## التدخل النفسي مع المريض:

**يتواجد في المستشفى معالج نفسي من مهامه:**

- مساعدة المريض على:
  - أخذ القرار ما إذا كان بحاجة لمتابعة علاج مضاد للإكتئاب أو لا
  - التأقلم مع مرضه إذا كان لا يملك الموارد الداخلية لذلك
  - عدم الشعور بالذنب والشعور بأن مرضه بمثابة جزاء لماضيه
  - تطوير مهاراته النفسية والإجتماعية
  - عدم تشبيه نفسه بمرضى آخرين خاصةً إذا كانت حالتهم مستعصية وتنبيهه إنه حالة خاصة مختلفة عن غيره، إن كان من ناحية الشخصية أو من ناحية العلاج
- متابعة الحالة النفسية للمريض في مختلف مراحل مرضه منذ اكتشاف المرض وطوال فترة العلاج
- تحسين نوعية الحياة عند هؤلاء المرضى وذلك لتمضية هذه الفترة بأفضل طريقة ممكنة
- معرفة وتغيير التصوّرات والأفكار المكونة لدى المريض بالنسبة لمرض السرطان إن كانت سلبية بشكل مبالغ به
- الإصغاء للمريض والسماح له بالتعبير بحرية عن مشاكله
- إعطاء المعلومات للمريض وذلك لمعرفة أفضل لذاته ومرضه وبالتالي تقبّل المرض واحترام الذات
- تقييم صعوبات ونقاط ضعف المريض كما نقاط قوته وموارده الايجابية
- طلب تدخل الطبيب المختص لتوضيح الحالة الصحية للمريض وأفراد عائلته في حال قد طُلب منه ذلك.

## التدخل النفسي مع أهل المريض والمرافقين له:

- السماح لأفراد العائلة المرافقة للمريض بالتعبير عن الصعوبات، المخاوف، الألم والقلق الذين يشعرون به
- إعلامهم بالصعوبات والتغييرات التي ستطرأ على المريض
- شرح حالة المريض النفسية التي سيمر بها وذلك لمساعدتهم على تقبّل أي ردة فعل سلبية من طرف المريض
- مساعدتهم على عدم الشعور بالذنب

## الحالة النفسية لمرضى

# السرطان


مستشفى ألبير هيكل ش.م.ل
Hopital Albert Haykel s.a.l

www.hopitalhaykel.com



MS-BR-01
Edition 1

## الحالة النفسية لمرضى السرطان

إن المرحلة الأصعب في حياة الشخص هي الفترة التي تسبق " تشخيص المرض"، فالفحوصات والصور والتحاليل تكون السبب في التوتر الدائم لدى المريض.

عندما يصبح المرض مؤكداً، يشعر المريض بالصدمة والخوف.

بعدها تأتي مرحلة التأقلم والتعايش مع مرضه وبدء فترة العلاج.

فبحسب شخصية المريض ودعم المحيطين له، فإنه من جهة قد ينجح في التأقلم وتقبل الموضوع ويعاود حياته بشكل شبه طبيعي أو من جهة أخرى قد لا يتقبل الموضوع ويدخل بدوامة من الإكتئاب والإستسلام.

## بعض العوارض النفسية التي قد يشعر بها المريض:

- يأس
- توتر
- قلق
- خوف شديد
- مزاج متقلب
- عدوانية
- رفض العلاج
- تدهور الحالة النفسية
- عدم تقبل العوارض الجانبية للعلاج (فقدان الشعر، لعيان، تقيأ، تعب...)
- اهتمام مبالغ بأي عارض يشعر به
- الخوف من الفحوصات والتحاليل
- انعزال

فان كنت كمريض تشعر بهذه العوارض فاعلم بأن الأمر طبيعي جداً. تكلّم عن ما تشعر به مع شخص قريب، متفهم، أو مع المعالج النفسي المتواجد في المستشفى. فالأهم هو أن لا تسيطر عليك هذه العوارض وتجعلك تستسلم بل أن تتعايش، تتأقلم وتتفهم نفسك ومرضك وجسدك لتمر هذه الفترة بأفضل حال وتكون نوعية حياتك جيدة.

## الآليات الدفاعية لدى المريض

يختلف كل مريض عن الآخر بحسب الآليات الدفاعية التي يستعملها لكي يتحمّل وطأة المرض ومراحل علاجه الطويلة

**من أكثر الآليات الدفاعية شيوعاً والتي نلاحظها لدى المريض:**

- **الرفض:** وهي ردة فعل دفاعية طبيعية، صحيّة نوعاً ما، تساعد على حماية المريض من الإنهيار النفسي وتخفف من حدة وعنف إعلان المرض. تكون مهمة وإيجابية في بداية الأمر
- **الإنكار:** هي آلية دفاعية لا إرادية تكون في لاوعي المريض بحيث يلجأ لإلغاء قسم أو الحقيقة بأكملها
- **العصبية والعدوانية**
- **الإكتئاب** بسبب خسارة العمل، المركز الاجتماعي، المدخول المادي أو العلاقات الإجتماعية
- **النقوص** والتصرّف بطريقة طفولية
- **النوم المفرط** وذلك للهروب من الواقع
- **تقبّل الموضوع والمواجهة** للإنتصار على المرض رغم صعوبة الأمر
- **الأمل** بالشفاء التام بالعلاج أو بالعجيبة