

توجه به لحظه ی دادن خبر بد به بیمار

یکی از اصول اولیه و ضروری در این راستا، فراهم ساختن پیش نیازهای این گفت و گو است. ایجاد شرایطی مناسب و به دور از عوامل مزاحم محیطی و همچنین ایجاد شرایطی که بیمار در آن احساس آرامش داشته باشد امری ضروری است.

- ۱- در نظر گرفتن مکانی ساکت و خصوصی برای گفتگو
- ۲- در نظر گرفتن زمانی کافی و بدون وقفه برای گفتگو
- ۳- همه دور هم ، در کنار یکدیگر بنشینید و میز بین آنها نباشد. و گفته شود که ماهیچ وقت تو را رها نمی کنیم .
- ۴- ارزیابی میزان اطلاعات بیمار درباره وضعیت بیماری یا همراهان بیمار در مورد وضعیت بیمار همچنین ارزیابی تمایل آنها در مورد اطلاع بیمار از تشخیص
- ۵- ارائه اطلاعات ساده و صادقانه درباره تشخیص و پیش آگهی (استفاده از جملات خیلی ساده حتی اگر بیمار یا اطرافیان تحصیلکرده باشند.)
- ۶- پرهیز از امید دادن کم یا زیادی
- ۷- عبارتی اینچنین مناسب است : متاسفم اما خبر خوبی ندارم - ان شالله - در بیماران مذهبی عبارت مانند: همه چیز دست خداست.

بیمار صورت گیرد. به عنوان مثال پزشک می تواند سوال نماید که:

- در مورد بیماری خود چه میدانید؟
- آیا سوالی در ذهن شما هست که در مورد بیماریتان هنوز پاسخ داده نشده باشد؟

یک موضوع بسیار مهم توجه به احساسات بیماران و همچنین پاسخ مناسب به احساسات آنهاست. در واقع می توان گفت بخش بسیار مهمی از مدیریت دادن خبر بد به بیمار پاسخ مناسب به احساسات بیماران است

گاهی اوقات ممکن است با وجود رعایت نکات گفته شده بیمار شروع به گریه کردن نماید بهترین اقدام در این لحظه صبر کردن تا اتمام گریه بیمار است. البته می توان به عنوان همدلی یک دستمال کاغذی را به بیمار داد. اما آنچه اهمیت دارد ترک نکردن بیمار و توجه کردن به او در زمان گریه است. بنابراین منطقی ترین اقدام صبر کردن تا اتمام گریه بیمار است.

گزینه های درمان باید توسط بیمار بررسی گردد و این بیمار است که تصمیم می گیرد کدام روند درمانی را پیش بگیرد بنابراین نیاز هست تا با وی در این خصوص مشورت شود.

در ضمن بهتر است از خود بیمار سوال نماییم که تمایل دارد تا چه اندازه سایر اعضای خانواده از بیماری وی مطلع گردند.

همه ما دوست داریم دیگران را با خبرهای خوب، شاد کنیم. اگر قرار باشد خبر خوشی را به یکی از عزیزان خود اطلاع دهیم، معمولاً این کار را با اشتیاق می پذیریم و وقتی شنونده، آن خبر را از زبان ما می شنود، از دیدن برق شادی در چشم او، خود نیز غرق شادی می شویم اما وقتی خبر بدی در میان باشد، معمولاً هیچ کس دوست ندارد با رساندن این خبر، موجب رنج و اندوه دیگران شود. معمولاً ترجیح می دهیم از این کار شانه خالی کنیم و آن را به عهده دیگری بگذاریم، خبر را مخفی نگاه داریم یا گفتن آن را تا حد ممکن به تأخیر بیندازیم.

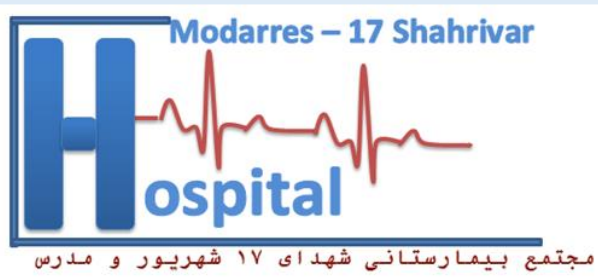
خبر بد می تواند درباره ی تشخیص بیماری، عود بیماری یا ورود به مرحله ی پایان زندگی باشد.

اعلام خبر بد ، کاری استرس زا است ، بنابراین دارای اهمیت است . مواجهه با خبر بد پیامدهای مختلفی برای بیمار ، اعضای خانواده و خبر دهنده به همراه دارد.

بنابر این ، در اختیار داشتن فرآیندی مشخص همراه با توضیحات لازم برای هر مرحله از فرایند اعلام خبر ضرورت دارد.

دانش بیماران در خصوص بیماری خود متفاوت است. عده ای به دلایل شخصی بر تمامی جزئیات بیماری خود احاطه دارند. اما تعدادی از بیماران هم هستند که اطلاعات کمی دارند. بنابراین لازم است که ابتدا ارزیابی در خصوص دانش

دانشکده علوم پزشکی ساوه



اطلاع خبر ناگوار

واحد آموزش سلامت



آدرس: خیابان مطهری-میدان مدرس-بلوار
پرستار، مجتمع بیمارستانی شهدای ۱۷ شهریور
وشهید مدرس

۱۲- ارائه اطلاعات ساده و صادقانه در باره تشخیص و پیش آگهی (استفاده از جملات خیلی ساده حتی اگر بیمار یا اطرافیان تحصیلکرده باشند).

توجه به اصل همدلی و نه همدردی

همان طور که می دانید در حرفه ی پزشکی همدردی جایگاهی ندارد و تمامی برخوردهای ما با بیماران بر اساس همدلی صورت می گیرد. در این شرایط توجه به همدلی چندین برابر می گردد زیرا بیمار اصلا در شرایط مساعدی قرار ندارد و تصور نمودن خود در شرایط بیمار، هیچ گونه نتیجه ی مثبتی نه برای ما و نه برای بیمار به همراه ندارد. بنابراین همیشه همدلی را در دستور کار خود قرار دهیم.

لحظه ای که بیمار خبر بد را می شنود، هرگز فراموش نمی کند و از ذهنش پاک نمی شود. احترام یا ترحمی که در این لحظه ابراز می کنیم، بر تمامی دوران بیماری سایه می افکند. حواسمان باشد، حتی اگر حس ترحم به ما دست داد آن را ابراز نکنیم، بلکه در گفتن خبر بد از مسیر احترام، به بیراهه ترحم نرویم. احترام، مرهمی درونی بر درد بیماری است.

۸- حمایت عاطفی از بیمار و اعضا خانواده ، ایجاد امکان ابراز هیجانات توسط آنها و پیشنهاد به روانشناس و پرستار برای کمک به ابراز بیشتر هیجانات و تصدیق تمام واکنشها و احساسات آنها
۹- در موقع گفتن خبر بد، بعد از کسب اطلاعات ، یک دقیقه سکوت می کنیم و سپس با صدایی آرام و مهربان خبر را اعلام می کنیم
به عنوان مثال: تصادف بدی رخ داده است که شوهر شما هم در آن بوده ..یک دقیقه سکوت..
متا سفانه شوهر شما جان سالم به در نبرده است.
۱۰- پاسخ به احساسات بیمار و خانواده اش :

آمادگی جهت مشاهده هیجانات شدید، مثل شوک ، ناامیدی، خشم و شنیدن این که چرا به ما هشدار ندادید؟

دو دلی و عدم باور همیشه هست ..
پاسخ: نرمالیزه کردن و تصدیق دشواری های موجود..

مثلا بیمار می گوید: شما امیدم را گرفتید..
پاسخ: کاهش این واکنش با توضیح دادن درباره ادامه مراقبت از وی

۱۱- در مورد خبر فوت ...وقتی اطلاعات را کم کم ارائه کنیم ، خودش می فهمد و بعد مثلا با مکث و سر تکان دادنخودش می گوید مرده است.