

اختلالات اضطرابی: عبارت است از احساس دلشوره منتشره، ناخوشایند، مبهم که اغلب علائم تحریک سیستم عصبی خودکار را به همراه دارد. به عبارت دیگر اضطراب یک فرآیند آگاه کننده و اخطار دهنده است که منبع آن قابل شناختن نیست.

انواع اختلالات اضطرابی: اختلال هراس اختلال منتشره فوبی خاص - فوبی اجتماعی - اختلال وسواس جبری - اختلال استرس پس از سانحه - اختلال اضطراب ناشی از موارد اختلالات اضطرابی ناشی از یک بیماری طبی - اختلالات اضطرابی طبقه بندی شده. مراقبتها و تشخیصهای پرستاری در اختلالات اضطرابی:

A اضطراب: ۱- در موقع کار کردن با بیمار به شیوه آرام و بدون ایجاد ترس و نگرانی با او برخورد کنید ۲- بیمار را از سلامت و امنیت خود مطمئن سازید. ۳- وقتی در حالت اضطراب شدید است او را تنها نگذارید ۴- از کلمات ساده و پیامهای ساده و مختصر استفاده کنید.

B ترس: ۱- درک بیمار را در مورد تهدید به تمامیت جسمی و یا خود پنداری کشف کنید. ۲- چنانچه بیمار بخواهد بر ترس خود غلبه کند می توان از روش حساسیت زدایی تدریجی یا نمونه سازی استفاده کرد. ۳- بیمار باید موقعیت و جنبههایی که قابل تغییر نیستند را قبل از توسعه فعالیت در مورد کاهش ترس قبول کند. بیمار را در تصمیمات مربوط به انتخاب روشهای سازگاری دخالت دهید. C سازگاری غیر موثر فردی در ارتباط با خلق افسرده و افکار وسواس: ۱- سطح اضطراب بیمار را بررسی کنید ۲- رفتار مربوط به خودکشی بیمار را زیر نظر قرار دهید. رفتارهای انطباق بیمار را تشویق و تقویت مثبت کنید. خلق افسرده شایع ترین موقعیتی است که باعث خودکشی می شود کنترل کنید.

(۲)

نقص مراقبت از خود:

۱- بیمار را تشویق کرده و اجازه دهید که فعالیتی طبیعی زندگی روزانه را در حد توانایی خود انجام دهد. ۲- استقلال را تشویق کنید و در صورت لزوم مداخله کنید. ۳- به بیمار نحوه انجام فعالیتهایی را که در آن با اشکال روبرو می شود نشان دهید. ۴- ما بین وعدههای غذا، مایعات و غذای مختصر به بیمار بدهید. ۵- چنانچه بیمار بی اختیاری دارد، برنامه منظمی برای بر طرف کردن نیازهای دفعی وی تنظیم کنید.

اختلالات اضطرابی

تهیه و تنظیم :  
آلاله خیاط اسلامی