



دانش امروز-۴

راهنمای آموزش بیماری

اسکیزوفرنیا

دکتر یاسمن متقی پور
دکتر مریم طباطبایی مطلق
فیروزه ضرغامی



راهنمای آموزش بیماری

اسکیزوفرنیا

دکتر یاسمن متقی‌پور، دکتر مریم طباطبایی مطلق، فیروزه ضرغامی

ویراستار: معصومه اکبری

طراح جلد: علی بخشی

صفحه‌آرا: هاجر نجف‌زاده

نوبت چاپ: اول، زمستان ۱۳۹۲

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۶۹۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۸۸۵-۱۳-۱

هرگونه بهره‌برداری و نقل از مطالب این کتاب بدون اجازه‌ی کتبی ناشر ممنوع است.

انتشارات گيسا

خیابان ولیعصر، بالاتر از پارک‌وی، ایستگاه محمودیه، جنب بانک ملی،

پلاک ۲۹۸۳، تلفن: ۲۲۱۷۵۷۶۱

Email: gisapublisher@gmail.com

مرکز پخش: انتشارات دوستان: ۶۶۴۰۰۹۸۷



سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور
متقی پور، یاسمن. ۱۳۴۱ -
راهنمای آموزش بیماری اسکیزوفرنیا/ یاسمن
متقی پور، مریم طباطبایی مطلق، فیروزه ضرغامی.
تهران: گیسو، ۱۳۹۲.
۱۳۸ ص.
شابک
۹۷۸-۶۰۰-۶۸۸۵-۱۳-۱
فیبیا
وضعیت فهرست نویسی
موضوع
اسکیزوفرنی -- بیمارارن
طباطبایی مطلق، مریم
شناسه افزوده
ضرغامی، فیروزه
شناسه افزوده
۱۳۹۲، ۲م / ۵۱۴۸۵
رده بندی کنگره
۶۱۶ / ۸۹۸۲
رده بندی دیویی
۳۲۴.۰۰۲ /
شماره کتابشناسی ملی

فهرست مطالب

۹	مقدمه
۱۶	نکات کلی
۱۷	جلسه اول: معارفه اعضای گروه، آشنایی با نحوه کار و طرح مقدمات
۲۷	جلسه دوم: شناخت بیماری
۴۳	جلسه سوم: علت شناسی، شروع و سیر اختلال
۵۷	جلسه چهارم: درمان و پیگیری
۸۵	جلسه پنجم: عود بیماری و جلوگیری از آن
۹۷	جلسه ششم: سازگاری با بیماری
۱۱۵	جلسه هفتم: حل مسئله
۱۲۷	جلسه هشتم: بهبود و مباحث خاص
۱۳۷	منابع

مطالعات آموزش روان‌شناختی^۱ برای بیماران مبتلا به بیماری اسکیزوفرنیا نشان داده است که این آموزش‌ها پذیرش برنامه درمان را بالا می‌برد، میزان بستری مجدد و عود بیماری را کم می‌کند و عملکرد بیماران را بهبود می‌دهد. همچنین رضایتمندی بیماران را از خدمات روان‌پزشکی افزایش می‌دهد (۱). این نظرات در تحقیقات متعدد و راهنمای بالینی^۲ کشورهای غربی برای بیماران مبتلا به بیماری‌های شدید روان‌پزشکی و خانواده آنان منعکس شده است. با وجود این، هنوز چنین خدماتی برای بیماران به‌عنوان روش معمول در خدمات روان‌پزشکی تثبیت نشده است (۲).

آموزش روان‌شناختی برای بیماران و خانواده آنان معمولاً شامل یک مجموعه برنامه درمانی است که یکی از اجزای آن ارائه آموزش به بیمار و خانواده بیماران است (۲).

آموزش روان‌شناختی را برای اولین بار، اندرسون^۱ و همکارانش معرفی کردند که براساس یک روش درمانی رفتاری و شامل چهار جزء اصلی بود: دادن اطلاعات به بیمار درباره بیماری و درمان، آموزش حل مسئله، آموزش مهارت‌های ارتباطی و آموزش مهارت‌های جرئت‌آموزی^۲ (۳).

اهداف کلی آموزش روان‌شناختی شامل این موارد است: توانمندسازی بیماران، کمک به شناخت بیشتر بیماری، افزایش مسئولیت‌پذیری بیمار به عنوان «کارشناس» درقبال بیماری و درمان، بهبود بینش و انطباق با بیماری، آموزش پیشگیری از عود، مدیریت بحران و پیشگیری از خودکشی و جمایت از بخش‌هایی از شخصیت بیمار که درگیر بیماری نشده‌اند (۳).

در ایران برای بیماران مبتلا به بیماری اسکیزوفرنیا، برنامه آموزش روان‌شناختی، که براساس فرهنگ و شرایط و امکانات درمانی ما تهیه و اجرا شده باشد، در دسترس نیست. در نتیجه، ایده نوشتن کتاب راهنمای آموزش بیماری اسکیزوفرنیا با این هدف و به منظور رفع این نیاز شکل گرفت. به همین دلیل، اطلاعات موجود در زمینه بیماری اسکیزوفرنیا و برنامه‌های آموزشی این بیماری بررسی شد. همچنین براساس راهنمای اجرای آموزش روان‌شناختی خانواده بیماران، که در ایران اجرا و ارزیابی و تجربه شده بود، طرح اولیه جلسات آموزش ریخته شد (۴). سپس برنامه آموزشی در مرکز روزانه بیمارستان روزبه برای بیماران اجرا شد. در حین اجرای جلسات بازخورد و نظرات شرکت‌کنندگان و درمانگران، چه از لحاظ محتوا و چه ساختار جلسات، بازبینی و تنظیم شد. نظرات شرکت‌کنندگان و درمانگران در دوره بعدی نیز در مورد نحوه ارائه و زمان‌بندی جلسات آموزش و متناسب بودن مطالب ارائه‌شده دوباره ارزیابی شد و تغییراتی در برنامه آموزشی صورت گرفت. نهایتاً برنامه آموزش اختلال اسکیزوفرنیا برای بیماران در هشت جلسه گنجانده شد.

1. Anderson

2. Assertive training

از دید بیماران شرکت‌کننده در این جلسات، ارتباط درمانی بهتر، امیدواری به مهار بیماری و کاهش احساس درماندگی و تنهایی از مزایای شرکت در این جلسات گزارش شده است.

کتاب راهنمای آموزش بیماری اسکیزوفرنیا شامل هشت جلسه یک تا یک ساعت و نیمه است. مطالب برنامه آموزشی شامل موارد ذیل است که در هشت جلسه عنوان می‌شود:

- ❖ تعریف اختلال اسکیزوفرنیا
- ❖ شناخت علائم سایکوز
- ❖ علت بروز اختلال اسکیزوفرنیا
- ❖ شیوع، سیر و پیامد اختلال اسکیزوفرنیا
- ❖ درمان‌های دارویی و غیردارویی: چرا گاهی دارو مصرف نمی‌کنیم؟
- ❖ علائم هشداردهنده عود و جلوگیری از بازگشت بیماری
- ❖ پذیرش اختلال و راهکارهایی برای سازگاری بیشتر با آن
- ❖ بررسی باورهای درست و نادرست درباره اختلال اسکیزوفرنیا
- ❖ بهبود، مباحث خاص و تنظیم اهداف

نحوه اجرا در تمام جلسات یکسان است؛ به این صورت که هر جلسه با یک مقدمه شروع می‌شود و به دنبال آن به موضوع بحث جلسه پرداخته می‌شود. کار گروهی هر جلسه جداگانه مشخص شده است. هر جلسه با جمع‌بندی و اعلام موضوع بحث جلسه بعد پایان می‌یابد. در شروع هر جلسه، وسایل مورد نیاز برای اداره جلسه و فهرست محتوای جلسه لیست شده است. فرم‌های مورد نیاز هر جلسه در پایان جلسات به‌صورت فرم آموزشی و ضمیمه قرار گرفته‌اند. فرم‌های آموزشی هر جلسه برای مطالعه، در اختیار شرکت‌کنندگان قرار می‌گیرد و مطالب قسمت ضمیمه هر جلسه به‌منظور کار گروهی جلسه استفاده می‌شود.

اداره‌کننده جلسات آموزش می‌تواند روان‌پزشک، روان‌شناس، پرستار، مددکار، کاردرمانگر و یا پزشک عمومی باشد، ولی برای اجرای آموزش روان‌شناختی به بیماران، حتماً باید آموزش‌های مناسب روان‌پزشکی را دیده باشد. حداقل گذراندن دو روز کارگاه آموزش روان‌شناختی بیماران به همراه گرفتن تقظرات^۱ در اجرای دو دوره آموزش بیماران برای داشتن توانایی لازم است. شرکت در جلسات آموزش بیماران به‌عنوان ناظر^۲ نیز می‌تواند به درمانگر برای اجرای بهتر برنامه آموزشی کمک کند.

تعداد بیماران شرکت‌کننده بین هشت تا ده نفر توصیه می‌شود. برنامه آموزش روان‌شناختی بیماران برای جلسات آموزشی گروهی نوشته شده است، ولی در صورت نیاز، درمانگر می‌تواند با اندکی تغییر و تنظیم جلسات را به‌صورت فردی نیز برای بیمار برگزار کند. در اول راهنما به نکات کلی برای اجرای برنامه اشاره شده است. این برنامه آموزشی برای بیماران سرپایی^۳ مبتلا به بیماری اسکیزوفرنیا است.

گفتنی است که کتاب راهنمای آموزش بیماری اختلال دوقطبی نیز با همین ساختار کلی و محتوای مربوط به اختلال دوقطبی در همین انتشارات و هم‌زمان با این کتاب چاپ شده است.

در پایان لازم است از آقای دکتر مهدی تهرانی‌دوست، آقای دکتر ونداد شریفی و خانم دکتر زهرا شهریور، که در راه‌اندازی برنامه‌های آموزشی مرکز روانه بیمارستان روزبه با ما همکاری کردند، تشکر کنیم.

از سرکار خانم معصومه اکبری، ویراستار متن، و سرکار خانم مریم برفی، ناشر کتاب، که همکاری بسیار خوبی با ما کردند و بیماران که بدون شرکت و همکاری‌شان،

-
1. Supervision
 2. Observer
 3. Outpatient

تهیه این کتاب امکان‌پذیر نبود سپاسگزاریم و امیدواریم این راهنما بتواند در جهت بیشتر شدن خدصات روان‌پزشکی در جامعه برای بیماران، مفید واقع شود.

تهران، بهار ۱۳۹۲

1. Xia J, Merinder L, Belgamwar M. Psychoeducation for Schizophrenia. Schizophrenia Bulletin 2010; 37:21-22.
2. Dixon L, McFarlane R, Lefley H, et al. Evidence-based practices for services to familie of people with psychiatric disabilities. Psychiatric Services 2001; 52:903-910.
3. Bauml J, Frobose T, Kraemer S, Rentrop M, Pitschel-Walz G. Psychoeducation: a basic psychotherapeutic intervention for patients with schizophrenia and their families. Schizophrenia Bulletin 2006; 32: S1-S9.

۴. متقی‌پور، ی، راهنمای اجرای جلسات آموزش خانواده (ویرایش چهارم)،

۱۳۸۸.