



دانشگاه علوم پزشکی سمنان
بیمارستان ۱۵ خرداد مهدیشهر



اضطراب قبل از جراحی

تهیه شده در کارگروه آموزش اتاق عمل
تاریخ تنظیم: ۱۴۰۳/۵/۱
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۵/۱

کد فرم: Hos-Pam-OP-02

مقدمه:

اضطراب و ترس از جراحی یک شکایت عمده در بیماران می باشد. جراحی تغییر عمده ای در ساختمان های آناتومیکی بدن به منظور ایجاد راحتی، تسکین، رفع فرایندهای پاتولوژیک و ترمیم آسیب ها است.

اضطراب چیست؟

اضطراب یک وضعیت ناراحت کننده ذهنی یا احساس درماندگی مربوط به موقعیت تهدید کننده یا پیش بینی تهدید ناشناخته نسبت به خود و اطرافیان است و شایع ترین احساسی است که همه انسانها آن را تجربه می کنند.

از جمله اقشاری که تحت تاثیر اضطراب قرار می گیرند می توان اشاره کرد که باید تحت عمل جراحی قرار بگیرند.

علل اضطراب جراحی:

ترس از عمل جراحی

احساس از دست دادن کنترل

زمان طولانی انتظار برای جراحی

نداشتن سابقه جراحی

فقدان آگاهی از نتیجه و پیشامد جراحی

عدم اطمینان از لزوم جزای

دیدن چاقوی جراحی

عدم اعتماد به کادر جراحی

عدم آشنایی به فضای فیزیکی اتاق عمل

تعداد دفعات جراحی های قبلی

ترس از بیهوشی

ترس از درد بعد از عمل

علل اضطراب در زنان:

بیماران با چندین جراحی همزمان، نخستین تجربه جراحی، بیمارانی که تجربه قبلی بدی از جراحی دارند، داشتن فرزندی در خانه، جراحی سرطان، ترس از قطع شیردهی، ترس از بیدار نشدن بعد از بیهوشی، کاهش درآمد و انتظار در بخش برای رفتن به اتاق عمل بالا است.

تأثیرات اضطراب قبل از عمل:

احتباس ادراری

افزایش ضربان قلب

عدم تعادل آب و الکترولیت ها

بی قراری، بی خوابی، درد

تهوع و استفراغ، مشکلات فشار خون، تضعیف

سیستم ایمنی، سردرد، افزایش درخواست

داروهای ضد دردها

افزایش طول مدت بستری

عدم بهبودی بعد از عمل

کاهش توانائی بدن در مقابل عفونت

خستگی بعد از عمل

هدف عمده مراقبت در دوره قبل از جراحی، به حداکثر رساندن

سلامت جسمی و روانی بیمار و کمک به او برای تطابق با شرایط

و اضطراب ناشی از آن است که روش داروئی و غیر داروئی به

این منظور استفاده می شود.

روش های کاهش استرس قبل از جراحی

درمان داروئی:

اگر چه پزشکان برای کاهش اضطراب بیمارانی که

تحت عمل جراحی قرار می گیرند به روش های داروئی

متوسل می شوند، توجه به استفاده از روش های

جایگزین روز به روز در حال افزایش است.

درمان های غیر داروئی:

۱- از نوارهای صوتی بستگی به زمینه فرهنگی بیمار

آوای شیوا و روح بخش قرآن کریم یا موسیقی بدون

کلام با ریتم آهسته و آرام بخش همراه با صدای

طبیعت مثل دریا، باران و آب استفاده کرد.

۲- لمس دست بیمار

۳- ماساژ

۴- تنفس عمیق

۵- ورزش های آرامسازی، یوگا، مدیتیشن، به جا آوردن

مذهبی مانند قرائت صلوات، خواندن دعا..

۶- رایحه درمانی (استفاده از اسطوخودوس به صورت

استنشاقی)

۷- خنده، استفاده از شوخی و جملات خنده دار

۸- تماشای برنامه های تلویزیون موجود در اتاق انتظار

و خواندن کتابها و بروشور های موجود در اتاق انتظار

برای کاهش اضطراب

v

v