

چک لیست جدید تغییرات رفتاری درد آشنا

چالش: هر دفعه که مراقبت کننده‌ای برای دریافت راهنمایی به تالار گفتگوی درد آشنا مراجعه می‌کند یا توسط پزشک ویزیت می‌شود، زمان قابل ملاحظه‌ای برای پرسش و پاسخ‌های ابتدایی گرفتن شرح حال صرف می‌شود. این نه تنها یکنواخت و زمان‌بر است بلکه ممکن است منجر به فراموش کردن بعضی علائم کلیدی بشود.

راه چاره: از مراقبین خواسته‌ایم قبل از مراجعه به تالار گفتگو، چک لیست پیوست را کامل کنند. همچنین توصیه کرده‌ایم که چک لیست را قبل از مراجعه به پزشک نیز پر کرده همراه ببرند تا بیشتر وقت کوتاه ویزیت، برای بررسی عمیق‌تر مشکل صرف شود.

طراحی چک لیست: چک لیست پیوست به گونه‌ای طراحی شده است که در ریشه‌یابی سریع علل بوجود آمدن تغییرات رفتاری، کارساز باشد. طرح چک لیست به صورتی است که مراقبت کننده بتواند آنرا به آسانی، حتی در اتاق انتظار پزشک، پر کنند. زمان لازم برای پر کردن چک لیست بین ۱ تا ۲ دقیقه است.

مزایا: به این ترتیب مراقبت کننده تمامی عوامل مؤثر در تغییر رفتاری را به آسانی ذکر نموده و هیچ مطلب مهمی را از قلم نمی‌اندازد. در نتیجه، نیاز به پرسش و پاسخ‌های ابتدایی به حداقل می‌رسد، پاسخ تالار گفتگو سریع‌تر و با کیفیت بالاتری عرضه می‌شود، و پزشک زمان بیشتری برای بررسی عمیق‌تر مشکل بیمار به دست می‌آورد.

سابقه: در جوامع پیشرفته، راهکار انتخابی در سازشگری با تغییرات رفتاری بر پایه‌ی تامین نیازهای برآورده نشده بیماران، رفع مشکلات محیطی، و بهبود ارتباط بین مراقبت کننده و بیمار بنا شده است. این راهکار انتخابی، «**مداوای مراقبت محور**»، ضمن کاهش هزینه‌های درمانی و مصرف دارو، بر کیفیت زندگی بیمار و مراقبت کننده می‌افزاید. تجویز دارو به دلیل عوارض مختلف و امکان تداخل دارویی، فقط به عنوان آخرین گزینه به کار گرفته می‌شود. (مقاله علمی پزشکی 4146407.PMC). چک لیست تغییرات رفتاری درد آشنا، راهکاری ساده و عملی است که به ما امکان می‌دهد بهترین روشهای سازشگری را که در غرب معمول است، در تالار گفتگو و هنگام ویزیت پزشک به کار ببندیم.

جمع بندی: چک لیست پیوست کمک می‌کند تا به سرعت به عواملی که در به وجود آمدن تغییرات رفتاری بیمار مؤثر هستند پی برده و پرسش‌های مراقبت کنندگان را در تالار گفتگو، سریع‌تر و با کیفیت بالاتر پاسخ دهیم. زمان پر کردن آن بین ۱ تا ۲ دقیقه است و می‌توان آنرا در اتاق انتظار پزشک هم کامل کرد. چک لیست نیاز به پرسش و پاسخ‌های یکنواخت و ابتدایی را برطرف کرده و به پزشک فرصت می‌دهد تا زمان بیشتری را به تشخیص مشکل بیمار اختصاص دهد.

کپی‌رایت: تکثیر این چک لیست بدون هرگونه تغییر، برای مصرف در تالار گفتگوی درد آشنا و برای ویزیت پزشک مجاز است. هرگونه استفاده دیگر از آن، به هر صورت و طریق، فقط با اجازه کتبی صاحب وبسایت درد آشنا امکان پذیر است.



گزارش تغییر رفتاری بیمار فرسایش مغز

تغییرات رفتاری (همه موارد مربوطه را علامت بزنید)

بی حوصلگی	پرخاشگری	لجبازی	بدگمانی	دلبریوم	توهم	هذیان
به هم خوردن نظم خواب	اضطراب و بیقراری	ترس	انبار کردن اشیاء	افسردگی	بی انگیزی	عدم همدلی
خطای ادراکی	تکرار	سردرگمی	سرگردانی و گم شدن	عدم تعادل	بی اختیاری	رفتار جنسی نامناسب
تغییر رفتاری دیگر:						

کدام تغییر رفتاری عزیزتان به تازگی مسئله ساز شده است؟			
این تغییر رفتار در چه موقعیت هایی اتفاق می افتد؟	مکان وقوع - کجا؟	در حضور چه کسی	در حین انجام چه کاری
این تغییر رفتار خطرناک است؟	برای بیمار	برای مراقب	باعث پریشانی مراقب می شود
جنسیت	سن	نوع دمانس	مرحله پیشروی؟ ۳ / ۲ / ۱

نحوه سازشگری مراقب (لطفا توضیح دهید)

شرایط محیطی / فیزیکی بیمار در زمان بروز تغییرات رفتاری

شلوغی منزل و سروصدای زیاد	روشنایی اتاق	پرنور / کم نور	دمای محیط	گرم / سرد
نظم خواب (۸ ساعته)	برنامه و روتین روزانه دارد	برنامه سرگرمی و فعالیت دارد		
تغییر اتاق یا منزل	تغییر مراقب اصلی	تغییر دوز دارو / شروع داروی جدید	فوت نزدیکان	
دسترسی آسان به دستشویی	وجود پله / خطر سقوط	نصب دستگیره های ایمنی		
دسترسی به گاز	دسترسی به کارد و قیچی	دسترسی به مواد شوینده و سی		

مشاهدات بالینی در بیمار

گرسنگی	تشنگی	اشتها	زیاد / کم	تغییر وزن اخیر	زیاد شده / کم شده
تب	خفیف / شدید	درد	خفیف / شدید	مشکلات بلع / سرفه هنگام خوردن و آشامیدن	
بی اختیاری	ادرار / دفع	ادرار	تکرز / تیره / خونی	دفع	اسهال / یبوست
عفونت	لته / دندان	عفونت مجاری ادرار	عفونت ریه	زخم بستر	

بیماری های زمینه ای

درد مفاصل	رفلکس اسید معده	مشکلات شنوایی	مشکلات بینایی	دیابت
فشار خون	مشکلات قلبی	مشکلات عروقی	ورم پروستات	اعتیاد

سایر مشاهدات

رفتار مراقب:	استفاده از الفاظ کودکانه	سعی در قانع کردن	اجبار کردن	توهین کردن	داد کشیدن
بیمار تنها زندگی می کند	رابطه گذشته مراقب با بیمار:	خوب / معمولی / بد	داشتن نیروی کمکی	نسبت مراقب اصلی با بیمار	