتارهاي انطباق بيمار را تشويق وتقويت مثبت كنيد.خلق افسرده شايع ترين
موقعيتي است كه باعث خودكشي مي‌شود كنترل كنيد.

 (2)
نقص مراقبت از خود:
1- بيمار را تشويق كرده و اجازه دهيد كه فعاليتي طبيعي زندگي روزانه را در حد توانايي خود انجام دهد. 2- استقلال را تشويق كنيد و در صورت لزوم مداخله   كنيد. 3- به بيمار نحوه انجام فعاليتهايي را كه در آن با اشكال روبرو مي‌شود نشان دهيد. 4- ما بين وعده‌هاي غذا، مايعات و غذاي مختصر به بيمار بدهيد. 5- چنانچه بيمار بي‏اختياري دارد، برنامه منظمي براي بر طرف كردن نيازهاي دفعي وي تنظيم كنيد.

اختلالات اضطرابي

تهيه و تنظيم :
آلاله خياط اسلامي