

عنوان مقاله:

خستگی مزمن، از تشخیص تا تسکین

محل انتشار:

مجله دانشکده پرستاری ارتش، دوره 12، شماره 1 (سال: 1391)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسندگان:

اعظم سجادی - کارشناس ارشد پرستاری، مربی دانشکده پرستاری آجا

قاسم ابوطالبی - کارشناس ارشد پرستاری، گروه پزشکی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل

خلاصه مقاله:

مقدمه: خستگی یک پاسخ مهم و طبیعی به فعالیت زیاد جسمی، استرس روانی طولانی مدت و محرومیت از خواب می باشد، اگر چه می تواند یک علامت غیر اختصاصی از اختلال جسمی یا روانی نیز باشد. خستگی به طور عمیق بر روی بسیاری از جنبه های زندگی فرد تاثیر می گذارد. این نشانه مبهم و ناخوشایند با تاثیر بر توانایی فرد در اجرای فعالیت ها و نقش ها به گونه ای منفی، زندگی فرد را تحت تاثیر قرار می دهد. هدف از این مطالعه، آشنایی با انواع خستگی، اهمیت تشخیص و نحوه تسکین آن می باشد. مواد و روش ها: مقاله حاضر مطالعه ای مروری است که بر اساس داده های موجود در بانک های اطلاعاتی معتبر سال های 2000-2009 تدوین گردیده است. یافته ها: خستگی به عنوان یک یافته شایع در حیطه مراقبت های اولیه و بالینی تلقی می گردد. به طوری که میزان شیوع آن در افراد سالم بین 45-6 درصد و در بیماری های مزمن، به مراتب بالاتر می باشد. برداشت نادرست پرستار از خستگی مددجو، غالباً ناشی از عدم درک و باور نادرست وی از این شکایت ناتوان کننده می باشد و متأسفانه موجب می شود که بررسی و کنترل خستگی مورد غفلت قرار گرفته و در نهایت منجر به اختلال در راحتی و آسایش مددجو گردد. بحث و نتیجه گیری: از نقش های اساسی پرستاری به عنوان مراقبت دهنده، ارتقاء دهنده سلامت، پیشگیری از بیماری، حفظ سلامت و تسهیل مقابله می باشد. چرا که این فعالیت ها، سلامتی را در همه گروه های سنی، در کلیه محیط ها و در دو حالت سلامتی و ناخوشی به حداکثر می رساند. از آنجایی که پرستاران بر اساس استانداردهای حرفه ای خود موظف و متعهد به ارایه مراقب تها با بالاترین کیفیت می باشند، لذا اهمیت توجه بیشتر به این یافته بالینی و روش های تسکینی آن برای ارتقاء کیفیت زندگی مددجویان، باید به طور جدی مد نظر قرار گیرد.

کلمات کلیدی:

پرستاری، خستگی، خستگی مزمن

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/898649>

