

# روانشناسی سگته های مغزی

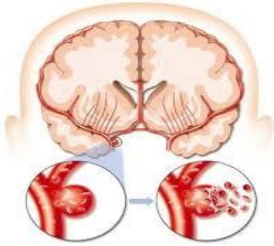


تهیه و تنظیم: روانشناس بالینی

لیلا قربانی

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## سکته مغزی



سکته مغزی به معنی پاره شدن یک رگ خونی در مغز و خونریزی آن است. اگر به هر دلیلی خونرسانی به مغز مسدود شود هم این عارضه رخ می‌دهد. در واقع پارگی و انسداد از رسیدن خون و اکسیژن مورد نیاز به بافت مغز جلوگیری می‌کند. خون از طریق گلبول‌های قرمز و پروتئینی به نام هموگلوبین مواد مغذی و دی‌اکسید کربن را جابه‌جا خواهد کرد و در صورت نرسیدن اکسیژن کافی، بافت مغز و سلول‌های آن دچار آسیب شدیدی شده و با گذشتن چند دقیقه شروع به مرگ می‌کنند از همین‌رو تمامی اعضای داخلی بدن که توسط آن ناحیه آسیب دیده مغز کنترل می‌شدند فعالیت طبیعی خود را از دست می‌دهند. این عارضه یک اورژانس پزشکی است و پس از مشاهده علائم اولیه باید به سرعت فرد را به بیمارستان منتقل کنید.

## اختلالات شناختی و افسردگی بعد از سکته مغزی



سکته مغزی یک شوک بزرگی می باشد و تمام جنبه های زندگی عادی یک فرد را تحت تاثیر قرار می دهد. همانطور که می دانیم مغز مسئول تفکر، احساسات، خلق و خوی و رفتار فرد می باشد و با آسیب این اعمال و رفتارها نیز تحت

تاثیر قرار می گیرند. بنابراین بعد از سکته مغزی یکسری اختلالات در خلق و خوی فرد، رفتار وی، سطح انگیزه و حتی حافظه فرد ایجاد می شود.

## افسردگی بعد از سکته مغزی

اختلالات شناختی و افسردگی بعد از سکته مغزی با وقوع سکته مغزی و مختل شدن زندگی عادی فرد و خانه نشین شدن او شرایط برای ایجاد افسردگی و اضطراب و اختلالات روانی بالا می باشد. همین کارهای ساده ی روزمره مثل، راه رفتن، غذا خوردن، صحبت کردن، استفاده از دست، استفاده

از انگستان و انجام حرکات ظریف، چرخش تنه و.. بعد از سکتة مغزی بسیار مشکل می باشد. و همچنین در اثر سکتة مغزی با آسیبی که به مغز وارد می شود بستر برای اختلالات روانی و رفتاری فراهم می شود حرکت نکردن ویلچرنشین بودن مداوم برای افرادی که قبلاً تحرک داشته اند و عادت به انجام کارهای روزمره داشته اند بسیار عذاب آور است.

### درمان اختلالات شناختی و افسردگی بعد از سکتة مغزی

فردی که بعد از سکتة مغزی مراحل بهبودی خود را طی می کند و توسط خانواده و همراهان یاری می شود و همراهان از شرایط وی مطلع هست و بستر مناسب را برای پیشرفت او فراهم کرده اند پس از مدتی از پس این مشکلات روانشناختی بر می آید فرد سکتة مغزی که پیشرفت خود را می بیند انگیزه اش افزایش پیدا میکند، وقتی می تواند راه برود و کارهای شخصی خود را انجام دهد از افسردگی و اضطراب در امان است، وقتی که می تواند با دیگران ارتباط برقرار کند و در اجتماع باشد به مرور خلق و خوی او تثبیت می شود، وقتی فرد سکتة مغزی در مشغول انجام امور روزمره خود است کم کم حافظه و هوشیاری وی افزایش می یابد با بهتر شدن شرایط جسمی و عملکردی، شرایط

روحي و رواني نيز بهبود مي يابند. براي تحقق اين امر نيازمند مشاوره و درمان توسط متخصص در اين زمينه مي باشند.

## اختلالات حافظه بعد از سكته مغزي

بعضي از افراد بعد از سكته مغزي دچار مشكلات حافظه و فراموشي مي شوند ولي حافظه بلند مدت آنها كاملا سالم است و خاطرات گذشته را به ياد مي آورند. بنا بر اين اطرافيان فرد سكته مغزي بايد در نظر داشته باشند كه بعد از سكته مغزي مشكلات حافظه کوتاه مدت به وجود مي آيد و در اين زمينه آمادگي داشته باشند و بيمار را همياري كنند.

## آيا مشكلات حافظه بعد از سكته مغزي درمان مي شود؟

با گذشت زمان از سكته مغزي و درمان سكته مغزي كم كم حافظه وي نيز بهبود پيدا مي كند و كم كم شرايط ذهني بيمار رو به بهبودي مي رود، در اين زمينه همكاري اطرافيان بيمار نيز از اهميت زيادي برخوردار است. همراهان بيمار مي توانند با ايجاد بستر مناسب ، يادآوري ها و يادگيري هاي مداوم شرايط بيمار را بهبود بخشند.

## راهکار درمانی اختلالات روانی، افسردگی و اضطراب در سکنه مغزی چیست؟

بعد از سکنه مغزی بیمار به حمایت های روانی بسیاری نیاز دارد و این حمایت ها از طرف خانواده و همراهان بیمار باید تأمین بشود. اطرافیان بیمار سکنه مغزی باید شرایط مناسب روانی برای وی ایجاد کنند و با حمایت های درست خود انگیزه و امید بهبودی را در فرد رشد دهند. از دادن خبر های بد و منفی، ناراحت کردن فرد سکنه مغزی، دعوا و درگیری در محیط خانه و همچنین از به تمسخر گرفتن فرد سکنه مغزی شدیداً اجتناب کنند. مثلاً اگر بیمار نمی تواند دست خود را بلند کند نباید او را سرزنش کنند، بلکه این امیدواری را در وی ایجاد کنند که این ناتوانی ها موقتی می باشد و با پیگیری برنامه توانبخشی سکنه مغزی، مشکلات جسمانی و عملکردی قابل درمان است. بیمار سکنه مغزی از اینکه مدام از دیگران کمک می خواهد نباید احساس خجالت و شرمساری کند، به جای اینکه خود را درگیر این مسائل کند باید با تلاش و تمرینات سکنه مغزی مکرر شرایط جسمی خود را ارتقا دهد. مثلاً بیماری که توانایی رفتن به حمام را ندارد و این مسئله وی را دچار سرزنش و افسردگی می کند. این مشکلات جسمانی بعد از سکنه مغزی قابل حل می باشد و نباید زمینه ای برای ایجاد افسردگی و اضطراب در فرد بشود چون ضربه ای که مشکلات روانی بر وی وارد میکند و می تواند از خود سکنه مغزی بیشتر باشد.

**دارو های درمان سکنه مغزی به مرور باعث افسردگی می شوند.**

## دلایل کاهش انگیزه در افراد سکنه مغزی چیست؟

اختلالات شناختی و افسردگی بعد از سکنه مغزی با بروز سکنه مغزی و ایجاد ناتوانی های جسمانی و فلج شدن اندام پس از سکنه مغزی در فرد انگیز و روحیه افراد افت می کند. خود سکنه مغزی بر انگیزه افراد تاثیر منفی می گذارد انرژی و روحیه افراد پس از سکنه مغزی به طور چشمگیری کاهش می یابد و فرد بسیار کم فعالیت می شود و مدام عادت به خوابیدن و تنبلی دارد. همچنین داروهای سکنه مغزی که مصرف می کند سطح هوشیاری و انرژی فرد را کاهش می دهند و احساس خواب آلودگی در فرد ایجاد می کنند.

همچنین با عدم درمان و ماندگار شدن ناتوانی ها، انگیزه افراد به شدت کاهش می یابد و میل به انجام هیچ کاری ندارند. برای ایجاد انگیزه باید مدام به بیمار امیدواری داد و او را در انجام دادن کارها مورد تشویق قرار داد، هر از گاهی برای انجام یکسری کارها نیز باید آنها را ترغیب و مجبور کرد، مثلا برای انجام تمرینات توانبخشی سکنه مغزی و یا برای حرکت کردن باید مدام تذکر داده شود و در اکثر اوقات باید مورد تشویق قرار گرفته شوند.

## درمان اختلالات شناختی و افسردگی بعد از سکنه مغزی

فردی که بعد از سکنه مغزی مراحل بهبودی خود را طی می کند و توسط خانواده و همراهان یاری می شود و همراهان از شرایط وی مطلع هست و بستر مناسب را برای پیشرفت او فراهم کرده اند پس از مدتی از پس این مشکلات روانشناختی بر می آید فرد سکنه مغزی که پیشرفت خود را می بیند انگیزه اش افزایش پیدا میکند، وقتی می تواند راه برود و کارهای شخصی خود را انجام دهد از افسردگی و اضطراب در امان است، وقتی که می تواند با دیگران ارتباط برقرار کند و در اجتماع باشد



به مرور خلق و خوی او تثبیت می شود، وقتی فرد سکنه مغزی در مشغول انجام امور روزمره خود است کم کم حافظه و هوشیاری وی افزایش می یابد. با بهتر شدن شرایط جسمی و عملکردی ، شرایط روحی و روانی نیز بهبود می یابند. برای تحقق این امر نیازمند مشاوره و درمان توسط متخصص دراین زمینه می باشند.