

دلیریوم، با اختلال هوشیاری و تغییر در شناخت مشخص می شود که طی زمان کوتاهی از چند ساعت تا چند روز پدید می آید و در روز نوسان دارد.

مهم ترین نشانه دلیریوم، اختلال در هوشیاری با اختلال در جهت یابی است. یعنی بیمار مطمئن نیست که چه زمانی از روز است و در چه مکانی قرار گرفته است و در شناختن افراد نیز اشتباه می کند. ناتوانی برای تمرکز و حفظ توجه وجود دارد، به طوری که برای جلب توجه بیمار، سوالات را باید تکرار کرد. فرد ممکن است، به جای توجه کافی به سوالات، پاسخ سوالات قبلی را تکرار کند.

رفتار بیمار ممکن است، به صورت بیش فعالی، تحریک پذیری یا کم تحرکی باشد و یا با کندی و کاهش تکلم و تحرک همراه باشد. از نظر خلقی ممکن است اضطراب، افسردگی، ترس، خشم و سرخوشی وجود داشته باشد سایر علائم دلیریوم شامل تکلم بی ربط و آشفته، اختلال در حافظه فوری، توهمات، هذیان، اختلال خواب و علائم عصبی مانند لرزش بدن، نا هماهنگی حرکتی. علائم در شب بدتر می شود که این وضعیت به غروب مشهور است.

توصیه های مراقبتی برای بیماران مبتلا به دلیریوم در طول بستری و زمان ترخیص:

- اولین هدف درمانی شناسایی علت دلیریوم و درمان آن می باشد. بدلیل مشکل گفته شده شما در معرض خطر صدمه و آسیب بدنی می باشید. بنابراین باید اقدامات حمایتی فیزیکی، حسی و محیطی را از جانب پرسنل پذیرا باشید تا کمتر در معرض تحریکات حسی و محیطی خیلی زیاد قرار بگیرید.

- الگوی خواب خود را بررسی کرده و اختلال در خواب را سریعاً به پرسنل گزارش دهید تا روانپزشک داروی مناسب شما شروع کند.

- کاهش اضطراب و دور کردن شما از محیط های خیلی تحریک کننده و یا بدون محرک مهم است. برای اجتناب از تحریک کم، باید در شب چراغی کم نور روشن باشد تا شما موقعیت خود را تشخیص دهید.

- در صورت امکان بهتر است از یک دوست بخواهید که در کنار شما حضور داشته باشد. برای حفظ جهت یابی شما ساعت دیواری در اتاق وجود دارد.

- بدلیل مشکل گفته شده احتمال آسیب رساندن به خودتان یا دیگران از جانب شما وجود دارد، به همین دلیل اتاق شما را خلوت کرده و وسایل خطرناک از دسترس شما دور می شود.

- در صورتی که آشفته و سردرگم هستید بهتر است فعالیت های ساده و آشنا را انجام دهید مانند تا کردن لباس و ورزش های ساده در حالت نشسته.



- محیط های ساده و بدون تغییر برای آرامش شما بهتر است.

- به افراد خانواده شما سفارش کرده ایم برای بهبود وضعیت شما بیشتر به ملاقاتتان بیایند، چون ملاقات مکرر باعث آرامش شما می شود.

- دلیل بستری کردن شما در اتاق نزدیک و در معرض دید ایستگاه پرستاری بدلیل توجه بیشتر پرسنل به شما می باشد.

- سعی کنید پرس کامل غذایی را در هر وعده میل کرده و در طول روز مایعات کافی بنوشید.

- تکرار مرتب زمان و مکان توسط پرسنل بدلیل افزایش آگاهی شما از محیط اطرافتان است.

- بستری کردن شما در یک اتاق با نور مناسب با ساعت دیواری و تقویم قابل رویت به کاهش اختلالات در کی کمک می کند.

- لطفاً بدلیل رفتارهای نامناسب که در زمان گیجی مرتکب شده اید احساس شرمساری و گناه نکنید.

- سعی کنید در زمان توهم بینایی یا شنوایی جهت جلوگیری از برهم خوردن آرامش خودتان حواس خود را به سایر چیزها پرت کنید.

- در صورت داشتن مشکلات جسمی از قبیل دل درد، سردرد... در اسرع وقت به پرسنل گزارش دهید تا زودتر مشکل شما حل شود.

دلیریوم

تغییرات ناگهانی و کاهش شدید عملکرد های مغزی



حالت



فکر کردن



خلق و شخصیت



رفتار

زبان

ذهن زده



مجمع آموزشی، پژوهشی و درمانی پیامبر اعظم (ص)
بندرعباس

خودمراقبتی در زمان دلیریوم



شناسنامه پمفلت آموزشی کد: P.E:1403/01/30-00158

عنوان	خودمراقبتی در زمان دلیریوم
تهیه کننده	رقبه کوهستانی
نابید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	۱۴۰۳/۰۱/۳۰
بازنگری	۱۴۰۴/۰۱/۱۵
ناظر کیفی: سوپروایزر آموزش سلامت	
نابید کننده علمی: خانم دکتر زینب حقیقی - متخصص بیماری های اعصاب و روان	

-در طول روز چای میل کرده و در پایان روز از خوردن چای و قهوه پرهیز کنید تا دچار اختلال در خواب شبانه نشوید .

-سعی کنید قبل از خواب یک دوش آب ولرم گرفته و یک لیوان شیر گرم میل کنید .

-به محض بیرون رفتن از اتاق مواظب خودتان باشید و در صورت داشتن عدم تعادل از دیوار یا یکی از پرسنل کمک بگیرید و مواظب زمین خوردن باشید .

-در محل دیوار سرویس بهداشتی بخش دستگیره کمکی نصب شده است .در صورت سرگیجه و حالت سقوط سریع دستگیره را بگیرید .

-بدلیل داشتن مشکل در درک زمان و مکان شما امکان دارد از سالن به جای دستشویی استفاده کنید که این ممکن است برای شما آزاردهنده باشد یا ممکن است شما این جریان را بعدا به خاطر نیاورید .

-ممکن است در شیفت شب موقع خواب ، شما از خواب بیدار شده و به صورت ناخود آگاه به سراغ کمد وسایل سایر بیماران بروید که گاهی این موضوع باعث بیدار شدن بقیه بیماران شده و درگیری فیزیکی بین شما و سایر بیماران پیش می آید که این موضوع موقتی بوده و بدلیل مشکل شماسست و بهبود خواهید یافت .

"با آرزوی سلامتی و تندرستی"

منابع :

۱- روانپرستاری. کوشان، محسن ؛ واقعی، سعید. چاپ یازدهم ، سال ۱۴۰۲.



-در صورت داشتن عوارض دارویی از قبیل یبوست ،سرگیجه ،عدم تعادل ،خشکی گردن ،انقباض و گرفتگی عضلات ،سردرد ،بی اشتهاپی ،ابریزش از دهان ،خشکی دهان ...و...سریع مشکل را به پرسنل گزارش دهید .

-وجود درد در هر قسمت از بدن را شناسایی کرده و به پرسنل گزارش دهید تا اقدام درمانی صورت گیرد .

-سعی کنید در فعالیت های تفریحی مانند پیاده روی ، قدم زدن ،موسیقی درمانی، توپ بازی، پازل و حل جدول های ساده شرکت کنید.

-کارهای روزانه خود را به مراحل کوچکتر تقسیم کنید و هر مرحله را در یک زمان انجام دهید .

-سعی کنید در زمان سرگردانی خود را به چیز های مورد علاقه سرگرم کنید.

-در انجام کارهای خود عجله نکنید و کارها را با آرامش انجام دهید. تا دچار بی قراری نشوید.

-در صورت آشفتگی با آرامی توجه خود را به سوی موضوع مورد علاقه خودتان منحرف کنید.

-در طول روز در مکانی امن داخل سالن یا محوطه هواخوری قدم بزنید تا خسته شوید و خواب آرامی داشته باشید.

-این تکیه گاه می تواند اعضاء خانواده یا دوستان نزدیک باشد.

