

مراقبت های عملی پرستاران

در بیمارانش مبتلابه سرطان

مولفین

علی گل افشانی

کارشناس ارشد، مدیر آموزشی؛ دانشگاه علوم پزشکی مازندران

نسرتین صادقی ابوخیلی

کارشناس ارشد تحقیقات آموزشی؛ دانشگاه علوم پزشکی مازندران

دکتر حامد خداپخش

متخصص طب اورژانس

دکتر مینا الوندی پور

فلوشیپ جراحی کولورکتال

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مازندران

فیبا

سرشناسه: گل افشانی، علی، ۱۳۵۸

عنوان و نام پدیدآور: مراقبت های عملی پرستاران در بیماران مبتلای به سرطان... / مؤلفین: علی گل افشانی... و دیگران.

مشخصات نشر: ساری: علیم نور، ۱۳۹۵

مشخصات ظاهری: ۱۴۵

شابک: 978-600-8400-00-4

مؤلفین: علی گل افشانی، نسرتین صلاقی ابوخیلی، حامد خدابخش، مینا الوندی پور.

موضوع: سرطان

موضوع: سرطان - درمان

موضوع: سرطان - درمان

موضوع: سرطان - بیماران - مراقبت

شناسه افزودن: صلاقی، نسرتین، ۱۳۵۲

شناسه افزودن: گل افشانی، علی، ۱۳۵۸

زده بندی کد زد: ۹۵/۴/۲۶۱/۴۲

زده بندی دیوینی: ۶۱۶/۹۹۱

شماره کتبشناسی ملی: ۴۲۰۰۵۳

◆ شناسنامه کتاب

◀ نام کتاب: مراقبت های عملی پرستاران در بیماران مبتلای به سرطان

◀ مؤلفین: علی گل افشانی، نسرتین صلاقی ابوخیلی، حامد خدابخش، دکتر مینا الوندی پور.

◀ امور رایانه و صفحه بندی: علی گل افشانی

◀ طرح (روی جلد): شهربانو فرخی

◀ ویراستار: آناهیتا شفیعی زاده

◀ تیراژ: ۱۰۰۰

◀ ناشر: علیم نور

◀ نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۵

◀ چاپ و صحافی: پیشگام

◀ قیمت: ۲۰۰۰۰ ریال

کلیه حقوق اعم از چاپ، تکثیر، نسخه برداری و ترجمه برای ناشر محفوظ است. (نقل مطلب یا ذکر مأخذ با امانت است)

مركز پخش: ساری - میدان امام - بلوار دانشگاه - پایین تر از حوزه هنری - کوچه گل نرگس - جنب چاپ

مآزند گستر

ISBN: 978-600-8400-00-4

۰۹۱۱۲۵۵۹۸۴۴

فهرست مطالب

۹..... سخن ناشر.....

۱۰..... پیشگفتار مؤلف.....

فصل اول شناخت سرطان

۲۰..... آشنایی با اصطلاح سرطان.....

۲۴..... سه مرحله بنی - در تاریخچه سرطان.....

۲۵..... تولیدمثل و رشد سلول های متلاطم با شرایط.....

۲۷..... طبقه بندی سرطان ها.....

۲۸..... انواع سلول های سرطانی.....

۲۹..... عوامل ایجاد کننده سرطان ها.....

۲۹..... علائم سرطان.....

۳۰..... عوامل پیشرفت درمان سرطان.....

۳۱..... روش های اصلی درمان سرطان.....

۳۱..... شیمی درمانی.....

۳۵..... پرتو درمانی.....

۳۷..... جراحی.....

۳۸..... ژن درمانی.....

۳۹..... مقابله با رگ زایی تومور.....

۴۰..... درمان بیولوژیکی با ایمنولوژیک.....

۴۱..... درمان فوتودینامیک (به کلرینرنگ و نور).....

۴۱..... درمان سرطان با رژیم غذایی.....

۴۳..... نظریه های درباره درمان سرطان با رژیم غذایی از دیدگاه بعضی از متخصصان.....

۴۵..... سه نکته مهم قابل توجه برای درمان سرطان با رژیم غذایی.....

۴۵..... راهکارهای کلیدی تغذیه در مبارزه و پیشگیری از سرطان.....

۴۶..... هفت اقدام حفاظتی در برابر سرطان.....

فہرست مطالب

فصل دوم پرستاران و درمان بیماران سرطانی

۴۹	 مقدمہ
۵۰	 نقش پرستار در درمان بیماران مبتلا سرطان
۵۱	 ۱- نقش مراقبتی:
۵۱	 ۲- نقش درمانی:
۵۱	 ۳- نقش حفاظتی:
۵۲	 ۴- نقش آموزشی:
۵۲	 ۵- نقش هماہنگ کنندہ:
۵۲	 ۶- نقش حمایتی:
۵۳	 بطور اے ہ رتہ پر در مورد بیماران مبتلا بہ سرطان شامل موارد زیر است:
۵۴	 مراقبت پرستار در تمام دہافت خبر بروز بیماریک توسط بیمار و خانوادہ
۵۸	 مراقبت ہا کہ پرستار کہ کمزیر بہ بیمار مبتلا بہ سرطان
۵۸	 ۱- آموزش بہ بیمار:
۶۰	 ۲- کنترل درد:
۶۵	 ۳- کنترل بے اشتہا کہ
۶۷	 ۴- کنترل یبوست:
۶۹	 ۵- کنترل اسہال:
۷۱	 ۶- کنترل خستگی:
۷۴	 ۷- کنترل آدم یا خیر لنفولوک
۷۵	 ۸- کنترل تہوع و استفراغ:
۷۷	 ۹- کنترل زخم ہا کہ دہان:
۸۰	 ۱۰- کنترل کم خونہ:
۸۱	 ۱۱- کنترل عفونت:
۸۴	 ۱۲- کنترل ریزش مو:
۸۵	 ۱۳- کنترل مشکلات انعقاد خون:
۸۶	 ۱۴- کنترل اثرات عصبی و عضلاتی:
۸۸	 ۱۵- کنترل تنگی نفس:
۸۸	 ۱۶- کنترل اثرات بر کلیہ و مثانہ:

فهرست مطالب

۸۹	۱۷ - کنترل علائم شبه آنفلوآنزا
۹۰	۱۸ - کنترل اشکال در بلع
۹۰	درمان های مکمل
۹۰	زیست پس نوردک
۹۱	فکر کشایی
۹۱	خواب مصنوعی
۹۱	تصور
۹۲	ماساژ دراز
۹۲	تمرینات
۹۲	تنش و شل عضلات
۹۳	تمرینات ورزشی
۹۴	خیال پردازی
۹۴	تنفس منظم
۹۴	یوگا
۹۶	راهکارهایی جهت تطابق با زندگی روزمره
۹۹	مراقبت های عملی پرستاران در بیماران مبتلا سرطان در مرحله رشد و مردن
۱۰۰	مرحله انکار:
۱۰۰	مرحله خشم:
۱۰۰	مرحله چانه زدن:
۱۰۰	مرحله افسردگی:
۱۰۰	مرحله پذیرش:
۱۰۱	جنبه های پرستاری و آموزش خانواده
۱۰۲	لمس و نوازش
۱۰۳	شروع پایان زندگی
۱۰۶	سرطان و اهمیت سلامت معنوی
۱۰۸	سرطان آشکار کننده اهمیت طب معنوی
۱۰۹	اثر معنویت بر بیماران سرطانی و سلامت جسم
۱۱۱	معنویت و امید به زندگی بیماران سرطانی

فهرست مطالب

۱۱۳	جایگاه دعا در سازگاری با بیمار
۱۱۵	نتیج پژوهش‌ها در مورد تأثیر بهرستی معنوی در سلامت
۱۲۰	عامل بودن به اعتقادات مذهبی موجب موثرتر بودن سلامت معنوی
۱۲۰	پرستاران و توجه به بعد معنوی در برخورد با بیماران
۱۲۱	تیم پزشکی و مراقبت معنوی از بیمار
۱۲۲	نتیجه
۱۲۳	فهرست منابع و مآخذ
۱۲۳	الف) منابع فارسی
۱۳۰	ب) منابع انگلیسی

www.ketab.ir

به بسم الله الرحمن الرحيم است

مگر فتحی ز فتاح علیم است

در جهان امروز پژوهش و تحقیق، اساس و بنیاد همه پیشرفت‌ها و توسعه امور محسوب می‌شود. به طوری که «توانایی» در گرو «دانایی» است و می‌توان گفت بدون دانایی، توانایی جایگاهی ندارد. همان طوری که حضرت علامه ابوالفضائل حسن زاده آملی حفظه الله فرموده است:

منم آن تشنه دانش که مگر دانش بود آتش

مرا اندر دل آتش همی‌باشد نشیمنها

انتشارات «**ایم نور**» در زمان تأسیس و شروع فعالیت خود، همواره تلاش وافر و در جهت بسط و توسعه علوم و امور فرهنگی داشته است. به طوری که دستاوردهای متعددی در خصوص نشر امور علمی از خود به جای گذاشت. کتاب‌های ارزشمند، مفید و ارزشمندی برای رشد و توسعه علمی در حوزه علوم پزشکی خواهد بود.

در این کتاب سعی گردیده مراقبت‌های پرستاران در بیماران مبتلا به سرطان با رویکرد ارتباط سلامت معنوی و امید به زندگی بررسی شده است. انتشارات «**علیم نور**» این افتخار را دارد که در زمینه نشر و توسعه علمی از نظرات ارزشمند مؤلف محترم بهره‌مند گردیده و این افتخار را دارد که کتاب‌های بعدی این مؤلفین را به چاپ برساند. امید است استادان، محققان، پژوهان و صاحب نظران، جهت اصلاح بیشتر کتاب حاضر و تدوین دیگر آثار، از ارائه پیشنهادات و نظرات خود به این مرکز دریغ ننمایند.



Alimounour@Yahoo.com

«مدیریت انتشارات علیم نور»

پیشگفتار مؤلفین

یکی از شایع‌ترین بیماری‌های مزمن، سرطان بوده که عاملی تشویش‌آور در ابعاد مختلف جسمی، روانی و معنوی است. متأسفانه هر روز تعداد زیادی از افراد جهان دچار انواع سرطان می‌شوند. همه‌ی ما بارها و بارها دلایل زیادی برای ابتلا به انواع سرطان را شنیده‌ایم، از تأثیر نوع زندگی و تغذیه گرفته تا سروکار داشتن با مواد شیمیایی!

اما آیا همه‌ی این دلایل که گاه اغراق‌آمیز هستند، تأیید شده‌اند یا خیر؟ در واقع تنها تعداد محدودی از این عوامل خطرناک توسط پزشکان و محققان مورد تأیید قرار گرفته‌اند، مانند: برنامه غذایی نامناسب، استعمال دخانیات، عدم ورزش منظم، مصرف مشروبات الکلی... این‌ها که ما در چه قرن و در چه شرایطی زندگی می‌کنیم، صرفاً سبب افزایش تعداد مبتلایان به سرطان نمی‌شود. در گذشته نیز سرطان شیوع زیادی داشته است. سرطان یک بیماری نیست بلکه نوعی از بیماریست. بیش از ۲۰۰ نوع متفاوت از بیماری سرطان وجود دارد که هر کدام به شیوه‌های خاص ایجاد می‌شوند. چیزی که در همه آنها مشترک است این است که همه آنها به روشی مشابه شروع می‌شوند با تغییر در ساختار طبیعی یک سلول. تقسیم سلول‌های غیرطبیعی، کنترل نیستند و معلوم نیست که چه زمانی متوقف می‌شود یک دسته از سلول‌های غیرطبیعی یک تومور نامیده می‌شود. همه تومورها سرطان نیستند و نوع تومور وجود دارد: خوش‌خیم و بدخیم.

تومورهای خوش‌خیم سرطان نیستند. تومورهای بدخیم در سرطان‌ها هستند و می‌توانند به قسمت‌های مجاور بدن حمله کنند و مانع فعالیت سلول‌های سالم آن منطقه شوند. در عین حال سلول‌های تومورهای بدخیم می‌توانند گسترش یافته و به نقاط دیگر بدن دست‌اندازی کنند و در مکانی دور از محل اولیه تجمع‌آوری از سلول‌های غیرطبیعی را ایجاد کنند. این مرحله را متاستاز می‌نامند. در سال ۲۰۰۵، در دنیا ۷/۶ میلیون نفر جان خود را به دلیل ابتلا به سرطان از دست داده‌اند.

در سال ۲۰۲۰، ۱۶ میلیون نفر به سرطان مبتلا می‌شوند و در همین زمان، سالانه ۱۰ میلیون نفر از این بیماری می‌میرند. در ۱۰ سال آینده در صورتی که اقدامی صورت نگیرد ۸۵ میلیون نفر بدلیل سرطان خواهند مرد. بیش از ۷۰٪ موارد مرگ و میر ناشی از سرطان در کشورهای دارای درآمد پایین یا متوسط است. اما مشکل واقعی سرطان بیشتر از این اعداد است چرا که یک سوم بیماران دچار افسردگی و اضطراب در حد بالینی هستند و همچنین به دلیل از دست رفتن درآمد و لزوم تامین مخارج درمان، آسیب شدیدی به عملکرد اقتصادی خانواده وارد می‌شود. با این حال، از سرطان می‌توان رهایی جست زیرا بیش از ۴۰٪ موارد سرطان قابل پیشگیری هستند و ثلث دیگر بیماران در صورت تشخیص به موقع قابل درمان قطعی می‌باشند. در بقیه بیماران نیز که غیر قابل درمان هستند، انجام درمان‌های حمایتی به بهبود کیفیت زندگی بیماران کمک اساسی خواهد نمود. در آخرین آمار در کشورما، سرطان با ۹/۴٪ بعد از گروه بیماری‌های دستگاه گردش خون (۳۳/۴٪) و سوانح مسمومیت و خودکشی (۱۱/۴٪) عنوان سومین علت مرگ مطرح گردیده است.

در هر سال در کشور حدود ۱۰۰ هزار مورد جدید سرطان بروز می‌نماید. تفاوت بازاری در نحوه بروز سرطان و میزان آن در مناطق مختلف جغرافیایی کشور مشاهده شده است. در برنامه ریزی ملی مبارزه با سرطان، تحقیقات سرطان دارای نقش اساسی و محوری است. با توجه به هزینه زیاد درمان سرطان در مراحل پیشرفته بیماری، سرمایه‌گذاری در امر تحقیقات سرطان از نظر اقتصادی نیز مقرون به صرفه است. اگر شما از یکی از عزیزان مبتلا به سرطان پیشرفته مراقبت می‌کنید ممکن است در روزهای واپسین زندگی در کنار وی باشید. در ادامه برخی مواردی که ممکن است در این دوره اتفاق بیفتد ذکر می‌شود. داشتن اطلاعات درباره این اتفاقات به کاهش اضطراب و توجه به موارد هشدار دهنده کمک می‌کند. افراد معمولاً در این دوره می‌خواهند برای خداحافظی با نزدیکانشان در کنار آنان باشند. این همشینی می‌تواند شامل در آغوش گرفتن بیمار، گرفتن دستان بیمار، صحبت کردن با بیمار یا فقط نشستن در سکوت باشد. بعضی افراد تمایل دارند در این دوره برخی مناسک مذهبی را انجام دهند. این دوره زمان مناسبی برای دوستان و بستگان بیمار برای بیان عشق و علاقه آنان است.

بیمار برای بیان عشق و علاقه آنان است

سرطان و درمان‌های مختلف آن اثرات مهمی بر زندگی افراد مبتلا و خانواده‌های آن‌ها بر جای می‌گذارد و باعث ایجاد تغییر در مسیر زندگی شخصی، فعالیت‌های روزانه، شغل، ارتباطات و نقش‌های خانوادگی فرد مبتلا شده و با سطح بالای استرس روان شناختی در این افراد همراه می‌باشد.



بیمار مبتلا به سرطان پس از اطلاع از بیماری، خود را نزدیک به مرگ می‌بیند و امید به زندگی خود را از دست داده و حالتی از افسردگی و یأس عمیق درونی توأم با ناامیدی، آینده و احساس خشم و ناراحتی از ابتلا به این بیماری تجربه می‌کند؛ که این مسئله‌ای بسیار آسیب پذیر می‌سازد. هدف پرستاری از بیماران مبتلا به سرطان آن است که فرد برای ادامه دادن خود تلاش کند. حتی اگر این کار سبب عدم استقلال او بشود. پرستار تلاش می‌کند تا حس سازگاری را در بیمار به وجود آورد و او و خانواده‌اش را توانا کند تا خود را با این موضوع بیمار سازگاری دهند.



اما در این میان پرستار به اثرات خانواده‌ها و جوامع در بالا بردن سلامتی و پیشگیری از بیماری‌ها یاری می‌رساند و ارتباط کردن نیازهای بیماران به آن‌ها در حفظ بالاترین سطح سلامتی کمک نموده و برای همراه نمودن راحتی و تیز حمایت از آنان در هنگام وقوع بیماری‌های صعب‌العلاج کمک می‌نماید برای انجام چنین اقداماتی، پرستاران با سایر اعضای تیم بهداشتی که هر روز بر تعدادشان افزوده می‌شود جهت تدارک خدمات، هماهنگی می‌نمایند.



کنار آمدن با تشخیص سرطان و همه رویدادهایی که به دنبال آن اتفاق می‌افتد برای هر کسی آسان نیست و بسیاری از افراد از انواع حمایت‌های در دسترس خود استفاده کافی نمی‌کنند. نیاز هر بیمار دقیقاً مانند نیاز بیمار دیگر نیست ولی پیش از شروع درمان و بعد از آن باید نگرانی‌های خود را از هر نوع که هست به زبان بیاورند. اغلب فائق آمدن بر اثرات برخی از درمان‌ها کمی زمان می‌برد. واکنش هر فرد به سرطان بستگی به شخصیت هر فرد دارد که نمی‌توان آن را تغییر داد پرستاران، مراقبین اصلی یا همراهان فعال بیماران در تجربه انسانی زندگی و مرگ با سرطان هستند و با چالش‌های بسیاری در ارتباط با مراقبت از بیماران با تشخیص سرطان روبرو می‌شوند.

پرستاران به عنوان اعضای اصلی تیم مراقبت بهداشتی که مدت زمان بیشتری را با بیماران در تمام مراحل سرطان می گذرانند، تجویز داروها و اجرای درمان ها از مهم ترین مراقبت های درمانی است که توسط پرستاران انجام می گیرد. پرستار با تشویق مردم، در ایجاد عادات بهداشتی خوب از قبیل خوردن غذای متعادل، توسعه و حفظ اعمال بهداشتی صحیح، داشتن استراحت کافی و... باعث کاهش آسیب پذیری فرد در برابر بیماری می گردد.

پرستار در ایجاد فعالیت هایی که به بیمار توصیه کرده، به وی کمک می نماید و یا بر انجام آن نظارت می کند. چرا که بیماری سرطان علاوه بر درمان، نیاز به مراقبت جامع پرستاری همراه با مهربانی، شایستگی و وجدان دارد. چنین مراقبتی حق اساسی بیماران مبتلا به سرطان و خانواده هایشان است. هدف از درمان سرطان بهبودی، کنترل و تسکین علائم است.

دعا کردن می تواند منبع مهم و متد در برابر این بحران ها بویژه در بعد معنوی بوده و باعث ارتقای سلامت معنوی در این بیماران گردد. تازه ترین پژوهش ما که برای نخستین بار در دنیا انجام شده است نشان می دهد سرگشته یایش با خداوند، بیان ژنی انسان ها را به سمت سلامت تغییر می دهد. اعتقاد به ذات مقدس الهی و نیایش او، ژن های بیماری زا و مخرب در انسان خاموش و ژن های مربوط به سلامت و خوش رفتاری و مهربانی در انسان فعال می شوند.

نتایج تحقیقات پژوهشگران کشور از شش سال قبل از در پروفاصل ژنی سروتونین و دوپامین برای ردیابی مطالعات خود استفاده کرده اند. نتایج این تحقیق که برای نخستین بار در دنیا، تغییر بیان ژنی و در پی آن تغییر رفتارهای جسمی و روانی را در افراد در پی معنویت درمانی نشان می دهد. تغییرات ژنی در افراد معناگرا و افرادی که با اخلاص نماز می خوانند، حتی می تواند به نسل های بعدی این افراد منتقل شوند و این اعتقاد که ما برای خانواده های مؤمن ارزش بیشتری قائلیم از نظر علمی هم واقعیت دارد چون افراد این خانواده ها، اشخاص سالم تری هستند.



پژوهشگران دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی به این نتیجه دست یافته‌اند که، تأثیر معنویت یعنی ایمان قلبی به وجود قدرتی مهربان و محافظ و بسیار قدرتمند را بر هورمون‌های بدن را نیز بررسی و در پژوهشی دیگر ثابت کرده‌اند.

که نماز با توجه و ایمان قلبی به بخشندگی و حمایت خداوند، میزان هورمون کورتیزول را هم در بدن کاهش می‌دهد. در این مطالعه، ما میزان کورتیزول را در سه گروه از افراد، شامل مبتلایان به سرطان تحت معنویت درمانی، مبتلایان به سرطان تحت درمان‌های متداول دارویی و افراد سالم، در مراحل مختلف سنجش و مشخص کردیم، کورتیزول معنویت درمانی به شدت کاهش می‌یابد.

بالا بودن کورتیزول یا هورمون‌های کورتونی در مبتلایان به بیماری‌های سخت مانند سرطان هورمونی که از غدد فوق کلیوی در جریان بیماری‌ها ترشح می‌شوند و موجب اضطراب بیمار می‌شود. پایین آمدن این هورمون به نفع درمان بیمار است و در تحقیقات ما مشخص شد این هورمون در جریان معنویت درمانی در بیماران حتی از افراد سالم نیز پایین‌تر می‌آید و به درمان کمک می‌کند. تحقیقات نشان می‌دهد اگر افراد در ۱۷ رکعت نماز برای لحظاتی دل به خداوند بسپارند و به ایمان قلبی برسند، تمام این اتفاقات از کاهش کورتیزول و حتی تغییر بیان ژن‌ها به سمت سلامت، در آنها اتفاق می‌افتد. توجه کردن به جنبه‌های مثبت زندگی از جمله سلامت معنوی جزء راه‌هایی است که از کاهش امیدواری که منجر به کاهش توانایی مقابله با مشکلات خاص بویژه بیماری می‌گردد، جلوگیری می‌کند.

در این کتاب سعی گردیده مراقبت‌های عملی پرستاران در بیمارستان مبتلایان به سرطان با رویکرد ارتباط سلامت معنوی و امید به زندگی بررسی گردد. در نهایت امیدواریم که این مجموعه، مقدمه‌ای برای انجام موارد مشابهی از این دست باشد تا شاهد شکل‌گیری سواد اطلاعاتی آحاد جامعه در این زمینه در کل کشور باشیم. انجام این مجموعه جز با لطف و عنایت خداوند سبحان و راهنمایی‌های ارزشمند اساتید بزرگوار، میسر نبود. به پاس این همه محبت و لطف و با ابراز تشکر از شما، سلامتی و توفیق روزافزون اساتید ارجمند را از ایزدمنان خواستاریم.

از تمامی همکاران عزیزمان، که در زمان سختی‌های انجام این تالیف، به ما امید و دلگرمی می‌دادند، سپاسگزاریم.

این کتاب قابل استفاده اساتید دانشگاه، معلمان، مدیران بویژه مدیران حوزه سلامت و درمان، دانشجویان، بویژه پرستاران و همه کسانی که با رویکرد یاددهی و یادگیری سر و کار دارند مفید می‌باشد. در پایان از همه خوانندگان محترم تقاضا می‌نماییم نظرات، پیشنهادات و انتقادات خود را به آدرس پست الکترونیکی انتشارات علیم نور ارسال نموده و مؤلفین را از نظرات ارزشمند خود بهره‌مند سازند.

توفیق از خداست و تکیه بر اوست.

مؤلفین

Alimonnoor@yahoo.com