



تغییرات رفتاری - توهم
برای فایل PDF کلیک کنید
به کانال تلگرام ما به پیوندید



احمد صدای پدربزرگش را شنید که با کسی صحبت می کرد. نزد پدربزرگ رفت و با تعجب دید که او تنهاست. وی قاب عکس مادرش را از دیوار برداشته بود و با عکس صحبت میکرد. پدر بزرگ به احمد گفت مادرش به ملاقات وی آمده و با هم از گذشته ها صحبت کردند. پدر بزرگ با سادگی و صفا، و بدون توجه به احمد، به مکالمه با عکس ادامه داد. مادرش سی سال قبل فوت کرده بود.

توهم چیست؟

توهم(پریشان پنداری) تجربه ی یک محرک حسی مانند دیدن یا شنیدن است، در حالی که آن محرک واقعیت ندارد. بیمار ممکن است صورت یک دوست را در پرده اتاق ببیند یا از حضور افراد ناشناس در حیات منزل ابراز نگرانی کند. در بعضی موارد، بیمار ممکن است گمان کند صدای کسی را که حضور ندارد بشنود و حتی در مکالمه شرکت نماید.

سازشگری با بیمار دچار توهم

- باور کنید که رفتار بیمار عمدی نیست و بیماری باعث بروز توهم در او شده است. با دلجویی به بیمار نشان دهید که غمخوار او هستید.
- از جر و بحث خودداری کنید. استفاده از دلیل و منطق برای قانع کردن بیمار که او در اشتباه است، با توجه به کم شدن توان قضاوت وی، بیهوده است و ممکن است به پرخاشگری و خشونت بیانجامد.

- در کنار بیمار بمانید و به او اطمینان خاطر بدهید. می توانید بگویید: «نگران نباشید.»
«من پیش شما می مانم و از شما محافظت می کنم.»
- سعی کنید بفهمید بیمار چه تصویری دارد، به چه چیزی فکر می کند، و در چه موقعیت فکری و زمانی و مکانی قرار دارد. واکنش خود را با این برداشت هماهنگ کنید.
- از ترفندهای آرامش بخش و آسان استفاده کنید، مانند پیاده روی در پارک، باغبانی سبک، موسیقی و رقص، نقاشی، و یا هر کار دیگری که حواس بیمار را از موضوع یا موقعیت توهم زا دور کند.
- محرک های حسی را کم کنید. اگر حضور دیگران مشکل آفرین است، بیمار را به اتاق خودش که محیطی آرام تر و آشنا تر است هدایت کنید.
- سعی کنید فکر بیمار را به موضوع دیگری معطوف نمایید. اگر تنهایی باعث ادامه توهم میشود، بیمار را به اتاقی که دیگران حضور دارند، راهنمایی نمایید.

بر طرف کردن مشکلات محیطی

- صدای اضافی و مداوم مانند تلویزیون یا کولر ممکن است باعث ایجاد توهم شود. آیا در اتاق بیمار چنین صداهایی شنیده میشود؟
- سایه های تاریک در اثر نزدیک شدن غروب آفتاب میتوانند توهم برانگیز باشند. در صورت لزوم چراغها را روشن کنید که سایه ها را از بین ببرند. قبل از غروب آفتاب پرده ها را بکشید.
- به تابش نور توجه کنید. انعکاس نور بر روی سطوح براق مشکل آفرین است.
- آینه ها را با پارچه بپوشانید یا از اتاق بیمار خارج کنید. تصویر بیمار در آینه ممکن است به صورت فرد غریبی برای او جلوه کند.

با مشکل توهم، گام به گام روبرو شوید

- مشکلات محیطی را برطرف کنید و اقدامات سازشگری توصیه شده را در حد امکان به کار بندید. به ریزه کاری ها توجه کنید و برنامه مواجهه با توهم را بر حسب نیاز و بصورت پویا تغییر دهید.
- حسهای از دست رفته بیمار را جبران کنید. آیا نمره چشم بیمار تغییر کرده یا دچار آب مروارید شده است؟ آیا بیمار با مشکل شنوایی روبروست و احتیاج به سمعک دارد؟
- مسایل فیزیکی بیمار را بررسی کنید. آیا وی دچار یبوست، خارش، تب، درد، عفونت مجاری ادرار، یا امثال آن است؟ در صورت نیاز به پزشک خانواده یا داخلی مراجعه کنید.
- اگر توهم حاد است و چندین حس بیمار را در بر می گیرد، اگر مدت طولانی ادامه پیدا می کند، و اگر به دفعات اتفاق می افتد، به پزشک متخصص مراجعه کنید.

توهم و مصرف دارو

توهم ممکن است در اثر عوارض جانبی داروهای مصرفی یا تداخل اثرات آنها به وجود بیاید. هنگام ملاقات با پزشک، لیست دارویی و پرونده سوابق پزشکی بیمار را همراه داشته باشید و به پزشک نشان دهید. وی با توجه به نتیجه معاینات بالینی، آزمون های روانشناختی، بررسی میزان مصرف، عوارض جانبی داروهای بیمار، و امکان تداخل نامطلوب آنها، نسبت به مداخله درمانی مناسب تصمیم میگیرد.

مراجع و منابع

وبسایت آلازایمر کرمان

وبسایت آلازایمر ایران

توهم، وبسایت آلازایمر ایران

توهم، وبسایت آلازایمر آمریکا

مطالب این مقاله جایگزین مشاوره شخصی و خصوصی خواننده با اشخاص ذیصلاح و متخصص در رشته های حرفه ای آنها از جمله پزشکان، روانشناسان، حقوقدانان، و سایر حرف مربوطه نیست. توصیه میشود همواره، برای هر مورد بخصوص که با آن روبرو هستید، با متخصص مربوطه مشورت نمایید

www.dardashrin.com