

اختلال وسواسی-جبری

این نوع اختلال جزء اختلالات اضطرابی می باشد. فکر وسواسی به یک عقده احساس یا فکر مربوط می شود و عمل وسواسی به حالت جبری انجام یک عمل گفته می شود به طوری که وقتی صورت گرفت منجر به عمل وسواسی خواهد شد. فکر وسواسی موجب افزایش اضطراب در فرد می شود و انجام عمل وسواسی اضطراب فرد را کاهش می دهد.

انواع وسواس:

۱- اشایع ترین نوع وسواس، وسواس آلودگی است که منجر به شستشوی مکرر می شود یا فرد از آن دوری می کند شستشو در این بیماران به حدی است که پوست دست آنها ترک خورده است.

۲- وسواس شک و تردید که منجر به اقدام جبری برای بررسی مکرر می شود مثل بستن شیر گاز یا قفل کردن در و...

۳- وسواس افکار مزاحم بدون اعمال وسواسی که مکمل است به صورت کلمات یا عبارات ناخوشایند

تکان دهنده زشت یا کفر امیز باشد مثلاً این فکر به بیمار هجوم می آورد که به دیگران حرف های زشت بزد یا خود را در جلوی اتومبیل در حال حرکت بی اندازد.

۴- وسواس دقت: مثلاً موجب میشود فرد ساعت ها وقت خود را صرف غذا خوردن یا اصلاح صورت خود بکند.

۵- وسواس شمارش: که به صورت میل غیر قابل مقاومت برای شمردن هر چیزی بروز میکند مانند شمردن اجرها، صندلی ها...

۶- وسواس کندن مو.

۷- تصورات وسواسی: مثلاً تصور ذهنی کشته شدن کودکان که مکرراً به ذهن فرد می آید.

۸- اعتقادات وسواسی: مثلاً اگر فکر کنم که بچه ام مریض است موجب مرگ او خواهد شد.

۹- ترس های وسواسی: مثلاً فردی که چاقو در دسترس دارد ممکن است این فکر به ذهنش برسد که با چاقو به دیگران آسیب بزند لذا از چاقو دوری میکند و به این ترتیب و چارفوبی وسواسی از چاقو میشود.

مداخلات پرستاری و آموزش به خانواده:

یکی از اقدامات درمانی تقویت فکر است. پرستار میتواند از این شیوه درمانی استفاده کند. آواز بیمار میخواهد بطور عمده افکار وسواس خود را آزاد بگذارد.

در این موقع پرستار با صدای بلند فریاد میزند: (ایست) این عمل جریان فکر وسواسی را متوقف میکند، چند بار در زمان های مختلف این عمل تکرار میشود. پس از مدتی تمرین خود بیمار ایست را به نجوا میگوید و هر بار افکار به سراغش آمدن می تواند بدون در آوردن صدا ایست را ادا کند. بیماران وسواسی نگرانی زیادی در مورد ابتلا به جنون دارند که باید پرستار، ضمن توضیح بیماری به آنها اطمینان دهد که علائم وسواسی آثار شروع جنون نیست.

این بیماران اغلب از اضطراب و ترس فراوان رنج می برند و بیشتر از انواع دیگر شخصیت احساس نیاز به کمک دارند.

تشویق بیمار به صحبت کردن در مورد مسائل خود در اکثر موارد موجب آرامش بیمار می شود.

شماره سند: 95/eq/102/۱۰۵ شماره بازنگری: ۳ تاریخ بازنگری: ۰۳/۱۱/۲۰	عنوان سند: بمفlet آموزشی ویژه بیماران	دفتر بهبود کیفیت و آموزش بیمارستان ۲۲ بهمن
---	--	---

اختلال

وسواسی - جبری

کلینیک آموزش سلامت

بیمارستان ۲۲ بهمن

۳۰۹- ۵۱۶۵۹۵۳۲۵ داخلی

یکی دیگر از روش های مؤثر در کاهش اضطراب: آموزش آرام سازی است به این صورت که: پرستار به بیمار میگوید در حالت خوابیده یک صحنه آرامش بخش مثل ساحل دربارا تصور کند و به آرامی نفس بکشد و عضلات بدن را یکی یکی منقبض و منبسط کند.

منابع:

روان پرستاری / محسن کوشا، سعید و ائقی تهران،

اندیشه رفیع

پرستار باید سعی کند تا این بیماران را در فعالیت های بخش شرکت دهد. حمایت و تشویق در بر طرف کردن ضعف اعتماد به نفس بیماران اهمیت دارد و همین زمان ایجاد الگوی مناسب تقلیدی در بر قرار کردن فعالیت های اجتماعی مناسب مؤثر است.

پرستار میتواند برنامه هایی جهت تجربه موفقیت آمیز توسط بیمار را ایجاد نماید.

ارتباط با خانواده و شرکت دادن آنها در برنامه های درمانی نیز میتواند مؤثر باشد