بسم الله الرحمن الرحیم
به نام آرامش بخش هستی
fppt.com

دکترزهرا ایازی
کاندیدای دکترای آموزش پزشکی

The Message:

We're very good…

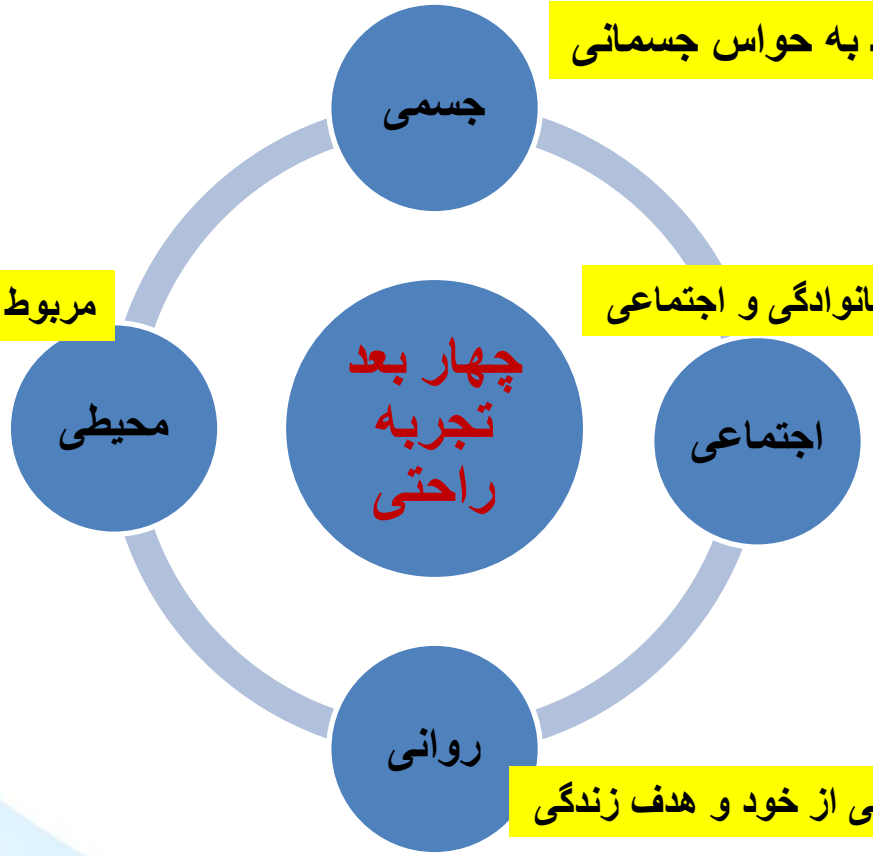
…but we could be so much better!!

Relief

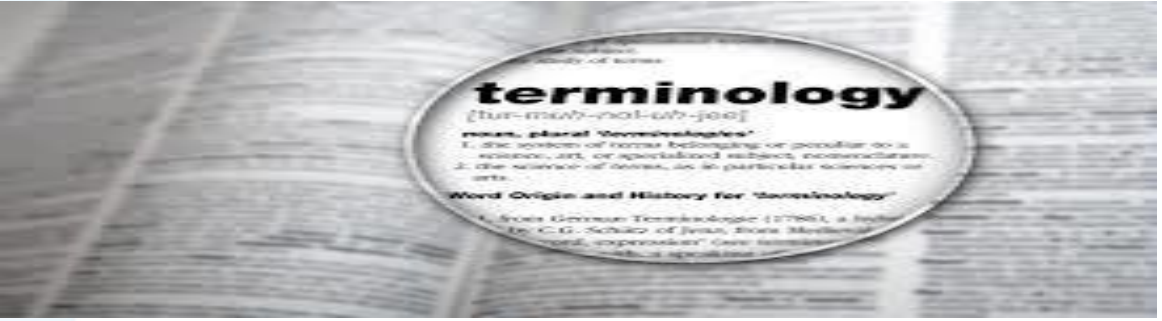
fppt.com

مفهوم راحتیRelief

راحتی؛ تجربه ذهنی فرد است که در چهار بعد تجربه می گردد:



fppt.com



از واژه ی یونانی Poine به معنای مجازات و تاوان

algesia	درد
Analgesia	بی دردی
Nociception	شناسایی وانتقال محرک دردناک
Nociceptor	گیرنده درد

fppt.com

درد

- یکی از مشکلات اصلی و اساسی همراه با بیماریهایِ مختلف است ، که هر انسانی در طول عمر خود با آن مواجه می شود .
- تاریخچه درد به ابتدای تولد بشر و بعد به عهد باستان برمی گردد، درآن زمان که حکیمان به بررسی مزاجها و خصوصیات بالینی بیماری ها و چگونگی اثرات بیماری می پردازند.
- هرگز دو نفر ، به یک روش ، درد را تجربه نمی کنند.
- در گذشته بیماران، درد را به عنوان قسمتی از عمل جراحی یا بیماری می پذیرفتند اما امروزه با توجه به پیشرفتهای زیاد در زمینه پاتوفیزیولوژِی وهم درمورد اداره و کنترل درد می توان گفت که هیچ بیماری، نباید خیلی درد بکشد.
- طبق گزارش منتشر شده بوسیله انجمن درد:سالیانه حدود پنجاه میلیون نفر در این کشور در سنین مختلف از درد رنج می برند و بیش از یکصد میلیون دلار هزینه برای کنترلِ درد آنها صرف می شود.

fppt.com

- درد یک حس ناخوشایند و نامطلوب که ناشی از یک محرک آسیب رسان می باشد و معمولاً بیانگر آسیب بافتی است.

- درد یک علامت ذهنی و پیچیده و پاسخ پیچیده فیزیولوژیک به آسیب بافتی و یا بیماری است.

- درد یک تجربه جسمی و روحی ناخوشایند و ناخواسته است که می تواند با پاسخهای اتونوم، سایکولوژیکال و رفتاری همراه باشد.

- « شخص تجربه کننده آن را عنوان میکند و به آن معتقد است ، امری ذهنی و کاملا فردی است و تنها بیمار میتواند آنرا توصیف نماید و شدت آنرا مشخص کند . درد یکی از مکانیسم های حفاظتی و دفاعی بدن و نشانگر صدمه ای است که به بدن وارد شده است. » مارگومک کافری(1979)

- درد تجربه ی حسی و عاطفی نا خوشآیندی است که در اثر آسیب های احتمالی یا قریب الوقوع بافتی بوجود آمده و یا با توجه به چنین آسیبهایی توضیح داده می شود(انجمن بین المللی بررسی درد)

- درد،مکانیسم فیزیولوژیک ومحافظتی درمقابل محرکهای مضراست. مثل: اجتناب فرد مبتلا به پیچ خوردگی مچ پا از قرار دادن وزن خود روی پاها

fppt.com

1.واکنش فیزیولوژیکی

2. واکنش رفتاری

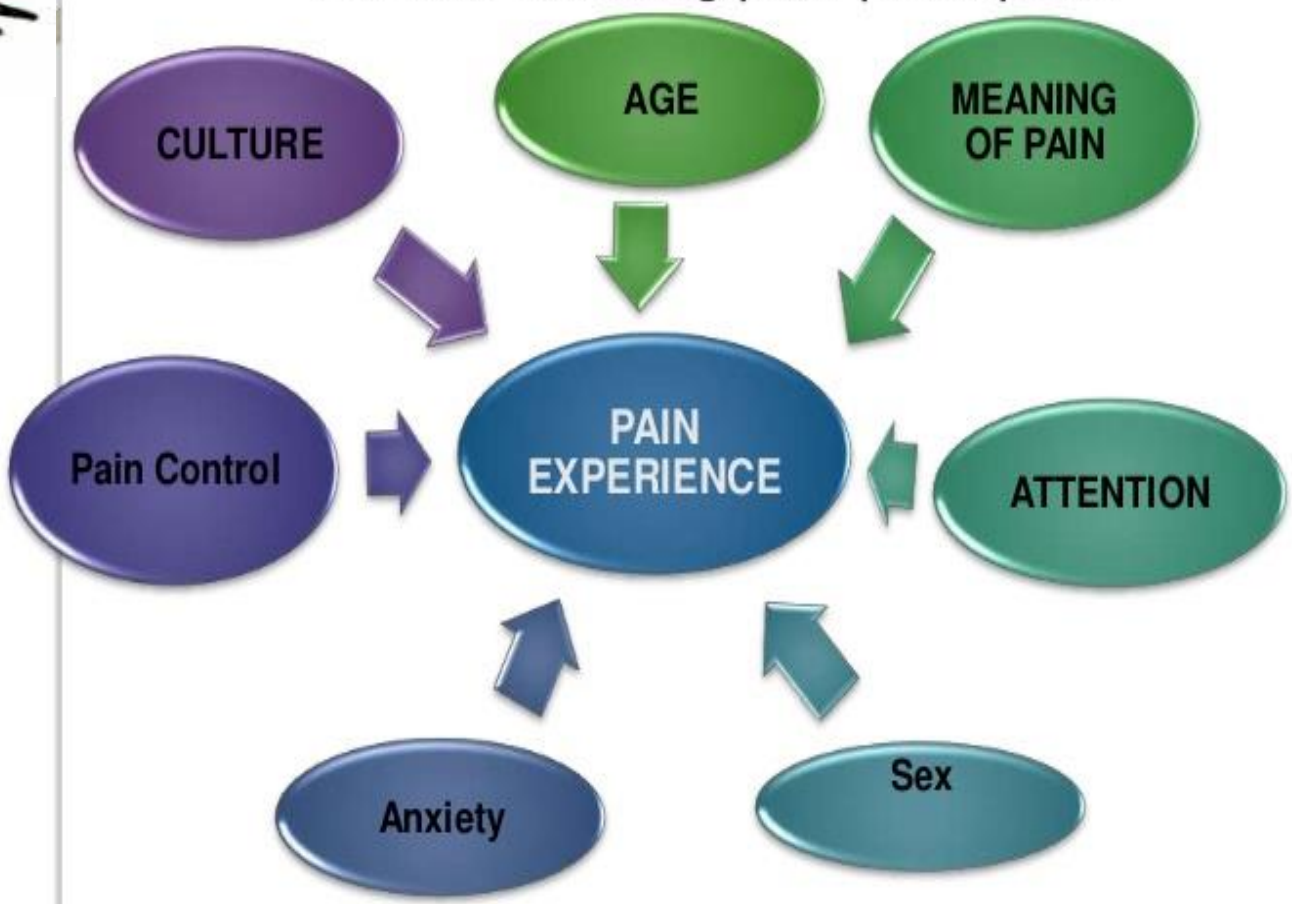
3. واکنش عاطفی

سه نوع واکنش به درد

fppt.com

1. Pain Overview

Factors affecting pain perception



fppt.com

اهمیت درد چیست؟

- درد شایع ترین علامتی است که فرد را به استفاده از کمک های فوری پزشکی مجبور میکند.
- انجمن درد امریکا: عبارتِ درد را بعنوان یک تجربه حسی و عاطفی نام برده و آن را پنجمین علامت حیاتی تعریف کرده است و اعلام میدارد اگر درد نیز مانند سایر علایم حیاتی کنترل شود در ارائه بهتر مراقبت ها به تیم درمان کمک خواهد نمود.

fppt.com

چرا باید درد کنترل شود؟

- درد می تواند اثراتِ نامطلوبی را بر روی وضعیت همودینامیک بیمار بگذارد؛ بنابراین کنترل آن امری اساسی در حرفه های علوم پزشکی است .
- درد و عدم کنترل آن می تواند موجب: *عدم رضایت بیمار، * ارتباط نامناسب بیمار با پرستار، * اقامت طولانیتر بیمار در بیمارستان و * افزایش هزینه های درمانی گردد.
- توجه به دردهای هر چند بی اهمیت و خفیف یا تحمل کردن دردها بویژه در دوران سالمندی و میانسالی، زمینه ساز ابتلا و پیشرفت بیماری های خطرناك خواهد شد.
- تنها چیزی که دردمند انتظار دارد: تسکین دردش توسط مداخله پرستاری می باشد .
- شناخت تفاوتهای فردی در درک و واکنش به درد و همچنین شناخت علتهای متعدد آن نیاز به : مهارت های تخصصی پرستاربمنظورپیشبرد آسایش و تسکین درد دارد.

fppt.com

Pain
Anxiety
Family worries
Depression
Sleep disturbances
Impaired ambulatio n
Medication worries
Increase hospitalization and costs
If pain is inadequately controlled, what are the consequences?

fppt.com

گزارش و ثبت درد در پرستاری

در گزارش درد باید به موارد زیر توجه کرد:

- کیفیت درد: تیز، مبهم، منتشر، ارجاع دهنده
- شدت درد:

شدید:۱۰-۸ متوسط ۷-۴ خفیف:۳-۱

۱۰-۹ -------- ۸ -۷ ---------- ۶-۵-۴ ---------- ۳-۲-۱ ---------.

درد بسیار شدید شدید متوسط خفیف فقدان درد

- دوره درد: درد مداوم، درد متناوب، درد زودگذر
- عوامل تشدید کننده و تخفیف دهنده درد
- واکنش های رفتاری، آشکارسازی فیزیولوژیکی
- علائم و واکنش های مددجو: تعریق، تهوع، رنگ پوست، نبض، تنفس و فشارخون

تشخیص های پرستاری	اهداف	اقدامات	ارزشیابی
درد	تسکین درد یا کاهش شدت آن	❖ مددجورا مطمئن سازیدکه میدانید درد او واقعی است ❖ مسکنهای تجویز شده را بکار ببرید. ❖ اقدامات موفق در درمان دردهای قبلی را شناسایی کرده ومددجو را به استفاده از آنها تشویق کنید. ❖ اقدامات غیر دارویی تسکین دردرا به او آموزش دهید.	❖ مددجو تسکین درد در حد قابل قبول را گزارش میکند. ❖ اقدامات موثر در تسکین درد را میداند.
اختلال در الگوی راحتی وآسایش در ارتباط با درد	تأمین حداکثر راحتی و آسایش	اقدامات تسکین درد	مددجو احساس آرامش دارد.
اختلال در الگوی خواب در رابطه با درد	بیمار خواب کافی داشته باشد (مثلا 6 ساعت)	❖ اقدامات تسکین درد ❖ کم کردن محرکات محیط	مددجو خواب کافی دارد

fppt.com

تشخیصهای پرستاری	اهداف	اقدامات	ارزشیابی
اختلال در الگوی تغذیه به صورت کمتر از نیاز بدن در رابطه با درد	تغذیه کافی	❖ اقدامات تسکین درد ❖ تأمین غذاهای مورد علاقه بیمار	مددجو تغذیه کافی دارد
الگوی نا مناسب وغیر موثر تنفسی در رابطه با اجتناب از تنفس عمیق به علت درد	❖ مددجو الگوی تنفس موثرراحفظ کند. ❖ تعدادعمق وریتم تنفس طبیعی باشد	❖ استفاده از بالش روی محل درد ❖ تشویق به تنفس عمیق	تعداد عمق و ریتم تنفس طبیعی میباشد.
اختلال در تحرک جسمانی در رابطه با درد	تحرّک کافی	زمانی اقدام به حرکت دادن مددجو کنید که حداکثر اثرات مسکنها وجود داشته باشد.	تحرک کافی دارد

fppt.com

تشخیصهای پرستاری	اهداف	اقدامات	ارزشیابی
نقص در مراقبت از خود در ارتباط با درد مفاصل به هنگام حرکت	بتواند از خود مراقبت کند	کمک به انجام کارها	تا حد تحمل کارهای شخصی خود را انجام می دهد
پیوست در رابطه با مسکنهای مخدر و فعالیت کمتر	الگوی دفع طبیعی	❖ از مسکنهای مخدر کمتر استفاده کنید. ❖ استفاده از غذاهای پر فیبر ❖ تشویق به فعالیت	الگوی دفع طبیعی
اضطراب در رابطه با درد شدید	آرامش مددجو	تشویق به بیان ترس واضطراب-حمایت از مددجو-ارتباط مناسب	رنگ پوست طبیعی است-علائم حیاتی طبیعی است

fppt.com