

راهنمای مراقبت از بیماران اعصاب و روان

فهمیه حسینی نائینی

حمید طاهرخانی

www.ketab.ir

سرشناسه: حسینی-نایینی، فهیمه، ۱۳۳۸ -
 عنوان و نام پدیدآور: راهنمای مراقبت از بیماران اعصاب و روان/ فهیمه حسینی-نایینی، حمید طاهرخانی.
 مشخصات نشر: تهران: شرکت نشر چیستا، ۱۳۹۳.
 مشخصات ظاهری: ۱۳۶ ص.
 شابک: 978-964-7940-48-1
 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
 موضوع: بیماری‌های روانی
 موضوع: موضوع: بیماری‌های روانی -- تشخیص
 موضوع: موضوع: بیماری‌های روانی -- بستگیری
 موضوع: روان‌پرستاری
 شناسه افزوده: طاهرخانی، حمید، ۱۳۳۷ -
 رده بندی کنگره: RC۴۵۲/ح۵۵۳ ۱۳۹۳
 رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹

نام کتاب: راهنمای مراقبت از بیماران اعصاب و روان
 مولف: دکتر فهیمه حسینی نایینی و دکتر حمید طاهرخانی

طرح روی جلد: مینا یوسفی

صفحه‌آرا: ستاره تراب زاده

نوبت چاپ: نخست، ۱۳۹۴

تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه

قیمت: ۹۸۰۰ تومان

شرکت نشر چیستا

تهران- خیابان یوسف آباد، خیابان بیست و سوم،

کوچه شایان، پلاک ۶۶.

تلفن: ۸۸ ۷۱ ۸۷ ۵۷



cheestapub@hotmail.com

cheesta.com

فهرست

- فصل ۱: افسردگی..... ۱۳
- فصل ۲: هراس یا پانیک..... ۲۹
- فصل ۳: ترس مرضی یا فوبیا..... ۳۷
- فصل ۴: اختلال تنش‌زای پس از حادثه..... ۵۱
- فصل ۵: اختلال اضطراب فراگیر..... ۶۳
- فصل ۶: وسواس..... ۷۱
- فصل ۷: اختلال دوقطبی (شیدایی - افسردگی)..... ۸۱
- فصل ۸: اسکیزوفرنیا..... ۹۳
- فصل ۹: خودکشی..... ۱۰۵
- فصل ۱۰: تنش در مراقبین بیمار..... ۱۲۳

مکتب‌خانه کتابخانه

زندگی و مرگ ما نقطه آغاز و پایان سرنوشت ما است. رسم بر این است که حضور زندگی را جشن می‌گیریم و نیاش می‌کنیم، اما در مرگ دیگران به ویژه عزیزانمان به سوگواری می‌نشینیم. سبب چیست؟ با مرگ هر عزیزی بخشی از خود را به خاک می‌سپاریم. زیرا ما انسان‌ها به هم تافته‌ایم و زندگی‌مان چیزی نیست، جز آمیختن با دیگری.

از مرگ گریزی نیست و به راستی مرگ ادامه زندگی است. اما در بسیاری زمان‌ها مرگ عزیزان ما ناگهانی نیست و با درد و رنج برآمده از بیماری همراه است. درد و رنج بیماری می‌تواند برای همگان باشد، حتا اگر پزشک باشی و خود ریشه‌های درد را بشناسی. این پدیده را هنگامی که همسر عزیزم دکتر مریم بهرامی نژاد پس از شش سال نبرد با بیماری سرطان کلیه و سپس انتشار بیماری به ریه در پایان سال ۱۳۸۹ از پای درآمد، به روشنی دریافتم. در آن زمان گواهی بودم بر دردها و رنج‌های سخت او.

آن روزها و ماه‌ها همواره برای کنترل دردها و رنج‌های او با همکاریانش مشورت می‌کردم و آنچه خود نیز از دنیای پزشکی آموخته بودم به کمک می‌گرفتم، اما این دانسته‌ها همیشه کارساز نبود و هنوز زمانی که به آن روزها بر می‌گردم، پی می‌برم که اگر دانسته‌های بیش‌تری وجود داشت می‌شد تا اندازه‌ای زیاد از دردها و رنج‌های او کاست.

چند ماه پس از درگذشت او، این نکته را در دیداری که با ثمینۀ باغچه‌بان در دفتر نشر داشتیم، به گفت و گو گذاشتیم. ایشان خود چون همسرش دکتر هوشنگ پیرنظر را بر اثر بیماری سرطان در آمریکا از دست داده بود، پس از مرگ او مانند من در پی تسکین دردها و رنج‌های مردم بود. ثمینۀ خانم برای این کار در قالب گردآوری از جزوه‌ها و نشریه‌های نهادی به نام هاسپیس کوشیده بود در این زمینه مشارکت کند که جلد نخست این مجموعه در حقیقت برآیند ایده‌های اوست که متناسب با نیازهای جامعه ایران ویرایش شده است.

همان زمان و در همان دیدار فکر کردم که این کار بزرگی است که برای ارائه درست نیاز به کمک بسیاری از مترجمان و پزشکان دارد. پس از همان هنگام خود دست به کار شدم و متن‌ها و کتاب‌های بسیاری را در زمینه بیماری‌های سخت درمان تهیه و ترجمه کردم تا خشت اول به درستی گذاشته شود. در جامعه ایران، متأسفانه زمانی که بیمار از مطب پزشک بیرون می‌آید و به خانه می‌رود پس از گذشت چند روز بستگان و پرستاران خانگی‌اش متوجه می‌شوند که با چه دشواری‌های توان فرسایی روبرو هستند و برای آسان کردن هر کدام از این دردها و بی‌قراری‌ها به انرژی و مشورت‌های بسیار نیاز دارند. در کشورهای پیشرفته فاصله بین پزشک و بیمار را گروه‌های همیاری که در این زمینه آموزش دیده‌اند پر می‌کنند،

اما در جامعه ما نبود یا کمبود این گروه‌ها و سازمان‌ها به ویژه تشکلهای مردم نهاد بسیار آشکار است. کمبود این سازمان‌ها را باید در گام اول با کتابهای ساده‌خوان و فراگیر آغاز کرد و آن را با موضوع طب تسکینی پیوند داد.

خوش‌بختانه چند سالی است که تخصص طب تسکینی در دانشگاه‌های پزشکی ایران دایر شده است و این گام موثری برای آموزش پزشکانی است که برای تسکین بیماران سخت درمان آموزش می‌بینند تا بتوانند درد و رنج بیماران را کم‌تر کنند. مجموعه این کتاب‌ها که به مرور منتشر خواهند شد، «طب تسکینی برای خانواده» نامیده شده است.

این گام کوچک برایم آرامش‌بخش است، زیرا در دوره بیماری همسرم به سبب نبود کتاب‌ها و راهنماهای لازم با وجودی که هر دو پزشک بودیم، بسیار دشواری و رنج کشیدیم، اکنون با وجود این کتاب‌ها می‌توان به مردمی که با پیشه پزشکی آشنا نیستند، در هنگام روبرو شدن با این وضعیت کمک‌های موثری کرد. امیدوارم آن تجربه‌ها و این رهنمودها کمکی هرچند کوچک به کاهش درد و رنج دیگرانی باشد که درگیر چنین وضعیتی هستند. در پایان برای ادامه و گسترش کار و در دسترس گذاشتن این مجموعه در سطح ملی، نیکوکاران گرامی را که دغدغه چنین کارهایی را دارند، به همکاری فرا می‌خوانیم تا بتوانیم رنج درد و نبود دیگری را به شادی کمک به آن‌ها که هنوز هستند برگردانیم.

دکتر مهدی محمدی