

نقش خانواده در مراقبت از بیمار

زمانی که یک بیماری جدی یا ناتوانی بر فرد ضربه می‌زند، خانواده به عنوان یک کل تحت تاثیر فرآیند بیماری و کل تجربه مراقبت سلامت قرار می‌گیرد. بیماران و خانواده‌ها نیازهای متفاوتی به آموزش و مشاوره دارند. از آنجا که هر فرد در یک خانواده نقش خاصی را ایفا می‌کند که بخشی از عملکرد روزمره‌ی خانواده است، بیماری یکی از اعضای خانواده کل خانواده را مختل می‌کند. زمانی که یک عضو خانواده بیمار می‌شود، دیگر اعضای خانواده باید سبک زندگی خود را تغییر داده و بخشی از عملکردهای نقش فرد بیمار را بر عهده بگیرند که به نوبه خود بر عملکرد نقش و وظایف عادی شخصی خودشان اثر می‌گذارد.



اگر شخصی که بیش‌تر پخت و پز خانواده را انجام می‌دهد جراحی داشته باشد و نتواند خرید کند یا وعده‌ی غذایی برای هفته‌های متوالی تهیه کند، دیگر اعضای خانواده باید این مسئولیت را علاوه بر وظایفی که خود را برای آنها آماده کرده‌اند به عهده بگیرند.

زمانی که یکی از والدین تا پاسی از شب تلاش می‌کند که یک فرزند را بخاطر عفونت گوش آرام کند. والدین نه تنها خواب خود را از دست می‌دهند بلکه باید یا برای مراقبت ضروری از فرزند آماده باشند یا یک روز مرخصی از کارشان بگیرند. اگر یک فرد که اولین تامین کننده‌ی درآمد خانواده است سکته قلبی کند، همسرش ممکن است شروع به کار کند و اگر که او تازه استخدام شده باشد ساعات کاری خود را افزایش می‌دهد یا کفیل خانواده می‌شود. افراد میان سال که فرزندانشان خانه را ترک کرده‌اند ممکن است نیاز باشد که فرزندانشان برنامه‌ها و اهداف خود را تغییر دهند تا ارائه مراقبت‌های سلامتی والدین مسن را در برنامه خود جای دهند. بیماری ممکن است باعث کاهش فعالیت‌های و حتی از دست دادن حرفه شود و به دنبال آن مشکلاتی مانند معطلات اقتصادی رابه همراه داشته باشد.

اگر بیمار یک کودک خردسال باشد خانواده باید به گونه‌ای برنامه‌ریزی کنند که نیازهای لازم دیگر فرزندان نیز برطرف شود. بیماری در میانسالی یک خانواده آن زمان که نوجوانان تلاش می‌کنند از بند خانواده جدا شوند و والدین در حال عبور از دوران میانسالی خود هستند ممکن است در صورت عدم برنامه‌ریزی صحیح باعث پریشانی خانواده شود. بیماری در سنین بعدی ممکن است بر رشد فرزندان اثر گذارد و همچنین ممکن است کم‌تر قادر به مراقبت از یکدیگر باشند دلیل محدودیت‌های فیزیکی که ناشی از مسن بودن آنها است.

میزان گسیختگی خانواده به شدت بیماری، میزان عملکرد خانواده قبل از بیماری، ملاحظات اجتماعی-اقتصادی، و به میزان توانمندی دیگر افراد خانواده در انجام نقش‌ها و وظایف بیمار بستگی دارد.

در برخی موارد یک بیماری بزرگ، اعضای یک خانواده را به هم نزدیکتر می‌کند و در موارد دیگر حتی یک بیماری کوچک باعث گسیختگی قابل توجهی می‌شود.

هنگامی که اعضای خانواده عهده دار نقش مراقبت می‌شوند، آنها بخشی از تیم مراقبت‌های سلامتی می‌شوند. برای متخصصان مراقبت‌های سلامتی مهم است که به مشارکت مراقب خانواده به عنوان یک عضو تیم مشروعیت ببخشند. برخی از سرپرستان خانواده‌ها در ارائه مراقبت در خانه می‌ترسند و نیاز دارند مطمئن شوند که روشی که در آن مراقبت از بیمار را مدیریت می‌کنند و مشکلات را حل می‌کنند توسط اعضای حرفه‌ای تیم مراقبت سلامت تایید شده است. برای رسیدن به هدف خودکفایی، لازم است خانواده‌ها از سوی متخصصان سلامت حمایت و تشویق شوند.

بخصوص در بیماری‌های مزمن مدیریت بیماری برای بیمار و ارائه دهندگان خدمات درمانی دشوار است و بیمار به منظور پیشگیری از پیشرفت بیماری و پیچیده‌تر شدن آن باید اقدامات زیادی به شرح زیر انجام دهد:

مصرف دارو، پیروی از یک برنامه درمانی، مصرف روزانه یک نوع خاص و یا مقدار خاصی از یک غذا، انجام فعالیت‌های جسمی چند بار در هفته، انجام منظم آزمایشات توسط خود شخص (مانند بررسی میزان قند خون، اندازه گیری فشارخون) و پاسخ به تغییرات علائم و نتایج آزمایشات و پیگیری درمان و مراقبت‌ها

برای بیماران و کادر درمان مدیریت این اقدامات و پیگیری‌های مداوم و پیچیده، دشوار است و نیاز به کمک و تعامل با خانواده هست. خانواده نقش مهمی در تسریع روند درمان بیمار دارد. حمایت‌های عاطفی، کاری، روانی و شغلی خانواده و دوستان می‌تواند بزرگ‌ترین کمک به بیماران باشد و در این میان خانواده و مخصوصاً همسر بیمار می‌توانند بیش‌تر حمایت عاطفی برای پیگیری درمان و افزایش امید به زندگی را در فرد ایجاد کنند

در بیماران مبتلا به بیماری‌های مزمن که خود مدیریتی پیچیده‌ای دارند نیاز به سطح بالایی از حمایت از جانب خانواده وجود دارد و خانواده نقش مهمی در خود مدیریتی روزانه و نقش مهمی را در تیم بازی می‌کند

برخی شرایط و برخی مراحل بیماری، بیمار نیاز به حمایت بیشتری دارد. برای مثال در هنگام تشخیص، بعد از عمل جراحی و بستری شدن نیاز به مراقبت بیشتر است. اعضای خانواده که مسئولیت مراقبت را به عهده می‌گیرند اغلب در مورد آنچه انجام می‌دهند ناآگاه هستند. برای افزایش صلاحیت، مراقبین باید مهارت‌های لازم در ارائه مراقبتی کامل در خانه را آموزش ببینند.



در ادامه با اقداماتی که خانواده می‌توانند انجام دهند آشنا می‌شوید:

برای مراقبت صحیح از بیمار، خانواده و یا فرد مراقب باید دانش و مهارت لازم را کسب کرد: اقدامات تشخیصی و درمانی یا سایر اقدامات توصیه شده توسط پزشک را پیگیری کنید. مصرف داروهای بیمار را طبق دستور پزشک (داروهای خوراکی - تزریقی و ...) مدیریت کنید جهت جلوگیری از ضایعات و آسیب‌های خاص برای بیمار فضای ایمن فراهم کنید. شیوه صحیح حمایت عاطفی و روحی از بیمار را یاد گرفته و اجرا کنید. ارائه کمک‌های اولیه در منزل را یاد گرفته تا در صورت نیاز اجرا کنید. شیوه صحیح کمک به جابجایی بیماران جسمی، حرکتی و استفاده از وسایل کمک حرکتی را یاد گرفته و اجرا کنید. مراقبت‌های لازم جهت جلوگیری از زخم فشاری را اجرا کنید. به بازتوانی بیمار کمک کنید. راه‌های دستیابی در زمینه همکاری و جلب مشارکت سایر افراد در ارائه خدمات در منزل را پیدا کنید. به طور منظم وضعیت بیمار را به پزشک یا پزشکان معالج گزارش کنید. روش‌های کنترل عفونت در منزل را انجام دهید. مراکز تشخیصی، درمانی و بازتوانی ارائه دهنده خدمات مرتبط با بیماری (اورژانس، بیمارستان، مراقبت در منزل، مطب، تغذیه ای، فیزیوتراپی، حمایتی و...) را شناسایی کنید. منابع آموزشی معتبر (کتاب، سایت و...) را شناسایی و مطالعه کنید. بیمار را تشویق کنید تا فعالیت‌های روزانه زندگی را در حد توان خود انجام دهند مثل نظافت و تعویض لباس‌هایش، به محض پاسخ مثبت او را تشویق کنید. کارهای مستقل بیمار را شناسایی کنید با تشویق کردن به مرور رفتارهای بیش‌تری در این زمینه از او سر می‌زند. به بیمار نشان دهید که چگونه می‌تواند فعالیت‌هایش را که برایش مشکل است انجام دهد مثلاً قاشق غذا را دست بیماری که غذا نمی‌خورد قرار دهید و بگوئید کمی غذا از این غذا بخورد.