

## عنوان مقاله:

توانبخشی در بحرانها و بلایای طبیعی

## محل انتشار:

سومین کنگره بین المللی بهداشت، درمان و مدیریت بحران در حوادث غیرمترقبه (سال: 1385)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

## نویسندگان:

هایده هاشمی زاده - دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی - دانشکده پرستاری و مامایی

منصوره هویت طلب - دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی - دانشکده پرستاری و مامایی

## خلاصه مقاله:

پاسخگویی شفاف به زلزله زدگان بهترین راه خروج از شرایط بحرانی است. ندادن امید بی مورد به زلزله زدگان و پاس‌خگویی شفاف و بیان حقیقت به آنها باعث می شود که آنها از شرایط بحرانی خارج شده و مشکلات روحی کمتری پیدا کنند. معمولاً عوارض ناشی از چنین اتفاقاتی در گروههای سنی کودکان ( کمتر از 4 سال، بین 4 تا 6 سال، کودکان دبستانی )، مردان و زنانی که دچار ضایعه از دست دادن اطرافیان خود شده اند متفاوت است. اگر این کودکان شیرخوار باشند نیازمند حمایت نزدیکان خود که جایگزین مادر شود و احساس جدایی نداشته باشند دارند. لذا این کودکان ممکن است به علت از دست دادن مراقبین خود دچار اضطراب جدایی شوند. در کودکانی که کمی بزرگتر هستند این مشکل به صورت عاداتی از قبیل مکی‌دن انگ‌شت، شب ادراری و دیدن کابوس بروز می کند و کودکانی که در سنین مدرسه قرار دارند با افت تحصیلی، شب ادراری، جویدن ناخن مواجه می شوند. عوارض ( PTSD اختلال روانپزشکی پس از سانحه ) در افراد بزرگسال به صورت مشکلاتی از قبیل یادآوری حادثه در خواب به صورت دیدن کابوس، مجسم شدن صحنه ها در جلوی چشم، اضطراب، بی قراری، مشکل خواب، پرخاشگری و عوارض جسمانی برای افراد بزرگسال ایجاد می شود که این عوارض بویژه در زنان به صورت افسردگی و اضطراب از مشکلات عمده خواهد بود که برخی از آنها در درازمدت و با تأخیر ظاهر می شوند که در برخی از مواقع با مداخلات روانپزشکی می توان از مقداری از این مشکلات را کاست. بیشتر منابع علمی مخالف بستری کردن این افرادی که دچار مشکلات روحی شده اند هستند. لذا یکی از نکاتی که در رابطه با این افراد باید رعایت شود دور نکردن آنها از منطقه ای است که آسیب دیده اند زیرا علی رغم ناگواری این حادثه، دیدن آن صحنه ها به تطابق فرد در آینده کمک فراوانی می کند و اگر فرد را از آن مکان دور کنیم مکانیسم های طبیعی سیستم عصبی برای منطبق شدن با شرایط ناگوار به کار نمی افتد. در صورتی که نیاز به بستری این افراد باشد بهتر است کودکان را با پدر یا مادر یا یکی از اطرافیان و در صورت بستری شدن پدر یا مادر، کودک نیز حضور داشته باشد و اگر هر دو بستری هستند در یک بیمارستان برای دسترسی بیشتر به یکدیگر باشند. در مواردی که نیاز به درمان دارویی نیست می توان کودکان را در محلی نزدیک همان منطقه آسیب دیده جمع کرده و با بازگو کردن نحوه مواجهه شدن با این حادثه به تخلیه شدن هیجاناتشان کمک کرد و به آنها اجازه بدهیم که گریه و سوگواری به اندازه کافی داشته و خود را تخلیه کنند و با ایجاد یک محیط با حضور فردی که از نظر روحی موقعیت بهتری دارد و با شوخی و بازی کردن با این کودکان کمک کنیم که احساسات مثبت داشته تا در آینده با اختلالات روانپزشکی مواجه نشوند. باید امدادگران را آموزش داد که نحوه از دست دادن اطرافیان را برای بازماندگان بصورت حرفه ای شرح دهند. لذا کمک گرفتن از خود مردم برای نگهداری و کمک همدیگر، درآوردن اجساد می تواند از لحاظ روحی به آنها کمک کند اما اگر تنها نظاره گر محض باشند مش ...

## کلمات کلیدی:

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/14616>



