

فشار پنهان مراقبت از بیماران سکته مغزی

محققان ایرانی در مطالعه‌ای جامع به مرور نتایج تحقیقات جهانی پرداختند تا روشن سازند چگونه مراقبین خانوادگی بیماران سکته مغزی از فشارهای روانی و جسمی این مسئولیت تأثیر می‌پذیرند.



محققان ایرانی در مطالعه‌ای جامع به مرور نتایج تحقیقات جهانی پرداختند تا روشن سازند چگونه مراقبین خانوادگی بیماران سکته مغزی از فشارهای روانی و جسمی این مسئولیت تأثیر می‌پذیرند. این مسئله تأثیر مهمی بر زندگی بیماران سکته مغزی، سبب اختلال ناگهانی در عملکرد بخشی از مغز، می‌تواند تأثیری شدید بر حیات فرد و خانواده او داشته باشد. هرچه وسعت و محل آسیب مغزی گسترده‌تر باشد، عوارض جسمی و روانی آن نظیر کاهش توان حرکتی، اختلال در حافظه، گفتار و تفکر، و در مواردی تغییرات شدید در رفتار فرد بیشتر می‌شود. در ایران نیز طبق مطالعات اپیدمیولوژیک، آمار بروز سکته مغزی بالاتر از میانگین جهانی است و سبک زندگی ناسالم، کم‌تحرکی و رژیم غذایی نامناسب از عوامل تشدیدکننده آن شناخته می‌شوند. پس از وقوع سکته، نه تنها بیمار بلکه خانواده او نیز با چالش‌های پیچیده مواجه می‌شوند که جنبه‌های مختلف زندگی‌شان را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

اهمیت بررسی این موضوع از آنجا ناشی می‌شود که بخش بزرگی از مراقبت پس از ترخیص بیماران سکته مغزی به خانواده‌ها واگذار می‌شود. کمبود مراکز توان بخشی و مراقبتی در کشور باعث شده است بیشتر بیماران پس از خروج از بیمارستان توسط اعضای خانواده مراقبت شوند. این وضعیت مسئولیتی سنگین را بر دوش مراقبین خانگی می‌گذارد؛ افرادی که اغلب بدون آموزش حرفه‌ای، مجبور به مدیریت شرایط پیچیده و طولانی مدت هستند. از سوی دیگر، فشارهای روانی و جسمی ناشی از مراقبت می‌تواند سلامت مراقب را نیز تهدید کند. در نتیجه، توجه به خودمراقبتی مراقبین و آموزش آنان برای سازگاری با این مسئولیت، از ضرورت‌های مهم در نظام سلامت به شمار می‌رود.

در رابطه با این موضوع، احمد نورالدینی، استادیار گروه پرستاری دانشگاه علوم پزشکی گلستان، به همراه یکی از همکاران خود از همان دانشگاه، پژوهشی را با محوریت خودمراقبتی و پیامدهای مراقبت خانوادگی بیماران سکته مغزی انجام داده‌اند. هدف آنان از این مطالعه، گردآوری و تحلیل یافته‌های علمی موجود درباره بار مراقبتی، فشار روانی و اثرات جسمی مراقبت از این بیماران در سطح خانوادگی بوده است تا راهکارهای مناسب برای حمایت از این مراقبین معرفی شود. روش کار این پژوهش به صورت مرور سیستماتیک و بر پایه الگوی بین‌المللی گزارش دهی مطالعات سیستماتیک انجام شده است. محققان برای گردآوری داده‌ها از پایگاه‌های علمی معتبر چون SID، ISI Web of Science، PubMed، Scopus و Magiran استفاده کرده‌اند.

نتایج این بررسی‌ها نشان دادند که در بخش عمده‌ای از مطالعات، مراقبین خانوادگی بیماران سکته مغزی با بار زیادی از مسئولیت مواجه هستند که سلامت روحی و جسمی آنان را تحت فشار قرار می‌دهد. برخی پژوهش‌ها بر جنبه‌های روانی مانند اضطراب، افسردگی، خستگی و کاهش انگیزه در مراقبین تمرکز داشته‌اند. دیگر مطالعات، نقش خودمراقبتی را به عنوان یک راهکار مهم برای حفظ سلامت مراقبین بررسی کرده‌اند و تأکید داشتند که آموزش و مداخلات روانشناختی می‌تواند به بهبود عملکرد، تاب‌آوری و کیفیت زندگی آنان کمک کند.

محققان به این نتیجه رسیده‌اند که نبود درمان قطعی برای بیماران سکته مغزی، دوره طولانی بیماری و وابستگی شدید بیماران به مراقبین خانوادگی، سطح فشار و فرسودگی این افراد را چندین برابر می‌کند. بنابراین، خودمراقبتی مراقبین باید به عنوان یک موضوع مستقل در برنامه‌های سلامت مورد توجه قرار گیرد تا از بروز اختلالات روانی و جسمی در آنان پیشگیری شود. بر اساس یافته‌های این پژوهش، مراقبین خانوادگی می‌توانند خود در خطر ابتلا به مشکلات جسمی و روحی قرار گیرند، تا حدی که از آنان با تعبیر «بیماران پنهان» یا «کوه یخ سلامت» یاد می‌شود؛ افرادی که بی‌هیچ حمایت اقتصادی، اجتماعی یا روانی، بار سنگین مراقبت را به دوش می‌کشند.

نتایج مطالعه فوق نشان می‌دهند با اجرای برنامه‌های حمایتی و آموزش مهارت‌های خودمراقبتی، نشانه‌های افسردگی و اضطراب در مراقبین کاهش یافته و روابط میان مراقب و بیمار بهبود پیدا کرده است. این یافته‌ها گویای آن است که حمایت از مراقبین خانوادگی، نه تنها به نفع آنان است، بلکه به بهبود وضعیت بیماران نیز کمک می‌کند. قابل ذکر است نتایج این پژوهش در نشریه «آموزش پرستاری» وابسته به انجمن علمی پرستاری ایران منتشر شده است؛ نشریه‌ای تخصصی که با هدف ارتقای دانش پژوهشگران و ارائه راهکارهای علمی در زمینه خدمات پرستاری و مراقبت‌های خانگی فعالیت می‌کند.

این مطالعه از جمله پژوهش‌هایی است که با تأکید بر اهمیت آموزش و حمایت پایدار از آنان می‌تواند مسیر توجه نظام سلامت به نقش حیاتی مراقبین خانگی در بیماری‌های مزمن را روشن‌تر سازد.