



تجمع الرياض الصحي الثاني
Riyadh Second Health Cluster
شركة الصحة القابضة



دليل الدعم الاجتماعي والنفسي
لمرضى العناية المركزة وأسرهم

Psychosocial Support Guide
for ICU Patients & Families

يهدف الدليل إلى تقديم مرجع تثقيفي مبسط ومبني على الأدلة العلمية لدعم مرضى العناية المركزة وأسرهم نفسيًا واجتماعيًا، وتعزيز الوعي بدور الأسرة والخدمة الاجتماعية في تحسين تجربة الرعاية الصحية وجودة التعافي.

تشكل مرحلة التنويم في العناية المركزة تجربة صعبة للمريض وأسرته، لما يصاحبها من قلق وخوف وعدم يقين. وتؤكد الدراسات العالمية أن الدعم النفسي والاجتماعي الفعّال يساهم في تحسين نتائج العلاج وتقليل التوتر وتعزيز التعافي.

وجود أسرة واعية ومرافق متعاون يساعد في:

- رفع معنويات المريض.
- تعزيز الالتزام بالعلاج.
- تحسين التواصل مع الفريق الطبي.
- تقليل القلق وسوء الفهم.

ما هي العناية المركزة؟

هي وحدة متخصصة لرعاية المرضى الذين يحتاجون إلى متابعة دقيقة وعلاج مكثف على مدار الساعة.



أمثلة على الحالات التي قد تستدعي الدخول للعناية المركزة:

- فشل الجهاز التنفسي.
- الجلطات القلبية أو الدماغية.
- الإصابات الشديدة والحوادث.
- الالتهابات الحادة.
- العمليات الجراحية الكبرى.
- فقدان الوعي أو الصدمات.

أمثلة علي بعض الأجهزة الشائعة داخل العناية المركزة:

- جهاز التنفس الصناعي.
- أجهزة مراقبة القلب والضغط.
- مضخات الأدوية الوريدية.
- أجهزة الغسيل الكلوي.

وجود هذه الأجهزة لا يعني دائماً تدهور الحالة، بل تهدف إلى دعم وظائف الجسم وتحسين فرص التعافي.

معلومات مهمة عن بيئة العناية المركزة:

قد تكون تجربة العناية المركزة جديدة ومليئة بالقلق للمريض وأسرته، لذلك يساعد فهم طبيعة الوحدة وإجراءاتها على تقليل التوتر وتعزيز التعاون مع الفريق الطبي.

• تغير حالة المريض:

قد تشهد حالة المريض تغيرات سريعة تستدعي تعديل الخطة العلاجية أو بعض الإجراءات الطبية بشكل عاجل، ويعمل الفريق الطبي بشكل مستمر لمتابعة هذه التغيرات.

• الأجهزة الطبية والأنابيب:

قد يحتاج المريض لبعض الأجهزة أو الأنابيب الطبية لدعم التنفس أو إعطاء العلاج أو المراقبة الدقيقة، وغالبًا تكون مؤقتة بحسب حالة المريض.

• أصوات الأجهزة والتنبيهات:

تستخدم أجهزة المراقبة تنبيهات صوتية متعددة لمتابعة حالة المرضى، ولا تعني دائمًا وجود خطر مباشر على المريض.

• التشوش أو الهذيان المؤقت:

قد يعاني بعض المرضى من التشوش أو الهذيان المؤقت بسبب المرض أو الأدوية أو قلة النوم، وغالبًا يتحسن تدريجيًا مع التعافي.

• الزيارة داخل العناية المركزة:

قد يتم تقليل عدد الزوار أو مدة الزيارة حفاظًا على سلامة المريض وراحته، أو أثناء الإجراءات الطبية ومكافحة العدوى.

• اختلاف الاستجابة للعلاج:

تختلف سرعة الاستجابة للعلاج من مريض لآخر حسب الحالة الصحية والعمر والأمراض المصاحبة، لذلك قد يحتاج بعض المرضى إلى وقت أطول للتحسن.

• تغيير الخطة العلاجية:

قد تتغير الخطة العلاجية أو الأدوية بناءً على تطور الحالة ونتائج الفحوصات، وهذا يعد جزءًا طبيعيًا من الرعاية الطبية الدقيقة.

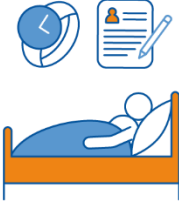
• عدم مقارنة المرضى ببعضهم:

لكل مريض حالته الخاصة، لذلك قد تختلف الأجهزة والعلاجات ومدة التنويم.

• تأخر الرد أحيانًا:

قد ينشغل الفريق الطبي بحالات طارئة أو إجراءات إسعافية، ويتم التعامل حسب أولوية الحالات الحرجة.

• النوم والراحة:



قد يواجه المريض صعوبة في النوم بسبب المتابعة الطبية المستمرة والأجهزة والإضاءة، ويعمل الفريق الطبي على توفير أكبر قدر ممكن من الراحة.

• أهمية المعلومات الطبية الدقيقة

تقديم معلومات صحية دقيقة وكاملة للفريق الطبي يساعد على سلامة المريض وتحسين جودة الرعاية.

القرارات الطبية المعقدة قد تحتاج بعض الحالات إلى مناقشات موسعة مع الأسرة حول خيارات العلاج والخطة المناسبة لحالة المريض.

• ما بعد العناية المركزة:



قد تستمر بعض الآثار النفسية أو الجسدية بعد الخروج من العناية المركزة، ويُعد الدعم النفسي والتأهيل جزءًا مهمًا من التعافي.

• الاحترام والتعاون:

يعمل الفريق الطبي في بيئة عالية الحساسية والضغط، ويساعد الاحترام المتبادل والتواصل الهادئ على تقديم أفضل رعاية ممكنة للمريض.

الاحتياجات النفسية والاجتماعية للمريض

قد يعاني مريض العناية المركزة من:

- الخوف والقلق.
- الشعور بالعزلة.
- الارتباك أو التشوش.
- التوتر أو الاكتئاب .

كيف تدعم الأسرة والمرافق المريض؟



- التحدث معه بهدوء وطمأنينة.
- استخدام كلمات إيجابية ومشجعة.
- تجنب نقل الأخبار السلبية أمامه.
- احترام راحته وخصوصيته.
- إشعاره بالأمان والدعم المستمر.

تشير الدراسات إلى أن بعض المرضى قد يستجيبون نفسيًا حتى أثناء ضعف الوعي.

أهمية الدعم الاجتماعي:

الدعم الاجتماعي يشمل:



- الدعم النفسي والمعنوي.
- المساندة العاطفية.
- المساعدة العملية.
- تسهيل التواصل مع الفريق الطبي.

فوائد الدعم الاجتماعي:

- تقليل التوتر والقلق.
- تحسين الاستجابة للعلاج.
- تعزيز الاستقرار النفسي.
- تحسين رضا الأسرة عن الرعاية الصحية.

أمثلة عملية:

- تنظيم الزيارات.
- توفير احتياجات المريض.
- دعم الأسرة لبعضها البعض.
- متابعة الخطة العلاجية.

دور الأسرة والمرافق في دعم المريض

الأسرة والمرافق شريكان أساسيان في رحلة العلاج.

الدعم النفسي والمعنوي:

- التحدث بصوت هادئ ومطمئن.
- تشجيع المريض بالكلمات الإيجابية.
- تجنب الانفعال أو نقل القلق للمريض.



المساعدة في التواصل:

- نقل احتياجات المريض للفريق الطبي.
- توضيح التاريخ الصحي والأدوية المستخدمة.
- متابعة المعلومات الطبية المهمة.

المساهمة في تنظيم الرعاية:

- الالتزام بمواعيد الزيارة.
- تجهيز احتياجات المريض الشخصية.
- التعاون مع الفريق الطبي.

توفير بيئة هادئة:

- تقليل الضوضاء والانفعالات.
- احترام أوقات الراحة والنوم.
- الحد من كثرة الزوار عند الحاجة.

دعم المريض بعد الخروج:

- تشجيعه على الالتزام بالعلاج.
- مساعدته أثناء التأهيل والتعافي.
- مراقبة أي أعراض أو تغيرات صحية.

المرافق المتوازن نفسيًا يكون أكثر قدرة على تقديم الدعم للمريض، لذلك من المهم حصوله على الراحة والدعم النفسي أيضًا.

ممثل المريض والتواصل مع الفريق الطبي

من المهم وجود شخص واحد يمثل المريض أمام الفريق الطبي، خصوصًا عند عدم قدرة المريض على اتخاذ القرار.

مهام ممثل المريض:

- التواصل مع الأطباء والتمريض.
- نقل المعلومات الصحيحة للأسرة.
- متابعة الموافقات الطبية.
- المساعدة في اتخاذ القرارات العلاجية.

أهمية تحديد ممثل واحد للأسرة:

يساعد ذلك على:

- تقليل تضارب المعلومات.
- تحسين التواصل.
- تقليل سوء الفهم والضغط على الفريق الطبي.

نصائح للتواصل الفعال:

- كتابة الأسئلة المهمة مسبقًا.
- طلب توضيح المصطلحات الطبية.
- تدوين الملاحظات المهمة.
- مناقشة القرارات بهدوء واحترام.

دور الأخصائي الاجتماعي

الأخصائي الاجتماعي عضو أساسي في الفريق الصحي، ويعمل على دعم المريض وأسرته نفسيًا واجتماعيًا.

ماذا يقدم الأخصائي الاجتماعي؟

الدعم النفسي والاجتماعي:

- مساعدة الأسرة على التكيف مع الأزمة الصحية.
- تخفيف القلق والتوتر.
- تقديم الدعم المعنوي.

تسهيل التواصل:

- تحسين التواصل بين الأسرة والفريق الطبي.
- المساعدة في حل المشكلات الاجتماعية.

تقييم الاحتياجات الاجتماعية:

- دراسة الظروف الأسرية والمادية.
- تحديد احتياجات الرعاية المنزلية.
- المساعدة في التخطيط لما بعد الخروج.

التنسيق مع الجهات الداعمة:

- ربط الأسرة بالجمعيات الخيرية.
- المساعدة في توفير الخدمات المساندة.

التوعية والتثقيف:

- توضيح حقوق المريض وواجباته.
- تعزيز الالتزام بالخطة العلاجية.

متى يمكن التواصل مع الأخصائي الاجتماعي؟

- الحاجة إلى دعم نفسي أو اجتماعي .
- وجود صعوبات أسرية تؤثر على الرعاية .
- الحاجة إلى خدمات أو جهات داعمة .
- التخطيط للرعاية المنزلية بعد الخروج.

الالتزام بالتعليمات والوقاية من العدوى

الالتزام بالتعليمات الطبية ضروري لحماية المريض وتحسين فرص التعافي.

تعليمات مهمة:

- غسل اليدين قبل وبعد الزيارة.
- الالتزام بوسائل الحماية.
- عدم إعطاء أدوية أو أطعمة دون إذن.
- عدم لمس الأجهزة الطبية.
- الالتزام بمواعيد الزيارة.

لماذا يعد الالتزام مهمًا؟

- يمنع انتقال العدوى.
- يقلل المضاعفات.
- يحافظ على استقرار المريض.
- يساعد الفريق الطبي على أداء عمله.

علامات تستوجب إبلاغ الفريق الطبي:

- ارتفاع الحرارة.
- صعوبة التنفس.
- تغير الوعي.
- النزيف أو تغير لون الجلد.



احترام الأنظمة والخصوصية داخل العناية المركزة

احترام خصوصية المرضى:

- يمنع تصوير المرضى أو الأجهزة الطبية.
- يمنع نشر أي معلومات تخص المرضى.

أهمية الهدوء داخل الوحدة:

- تقليل الضوضاء يساعد المرضى على الراحة.
- البيئة الهادئة تساعد الفريق الطبي على العمل بأمان.

تنظيم الزيارات:

قد يتم تقليل أو منع الزيارة مؤقتًا حفاظًا على سلامة المريض أو أثناء بعض الإجراءات الطبية.

تجنب المعلومات غير الموثوقة:

ينصح بعدم تطبيق أي نصائح علاجية من وسائل التواصل الاجتماعي دون الرجوع للفريق الطبي.

الدعم النفسي والروحي للأسرة والمريض

قد تعاني الأسرة من:

- القلق المستمر.
- الإرهاق النفسي.
- اضطرابات النوم.
- الخوف من المستقبل.

كيف تعتني الأسرة بنفسها؟

- تبادل الأدوار بين أفراد الأسرة.
- أخذ فترات راحة.
- طلب الدعم النفسي عند الحاجة.
- المحافظة على التغذية والنوم الجيد.

الدعم الروحي:

- الدعاء وقراءة القرآن.
- بث الأمل والطمأنينة.
- احترام رغبات المريض الدينية.
- مراعاة عدم إرهاق المريض.

مرحلة التعافي والخروج من العناية المركزة

قد يحتاج المريض بعد الخروج إلى:

- علاج طبيعي.
- متابعة نفسية.
- تأهيل تدريجي.
- متابعة طبية مستمرة.

دور الأسرة بعد الخروج:

- تشجيع المريض على العلاج.
- توفير بيئة آمنة وهادئة.
- متابعة المواعيد الطبية.
- مراقبة الأعراض الجديدة.

ما بعد العناية المركزة:

بعض المرضى قد يعانون من:

- ضعف العضلات.
- اضطرابات النوم.

- القلق أو الاكتئاب.
- ضعف التركيز والذاكرة.

حقوق المريض وواجباته

حقوق المريض:



- الحصول على رعاية صحية آمنة.
- معرفة المعلومات المتعلقة بحالته.
- احترام الخصوصية والكرامة.
- المشاركة في القرارات العلاجية عند الإمكان.

واجبات المريض والأسرة:

- الالتزام بالتعليمات الطبية.
- احترام أنظمة المستشفى.
- التعاون مع الفريق الصحي.
- تقديم المعلومات الصحية الصحيحة.

التعامل مع الأخبار الطبية الصعبة:

قد تمر الأسرة بقرارات أو أخبار صعبة، وينصح بمناقشتها بهدوء مع الفريق الطبي وطلب التوضيح الكامل قبل اتخاذ أي قرار.

خاتمة:

وجود الأسرة والمرافق والدعم النفسي والاجتماعي جزء أساسي من رحلة علاج مريض العناية المركزة. التعاون مع الفريق الطبي والالتزام بالتعليمات يساعدان على توفير أفضل رعاية ممكنة وتحسين فرص التعافي بإذن الله.

رسالة أمل ودعم:

قد تبدو أيام العناية المركزة صعبة ومليئة بالقلق، لكن الطب مع الرعاية، والأمل مع الصبر، والدعم مع المحبة...
تصنع طريقاً نحو التعافي بإذن الله. لا تقلل من أثر وجودك وكلماتك، فبعض الطمأنينة تُحدث فرقاً أكبر مما نتصور".



لأن الوعي وقاية

إدارة التثقيف الصحي

قسم الخدمة الإجتماعية

HEM1.26.0001798