



تجمع الرياض الصحي الثاني
Riyadh Second Health Cluster
شركة الصحة القابضة

مراحل الشفاء بعد إصابات الدماغ (التحسن والعلاج)

برنامج تأهيل إصابات الدماغ

Stages of Healing After Brain Injury
(improvement and treatment)

Traumatic Brain Injury (TBI)
Rehabilitation Program

تختلف مراحل ومقاييس التحسن بعد إصابات الدماغ من شخص لآخر بحيث يتقدم البعض خلال هذه المراحل بسرعة بينما يتقدم البعض الآخر ببطء.

ما هو مقياس رانشو (مستويات رانشو لوس أميغوس من الأداء المعرفي) (Rancho Los Amigos Scale)؟

- ♦ هو مقياس لمستوى التحسن بعد إصابات الدماغ ويتكون من ثماني مراحل.
- ♦ يفيد هذا المقياس في متابعة تحسن الشخص المصاب. لكن مراقبة التغيرات للمرحلة القادمة قد يكون محبطاً عندما لا تشاهد التغيرات من يوم لآخر.
- ♦ لذا يكون التقدم تدريجياً وقد يحتاج إلى الكثير من الوقت، كما أن التقدم خلال المستويات قد لا يحدث في كل مرة وقد يعود الشخص لمستوى أقل بسبب الضعف أو الإحباط أو تغيرات أخرى خلال اليوم.

المستوى الأول: عدم الاستجابة (No Response)

في هذا المستوى يكون الشخص في حالة غيبوبة و ربما يبدو نائماً بعمق، أو يكون مضطرباً، أو لا يستجيب للتحفيز الخارجي كالصوت، أو النظر، أو اللمس، أو الحركة.

المستوى الثاني: الاستجابة العامة (Generalized Response)

يكون الشخص في شبه غيبوبة، ويبدأ في الاستجابة للأصوات، والمناظر، واللمس أو الحركة، وتكون هذه الاستجابة بطيئة أو غير متناسقة أو متاخرة. قد يستجيب الشخص أو يقلد ما يسمع أو يرى أو يشعر. وقد تشمل هذه الاستجابة: المضغ، أو التعرق، أو التنفس السريع، أو الأنين، أو الحركة، أو ارتفاع ضغط الدم



كيف تساعد شخصاً عزيزاً عليك خلال المستوى الأول والثاني؟

- تحدّث معه بصوت هادئ عن أشياء مألوفة لديه: كالناس والأماكن أو الأنشطة التي كان يقوم بها.
- لا تتحدث أمامه عن حالته المرضية كما لو لم يكن موجوداً فقد يكون قادراً على سماعك، حتى في حالة الغيبوبة.
- اجعل محادثتك قصيرة معه. قم بتحفيز الحواس لديه لمدة تتراوح من 5 إلى 15 دقيقة:

03

اجلب أشياء مألوفة أو مفضلة لديه مثل الزهور والعطور وروائح الأطعمة.

02

سماع القرآن معه أو التحدث عن شيء مفضل له أو اقرأ له رسائل من أفراد العائلة.

01

استخدم اللمس والشم، والإضاءة، والصوت وأشياء ذات درجة حرارة مختلفة.

- قم بتغيير البيئة المحيطة له لمنع الزيادة المفرطة أو النقصان المفرط في المحفزات، على سبيل المثال:



عند زيارته قم بإيقاف تشغيل التلفاز، وعندما لا يزوره أحد، عليك أن تطلب من طاقم التمريض تشغيل القرآن له أو التلفزيون على برامج مفضلة لديه لفترات قصيرة.

- قم بلمسه بلطف عندما تتحدث إليه.
- كرّر التعريف بنفسك كل مرة عندما تدخل أو تخرج من الغرفة.
- شجعه على التواصل البصري عندما يفتح المريض عينيه

المستوى الثالث: الاستجابة المتمركزة (Localized Response)



في هذه المرحلة يبدو الشخص أكثر انتباهاً. فهو يتفاعل مع ما يراه، إن كان بالسمع أو بالشعور.

مثلاً

يمكن أن يتابعك بعينه أو يحرك رأسه باتجاه الأصوات. وعندما يشعر بالألم يحرك ذراعه أو ساقه، ويمكن أن يصرخ ويمكنه أن يتبع الأوامر البسيطة مثل "اغلق عينيك". كما يمكنه أن يرى بعض الإشارات من الأسرة أو الأصدقاء المعروفين لديه.

كيف تساعد شخصًا عزيزًا عليك خلال المستوى الثالث؟

- حاول تحفيزه باستخدام نشاطات المستوى الأول والثاني.

- قم بمناداته باسمه وقدم نفسك للمساعدة بتوجيهه. 

- تحدث معه باستخدام الجمل القصيرة والبسيطة.

- شجعه على القيام بمهام بسيطة، مثل: الإيماء بالرأس لكلمة "نعم أو لا" وأعطه وقتًا كافٍ للتجاوب، وتحقق من أنك تفهم الحركات بشكل صحيح إذا كان لا يستطيع التحدث.



- قم بتقديم المعلومات الأساسية بشكل مستمر كالتعريف بالمكان والوقت وبرنامج النشاطات اليومية.

- قم بوضع الساعة والتقويم أو صور أفراد الأسرة والأصدقاء في مكان قريب حول الشخص المصاب لتحفيزه بصريًا.

- قم بالحد من الضجيج الخارجي عند التعامل معه، وأغلق التلفاز وأقفل الستارة الخاصة.
- قد لا تكون الاستجابات متشابهة في كل مرة فقم بالإثناء عليه ومدحه عند تجاوبه معك بشكل جيد.
- قم بوضع برنامج يومي له يتسع لفترات جيدة من العلاج والراحة.

يمكن أن يكون الشخص قابلاً للاستجابة لبعض الأوامر أو الأصوات ليوم واحد، لكن قد لا يستجيب بنفس الطريقة في اليوم التالي، كن صبوراً فربما يشعر بنفس القدر من الإحباط الذي تشعر به.

المستوى الرابع: التشوش والهيجان (-Confused Agitated)

يمكن أن تكون هذه المرحلة صعبة للأسرة والأصدقاء. لأن الشخص يمكن أن يخلط بين الأمور أو لا يفهم ما الذي يحدث وكما أنه يمكن أن يكون خائفاً، وبالتالي يحاول إزالة كل هذه القيود بالضرب أو الركل أو عض الآخرين، أو سحب الأنابيب وإبعادها عن السرير.

كما يلاحظ عليه المبالغة في ردود الأفعال بسبب الارتباك بقول أشياء غير ملائمة، أو أن يقوم بتأليف القصص للتغلب على الارتباك والخوف الداخلي.

قد تكون الذاكرة محدودة على الأحداث الماضية فقط، فيمكن أن يركز الشخص على الاحتياجات الأساسية مثل الأكل، و الذهاب لدورة المياه، أو اللبس، و يحتاج المساعدة للقيام بهذه النشاطات.



كيف تساعد شخصاً عزيزاً عليك خلال المستوى الرابع؟

- وفر له بيئة هادئة ومنظمة، وتجنب الأضواء الساطعة والأصوات العالية، وقم بتقليل الزوار إلى ملا يزید عن شخصين في وقت واحد.
- اجعل محادثاتك والتفاعل معه بسيطاً و مختصراً حيث أن مقدرة الشخص على التركيز و الانتباه يمكن أن تكون قصيرة. قم بإخبار الشخص العزيز عليك بأنه في أمان.
- قم بالتعريف بشكل مستمر بالمكان والتاريخ والوقت وطبيعة التمارين أو ما الذي يحدث.
- قم بكتابة جدول زمني للأحداث اليومية، مثل أوقات العلاج المختلفة.
- قم بوضع الساعة والتقويم أو صور أفراد الأسرة والأصدقاء في مكان قريب.
- قم بمساعدة الشخص على تذكر الأحداث الماضية كما حدثت.



● عليك السماح له بالاختيارات البسيطة مثل:
الملابس التي سيرتديها

● إذا أصبح الشخص مضطرباً أو مستاءً أوقف التفاعل معه،
وإذا احتاج الأمر قم بتغيير الموضوع أو غادر الغرفة لمدة
قصيرة، وإذا أصبح المريض عدوانياً، استدع الممرض
لمساعدتك.

● إذا كان الشخص لديه حزام أمان، فلا تحل الحزام عنه
فأحزمة الأمان وضعت للتأكيد على سلامته.



● قد تستخدم الأدوية المهدئة إذا كان الشخص في وضع
خطير قد يؤدي إلى إيذاء نفسه أو الآخرين.

● تجنب إزعاج الشخص، ولا ترفع صوتك أو تصرخ لتحصل على
انتباهه.

● وجه الشخص للعودة إلى الواقع وأعطه معلومات بسيطة
وواضحة لمساعدته في التذكر.

● قم بتقديم الدعم والملاحظات الإيجابية و الثناء والمدح
للمهام المنجزة

المستوى الخامس: التشويش وعدم الملائمة Confused-Inappropriate Non-agitated

في هذا المستوى لا يكون الشخص منفعلًا و
مندفعًا بشكل سلبي كالسابق، بل يكون متنبهاً
بشكل جيد و يمكنه اتباع الأوامر البسيطة في
معظم الوقت. لو ممكن أن تتسبب له الأوامر
المعقدة والمتعددة بالإحباط والانزعاج



قد يتذكر المصاب الأحداث طويلة المدى بشكل أفضل من
الأحداث قصيرة المدى كالأحداث اليومية، وللتعويض عن
ضعف الذاكرة أو لملء الفراغ في الذاكرة يمكن أن يؤلف
الشخص قصصًا من فكره لا علاقة لها بالواقع.

يمكن أن يكون لدى الشخص إحباط بسبب مشاكل التعلم
أو ترتيب المعلومات. وقد يكون المصاب قادرًا على القيام
بنشاطات الحياة اليومية مثل الأكل و اللبس بشيء من
الصعوبة.

ويمكن أن يكون لدى المريض مشاكل في كيفية البدء بالنشاط، أو أن يتوقف عند خطوة معينة، ولمساعدته أعطه الخطوات لمهام محددة.

نلاحظ أن الشخص نادراً ما يدرك حدود مقدرته، و قد لا يفهم الغرض من برنامج التأهيل ويكون الشخص قادراً على تفهم الإصابات الجسدية بشكل أفضل من التفكير والنواحي الإدراكية. وعادة ما يطلب مغادرة المستشفى أو الذهاب للمنزل.

كيف تساعد شخصاً عزيزاً عليك خلال المستوى الخامس؟

- قم بمساعدته على كتابة الأحداث اليومية وسؤاله عما يحدث خلال اليوم من النشاطات والأحاسيس.
- ساعده بممارسة تمارين الذاكرة، مثل مراجعة صور الأهل أو استخدام القوائم والعلامات للتذكر.

يمكن أن يقدم أخصائي العلاج الوظيفي كتيباً أو قوائم لمساعدة الذاكرة

- قم باستخدام توجيهات وجمل بسيطة وقصيرة، وتجنب التعامل معه كالأطفال.
- شجعه لاتخاذ الخيارات، خاصة ما يتعلق بالنظافة الشخصية، واللبس والطعام و نحو ذلك.
- شجعه على ممارسة مهارات العناية بالذات مثل النظافة الشخصية واللبس وتمشيط الشعر.
- قم بالحد من عدد الزوار والإزعاج لخفض الارتباك لديه ومساعدته على الانتباه لما يجري حوله.
- قم بتشجيع الشخص للمشاركة في النشاطات الترفيهية.

المستوى السادس: التشويش والملائمة Confused-Appropriate

في هذا المستوى يكون سلوك الشخص أكثر فاعلية، فيمكن أن يتذكر الوقت، والأحداث اليومية و الأحداث الرئيسية في الحياة.



تتحسن القدرة على العناية بالذات، ويمكن له اتباع الأوامر البسيطة باستمرار، كما يمكنه المحافظة على الانتباه والتركيز لمدة 30 دقيقة. وهذا يجعل تعلم المعلومات سهلاً في هذه المرحلة، لكن يمكن نسيان التفاصيل.

فعلى سبيل المثال:

يمكن أن يتذكر الشخص الحديث مع أفراد الأسرة، لكنه ينسى مالذي قاله.
كما أن وقت الاستجابة لإكمال النشاطات يمكن أن يكون بطيئاً. فيمكن للشخص هنا أن يكون لديه مشكلة في ربط الأفكار مع كلمات محددة أو تكون لديه مشكلة في قول أشياء بدون تفكير.

كيف تساعد شخصًا عزيزًا عليك خلال المستوى السادس؟

- قم بتشجيعه على الاستقلالية في أداء مهاراته اليومية والحد من مساعدتك له إلا وقت الحاجة.
- اجعل محادثتك بسيطة وقصيرة، واستخدم توجيهات واضحة لأداء المهمات.
- استخدم مساعدات الذاكرة، مثل: الجدول اليومي، وكتاب الذاكرة والصور. واستخدم الأحداث الحالية، مثل الأخبار في التلفاز لمساعدة الذاكرة ولا تقدم المساعدة إلا عند الحاجة.
- ديمكن أن تكون القدرة على حل المشاكل صعبة أو تمثل تحديًا للشخص، كما يمكن أن تكون المعلومات الجديدة والأوضاع مجهدّة، لذا ادعمه إيجابيًا لتشجيعه على المشاركة.
- دقم بتشجيعه على تفهم القيود والقدرات والاحتياجات ليكون فعالاً في برنامج التأهيل.

المستوى السابع: ذاتي وملائم Automatic-Appropriate

في هذا المستوى يكون الشخص قادرا على القيام بمعظم النشاطات بصورة أوتوماتيكية عندما تكون خطوات القيام بالنشاط أو المهمة واضحة وبيئة القيام بها منظمة.



وقد يكون من الصعب التركيز والحكم على الأمور أوحل المشاكل. ويمثل الشعور بالأمان مصدر قلق للمريض حيث يفتقر الحكم السليم على القدرة على القيام ببعض الأنشطة. على سبيل المثال:

- لا يوصى المصاب بقيادة السيارة.

- قد تسبب الأشياء الجديدة أو المعقدة أو المختلفة عن الروتين العادي الاضطراب لدى الشخص.

- قد يستغرق تعلم معلومات جديدة وقتا طويلا منه، وسيحتاج الكثير من الممارسة لتخزينها في ذاكرته وقد تكون هناك حاجة إلى تقديم المشورة للعمل أو الدراسة.

كيف تساعد شخصًا عزيزًا عليك خلال المستوى السابع؟

- ◆ ناقش طرق جعل بيئة المنزل آمنة، فقد يحتاج المصاب للرقابة على مدى 24 ساعة في المنزل.
- ◆ تحدث مع الطبيب عن أي قيود، أو احتياطات كالقيادة أو العمل أو حتى إمكانية تركه وحيداً في المنزل.
- ◆ قم بتشجيعه على الاستقلالية في مهارات القيام بأمور الحياة اليومية مع جعل ذلك جزءاً من البرنامج اليومي.
- ◆ أضف المزيد من المهارات بصورة تدريجية، وشاركه في الاختيار، فذلك يتيح له التفاعل والمشاركة في صنع القرارات والخيارات.
- ◆ شجعه لحضور الأحداث الاجتماعية البسيطةً وكن حذراً في مخاطبته باللغة العامية أو النكات التي لها معنى صعب أو غير واضحة.
- ◆ شجعه على المشاركة في برنامج التأهيل، حيث أن الصعوبات المتعلقة بالسلوك والذاكرة والحكم على الأمور يمكن أن يستمر لعدة أشهر أو سنوات.

المستوى الثامن: هادف وملائم Purposeful-Appropriate

- في هذا المستوى يكون لدى الشخص المصاب:
- هدف في حياته اليومية.
 - القدرة على التذكر و ربط الماضي بالحاضر.
 - المقدرة في تعلم مهارات جديدة بشكل جيد، ولا يحتاج إلى إشراف بعد تعلم المهارات للمرة الأولى.
 - الاستقلالية في المنزل و المجتمع



من الممكن أن يستمر ظهور الانخفاض في القدرات والمنطق، والحكم على الأمور، والعواطف، و النواحي الفكرية بالمقارنة مع ما قبل الإصابة، ولكن قدراته تكون وظيفية في المجتمع.

كيف تساعد شخصًا عزيزًا عليك خلال المستوى الثامن؟

- ◆ شجعه على تدوين الملاحظات والتنبيهات، وتذكّر مواعيد الأدوية في تقويم الجهاز المحمول أو غيرها من أدوات المساعدة الذاتية لتحسين الوظائف اليومية.
- ◆ شجعه على اتخاذ القرارات مع عدم تقديم المساعدة له إلا عند حاجته فقط واحترم اختياراته وقراراته.
- ◆ تحدث مع الأخصائيين حول احتياجاته التكيف وأسلوب الحياة على المدى الطويل.
- ◆ اجعل العلاج والتأهيل جزءًا من برنامج التحسن والتطور، حتى بعد عودة الشخص إلى العمل أو المدرسة بشكل طبيعي. فذلك مفيد للذاكرة والتفكير ومهارات الحكم على الأمور.
- ◆ استمر في تقديم الدعم وإعطاء الملاحظات وردود الأفعال الإيجابية.

لأن الوعي وقاية

إدارة التثقيف الصحي

قسم الرعاية التأهيلية الشاملة

HEM1.18.000311

R2-CCCM-CPAVA-280825-KQ



| Cluster2_Riyadh



| 8001277000 | إنتاج التواصل المؤسسي والتغيير