

*Улогата на медицинската сестра при
намалување на анксиозноста на
пациентот пред медицинска
интервенција*

вмс. Виолета Стојановска
ЈЗУ. Кл за урологија

Анксиозноста

- Акутна анксиозност пред интервенција (процедурална анксиозност) е зголемен страв пред медицински, стоматолошки или хируршки интервенции, која предизвикува акутен стрес или избегнување на интервенцијата.
- пациентот може да чувствува анксиозност пред или во текот на медицинската процедура што попречува во дијагностиката или третманот.

Разлика меѓу страв и анксиозност

- **Страв** - одговор на реално чувство на загрозеност
- **Анксиозност** - состојба на внатрешна вознемиреност

Најчестии причини за анксиозност при ендоскопски интервенции

- Сензорни пречки (страв од болка и боцкање)
- Страв од дијагнозата и прогнозата
- Страв од губење на автономијата во текот на интервенцијата (несоодветна седација, недоволно знаење за самата постапка)
- Страв од лекар или здравствениот работник, како и срам од присутните во текот на интервенцијата

Причини кој кај пациенти предизвикуваат појава на анксиозност

- Долго чекање пред интервенцијата
- Слаба информираност
- Непримерен однос на присутните во текот на интервенцијата
- Неемпатичен однос на присутните
- Околината

Фактори кој влијаат на толеранцијата и психичката стабилност на пациентот во текот на интервенцијата

- Полот
- Староста
- Предходно искуство
- Очекувањата во врска со интервенцијата
- Личноста на поединецот

Техники и методи за намалување на анксиозноста

- Лекови
- Едукација
- Когнитивни и бихевјорални техники
- Прилагодување на околината (музика, пријатен амбиент)

Фармаколошко лекување на анксиозноста

- Правилна седација
- Седацијата исто така има плацебо ефект
- Можност за компликации

Информираниост и едукација на пациентиот

- За текот на интервенцијата
- Очекуваните резултати
- Информираниост на пациентот за одредени фази на интервенцијата

Прилагодување на околината

- Кратко чекање
- Пријатно уреден простор (делува на парасимпатикус)
- Обезбедување на интимност во текот на интервенцијата
- Дискретна музика

Когнитивни и бихејорални техники

- Психоедукација
- Когнитивно реструктуирање (автоматски мисли)
- Техники на преусмерување на мислите
- Релаксациски техники

Целта на когнитивните техники

- Пациентот да добие подобра реална слика за самата интервенција
- Подигање на свеста кај пациентот за самата интервенција
- Идентификација на негативните автоматски мисли

Целїа на бихевјоралниїе тїехники

- Смалување и совладување на симптомите со цел пациентот да може да ја толерира самата интервенција

Успешност на когнитивниот и бихејоралниот техники во намалување на анксиозноста

- Постојат различни заклучоци при различни студии
- Различни начини на употреба на тие техники

Присуство на блиски роднини во намалување на анксиозноста

- Повеќе студии кои имаат позитивна корелација
- Зависи од самата интервенција
- Проблем може да биде со обезбедување на интимноста
- Тоа е проблем за персоналот



Штo недoст̄асува?

Човеко̄̄ како личност̄̄

- Телесна
- Когнитивна
- Бихевјорална
- Емоционална
- Духовна
- Културолошка
- Еколошка
-

Телесна

- Ендоскопијата е инвазивен метод, и представува траума на телесно ниво
- Човечкиот одговор на траума е универзален
- Бегство или борба
- Активација на симпатикус

Улогата на медицинската сестра

- Минимализирање на молката и траумата при интервенциите и медицинските постапки
- Информираност и нормализација на телесните одговори
- Непосреден одговор на болката и стравот од губење
- Телесна и емоционална регулација

Последици од т̄рауматичен наст̄ан

- Сеќавање на траумата (соматски и когнитивни)
- Изменета перцепција и делување на нервниот систем
- Недовршени процеси на оздравување
- Создавање на моќни одбрамбени механизми
- Губење на дел од себе

Емоџи

- Страв
- Жал
- Гнев
- Немоќ
- Срам
- Гадење

Улога на медицинската сестра


- Прифаќање на пациентот и неговите чувства
- Способност за толерирање на неговите чувства
- Нормализација
- Емоционална поддршка
- Регулација на нашите чувства
- Вклучување на хроничните пациенти во група
- Прифаќање на потребите на пациентот како и вклучување на психолог во третманот

Реални потреби

- Безбедност
- Почитување
- Прифаќање
- Взаемност
- Самодефинирање
- Влијание врз другите
- Иницијатива
- Љубезност
- Следење на состојбата на пациентот

Духовна и егзистенцијална димензија

- Духовноста е моќен фактор
- Поттикнување на пациентите да ги изразат своите стравови во врска со егзистенцијалните прашања

- 
- *The body is the shore on the ocean of being* (*Телото е брег на океанот наречен човек*).