

انگ زدائی از بیماران روانی

آموزش دهنده: بهورز، کارشناس بهداشت خانواده

گروه هدف: جمعیت تحت پوشش

اهداف رفتاری: انتظار می‌رود پس از مطالعه این فصل بتوانید:

- ☒ انگ و برچسب زدن به بیماران روانی را توضیح دهید.
- ☒ عوامل موثر در انگ زدن به بیماران روانی را توضیح دهید.
- ☒ دلایل برچسب و یا انگ زدن به بیمار روانی را بیان کنید.
- ☒ اثرات برچسب زدن به بیماران روانی را در جامعه شرح دهید.

مقدمه :

بشر از زمانی که خود را شناخته است، بیماری را نیز شناخته است. در هر زمان از حیات بشر یکی از انواع بیماری ها به عنوان مشکل عمده جامعه پزشکی مطرح بوده است. در حال حاضر یکی از معضلات جدی جامعه نه فقط جامع پزشکی بلکه آحاد مردم اختلالات روانپزشکی و عوارض آن است.

بر اساس آمار بین‌المللی در هر جامعه‌ای ۲۵ درصد از مردم دچار ابتلا به انواع اختلالات روانی هستند. این ۲۵ درصد به معنی آن نیست که فقط شامل بیماریهای حاد شود بلکه انواع اختلالات روانپزشکی از جمله وسواس، اضطراب و ... را هم شامل می‌شود. اما مساله اینجاست که تنها حدود ۱۰ درصد از این افراد برای درمان مراجعه می‌کنند و بقیه به دلایل مختلفی که وجود دارد از مراجعه به متخصص و اقدام برای درمان سر باز می‌زنند

به عنوان مثال خانواده ها اضطراب جوانان و نوجوانان را جدی نگرفته و تصور می‌کنند مسأله مهمی نیست که احتیاج به درمان باشد یا هنگامی که برای درمان کودکانشان مراجعه می‌کنند در برابر اقدامات درمانی و دارویی واکنش نشان داده و مقاومت می‌کنند. نمونه دیگر کسانی هستند که عصبی و افسرده هستند و می‌پندارند این حالات روحی‌شان طبیعی است به طوری که گاهی مشاهده می‌شود افراد پس از مرگ یکی از عزیزانشان تا ماه های زیادی دچار غصه و اندوه هستند و این گریه کردنها و بازنگشتن به زندگی عادی را به عنوان اختلال و بیماری قلمداد نمی‌کنند و آن را طبیعی می‌شمرند.

انگ و برچسب زدن به بیماران روانی

دلایلی که باعث می‌شود افراد گاهی حتی به وجود شناسائی چنین مشکلاتی برای درمان اقدام نکنند. شامل مسائل گوناگون از قبیل هزینه های بالا، ترسیدن از انگ اجتماعی و باورهای غلط می‌شود که می‌توان گفت وحشت از برچسب خوردن توسط اطرافیان است.

برچسب زدن به بیماران روانی در جامعه ما یک امر عادی و در عین حال نامطلوب است. برچسب زدن یعنی فردی را که از لحاظ روحی و روانی دچار بیماری شده با کلماتی مانند « دیوانه، روانی، احمق، عقب مانده و... » نام ببریم، او را مسخره کرده و تحقیر کنیم و به این ترتیب فرد را کم ارزش و یا بی ارزش می شماریم.

چرا به یک بیمار روانی برچسب می زنیم؟

- فکر می کنیم بیمار روانی خطرناک و ترسناک است و باید از آن دوری کنیم.
- فکر می کنیم بیمار روانی در بیمار شدنش مقصر است و باید او را سرزنش کنیم.
- فکر می کنیم فقط دیگران بیمار می شوند و امکان ندارد ما و یا یکی از اعضای خانواده ما دچار بیماری روانی بشویم.
- فکر می کنیم بیمار روانی نیازی به محبت و مهربانی ندارند.
- فکر می کنیم بیمار روانی تا آخر عمرش بیمار است و هیچگاه بهبود نمی یابد.
- فکر می کنیم بیمار روانی دیگر برای جامعه و خانواده خود مفید نخواهد بود.

برچسب زدن چه تاثیری در بیماران روانی دارد؟

- اعتماد به نفس بیمار پایین می آید.
- بیمار احساس حقارت و بی ارزشی می کند.
- خانواده بیمار سعی می کند وانمود کند هیچ مشکلی وجود ندارد و بیماری فرد را مخفی می کند.
- بیمار از طرف دوستان و اطرافیان طرد می شود و به دلیل اینکه دیگران با آنها ارتباط عاطفی برقرار نمی کنند، همیشه احساس تنهایی می کنند.
- بیمار فکر می کند خودش در بیماریش مقصر است و بنابراین همیشه احساس گناه می کند.
- بیمار فکر می کند هیچ توانائی ندارد و نمی تواند برای خانواده و جامعه اش مفید باشد.
- به دلیل تحقیر و ترس از طرز تفکر دیگران به پزشک مراجعه نکرده و از دریافت درمان و خوردن دارو خودداری می کند.
- امکان دارد موجب بیکاری فرد شده و مشکلات اقتصادی برایش بوجود بیاید.

برای اینکه برچسب زدن به بیماران روانی را از بین ببریم، باید :

- سطح آگاهی افراد جامعه را در مورد انواع بیماریهای روانی و علائم آنها بالا ببریم.
- دیدگاه نادرست و باورهای غلط در مورد بیماریهای روانپزشکی را در جامعه تصحیح کنیم.
- به بیماران روانی اطمینان بدهیم در صورتیکه به پزشک مراجعه کرده و دارو مصرف کنند بیماری آنها درمان خواهد شد.
- به بیماران اطمینان بدهیم که مصرف داروهای روانپزشکی به هیچ عنوان اعتیادآور نیستند.
- بیماران را تشویق کنیم جهت بهبودی بیماریشان به پزشک مراجعه کنند.
- بیماران روانی را با کلمات زشتی مانند « دیوانه، احمق، روانی، عقب مانده و ... » صدا نزنیم.
- بیماران روانی را در بیمارشدنشان مقصر ندانیم.
- هیچگاه بیماران روانی را تحقیر نکرده و آنها را به خاطر بیماریشان سرزنش نکنیم.
- با بیماران روانی با مهربانی رفتار کرده و به آنها محبت کافی بکنیم، زیرا آنها نیز مانند بیماران جسمی نیازمند توجه، محبت و هستند.
- از داشتن چنین بیمارانی در خانواده احساس حقارت نکرده و آنها را از دیگران مخفی نکنیم.
- از داشتن چنین بیماران در خانواده احساس شرم و حقارت نکرده بلکه آنها را در جمع اعضای خانواده مورد پذیرش قرار داده و ارزش و جایگاه آنها را حفظ کنیم.
- به بیماران روانی برحسب تواناییهایشان مسئولیت داده تا اعتماد به نفس آنها افزایش یابد.
- اگر چنین بیماری در فامیل و آشنایان وجود داشته باشد به عیادتش رفته با آنها همدردی کنیم تا احساس تنهایی و انزوا نکند.
- بیماران روانی را خطرناک ندانسته، از آنها دوری نکرده و نترسیم. بلکه به آنها جهت درمان، بهبودی و بازگشت به جامعه کمک و یاری برسانیم.