

چک لیست جدید تغییرات رفتاری درد آشنا

چالش: هر دفعه که مراقبت کننده‌ای برای دریافت راهنمایی درباره تغییرات رفتاری 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. این چک لیست فوق‌زیربنای مداوای مراقبت محور درد آشناست.

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 کمتر از 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 درد آشنا، «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 رفتار بیمار مؤثر هستند پی برده و پرسش‌های مراقبت کنندگان را در تالار گفتگو، سریع‌تر و با کیفیت بالاتر پاسخ دهیم. زمان پر کردن آن کمتر از 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.