



ابوالفضل نسایی / ایران

یک «همراه بیمار» هوشیار چگونه رفتار می کند؟

همراه رنج

گزارش

ترانه بنی یعقوب

گزارش نویسی

اما زخمش دوباره عفونت می کرد. اصلاً بیمارستان خانه اصلی اش شده بود. تا دو سال کارش همین بود رفت و آمد به بیمارستان و خانه. پدر و مادرش را سال‌ها پیش از دست داده و فرزندش هم ندارد. خواهر و برادرهایش هم مشغول‌تر از این بودند که بخواهند همه این مدت را همراه و همپایش باشند. در تمام مدت همسرش کنارش بود و مراحل درمانش را بگیری می کرد. نیما بارها از خودش پرسید اگر او نبود ممکن بود چه بلایی سرش بیاید؟ اگر همسرش نبود که در هر بار بستری کارهایش را انجام دهد اگر او نبود تا دربارہ مشکلاتش بارها و بارها از

پزشکان سؤال کند؟ اگر او نبود که بدود و همپای او غصه بخورد و به صورتی دعوتش کند تا او در نهایت درمان شود. بعد از این ماجرا بارها با همسرش درباره نقش مهم همراه بیمار حرف زد و به خودش قول داد تا در این باره بیشتر با اطرافیانش حرف بزند و همه را از مشکلات و چالش‌های این موضوع مهم آگاه کند.

شما چطور، تا به حال همراه یک بیمار بوده‌اید؟ همراه بیمار در یک بیمارستان؟ یا حتی مطب یک پزشک؟ خیلی‌ها که سالمندی در خانه دارند حتماً تجربه همراهی با بیمار را دارند. درحالی که در بسیاری از



فراموش نکنید، وظیفه پزشک است که درباره بیماری توضیحات کافی به شما بدهد به عنوان همراه بیمار یادتان باشد در همه احوال بیمار هم باید امیدوار به درمان باشد و هم وخامت بیماری را درک کند



معمولاً

کمتر

کسی را

می بینی که

خانواده‌اش

هنگام

بیماری

رهایش کند

و مسأله

اینجاست

چه پزشکان

بخواهند

چه

نخواهند،

اعضای

خانواده

عمدتاً در

بیماری‌های

سخت و

مزمن

نقشی

جدی

دارند. در

حالی که در

بسیاری از

کشورهای

غربی

مؤسسات

متفاوتی،

خدمات

همراهی

بیمار را

انجام

می دهند

کشورهای غربی مؤسسات متفاوتی، خدمات همراهی بیمار را انجام می دهند. در ایران عمدتاً این نقش به عهده اعضای خانواده است. این درحالی است که، جامعه پزشکی نگاه همدلانه‌ای با این مسأله ندارد. در نگاه برخی پزشکان، همراه همواره مزاحمی است که باید بدهیهای را به او توضیح داد، همراه همواره کسی است که احتمال دارد پزشک را مؤاخذه کند، همراه کسی است که می خواهد با سواد پزشکی اندکش از ماجرای درمان سردرپیور، همراه کسی است که در یک کلام مزاحم است. پزشکان و پرستاران اندکی دیده‌ایم که این نگاه را به همراه بیمار ندارند. دقیقاً در همین زمان هم پروسه درمان راحت‌تر پیش می‌رود این برای من هم اتفاق افتاد زمانی که به همسر اعتماد می‌کردند و بخشی از ماجرای درمان را برایش توضیح می‌دادند.

یکی بار یک پزشک به من گفت من پیشگو نیستم من هم مثل تو آدمم و سعی کن فقط آزادانستم استفاده کنی و این حرف تا پایان پروسه درمان در ذهن ماند. البته با توضیح خواستن از پزشک یا خواندن یک متن خوب درباره بیماری کسی که همراهی‌اش می‌کنید به روند درمان آگاه می‌شوید با آگاهی از روند درمان در حقیقت شما می‌توانید به نوعی بر پزشک نظارت کنید، البته که باید به پزشک تان اعتماد کنید. خلاصه اینکه به دانش پزشک اعتماد کنید، اما باور داشته باشید می‌توانید بر لحظه لحظه کار او نظارت کنید همه اینها از شما یک همراه آگاه می‌سازد. البته که کادر درمان معمولاً به شما به چشم همراهانی که دائم آنان را سؤال پیچ می‌کنند نگاه می‌کنند اما اگر آگاه باشید این ذهنیت را تغییر می‌دهید.

دوره شیمی‌درمانی مادرم می‌تواند از مسکن استفاده کند یا نه؟ چه غذایی بخورد؟ در سیستم پزشکی ما همراه بیمار بیشتر حمل‌کننده بیمار تلقی می‌شود درحالی که همراه بیمار تا کسی نیست بلکه همراه بیمار در روند درمان به او کمک می‌کند. همراه بیمار از زندگی و کارش می‌زند و انتظار دارد از روند درمان بیمار آگاه باشد. کمکی که همراه بیمار به او می‌کند، خود بیمار نمی‌تواند به خودش بکند. مثلاً مادر من هر توضیحی درباره بیماری را با شرایطی که دارد اشتباه برداشت می‌کند. همراه بیمار باید در سیستم پزشکی به عنوان کمک‌کننده قلمداد شود. مرضی‌ها در بیماری سخت دائم چشمشان به همراه‌شان است و شاید در این شرایط توقع زیادی از کادر درمان نداشته باشند که همراه بیمار می‌تواند آن را کم کند. باسرمچنین به هزینه‌های همراهی بیمارهم اشاره می‌کند، هزینه‌هایی که برای برخی قابل قبول و پذیرش نیست. همراه وظایف پرستار را انجام می‌دهد و نباید دیگر پول اضافه بدهد. تصور کنید بیمار شما تومور مغزی دارد، کادر درمان به شما اطلاع می‌دهد تزریق فلان آمپول ممکن است جلوی پیشرفت بیماری را بگیرد و همزمان این احتمال وجود دارد که سبب پارگی رگ‌های مغزی و خونریزی مغزی شود. همراه بیمار باید آماده تصمیماتی از این دست باشد.

حالا اگر نقش تان را به عنوان همراه بیمار پذیرفته‌اید و نقش یک همراه درازمدت را دارید یا قرار است در آینده آن را بپذیرید، بد نیست منشور حقوق بیماران را مطالعه کنید. فراموش نکنید، وظیفه پزشک است که درباره بیماری توضیحات کافی به شما بدهد به عنوان همراه بیمار یادتان باشد در همه احوال بیمارهم باید امیدوار به درمان باشد و هم وخامت بیماری را درک کند. درمواقع بسیاری شما در مقام یک همراه هوشیار تصمیم می‌گیرید که بیمار تا چه حد می‌تواند در بیماری خود اطلاع داشته باشد. فراموش نکنید همراه بیمار، مرضی را بهتر از پزشک می‌شناسد. همراه هوشیارهمه اینها را در نظر می‌گیرد.

جدول سودوکو

ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های کوچک ۳ در ۳ یکبار دیده شود

۴۲۷۲

متوسط		
۱	۷	۸
۲	۳	۴
۳	۵	۶
۴	۸	۹
۵	۲	۳
۶	۷	۸
۷	۱	۲
۸	۳	۴
۹	۵	۶
۱۰	۷	۸
۱۱	۹	۱
۱۲	۲	۳
۱۳	۴	۵
۱۴	۶	۷
۱۵	۸	۹

آسان		
۱	۵	۶
۲	۸	۹
۳	۲	۳
۴	۷	۸
۵	۱	۲
۶	۳	۴
۷	۵	۶
۸	۷	۸
۹	۹	۱
۱۰	۲	۳
۱۱	۴	۵
۱۲	۶	۷
۱۳	۸	۹
۱۴	۱	۲
۱۵	۳	۴

سخت		
۱	۳	۴
۲	۵	۶
۳	۸	۹
۴	۱	۲
۵	۳	۴
۶	۷	۸
۷	۹	۱
۸	۲	۳
۹	۴	۵
۱۰	۶	۷
۱۱	۸	۹
۱۲	۱	۲
۱۳	۳	۴
۱۴	۵	۶
۱۵	۷	۸

حل جدول سودوکو شماره ۴۲۷۲

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵

یک جدول با دو شرح

جدول روزنامه ایران دارای دو «شرح عادی و ویژه» است. در صورت تمایل به حل دو شرح ابتدا یکی از شرح‌ها را با مداد حل کرده و سپس با پاک کردن جواب شرح اول، به حل شرح دوم بپردازید.

۸۲۴۱

جدول عمودی	
۱	۱۱- با پریدن آن برق می‌رود - خیانت در آن نارواست - آتش
۲	۱۲- نام دخترانه - یکی از غذاهای اصیل ایرانی -
۳	۱۳- مخلوط ساختمانی - تنگه معروف - تر و تازه
۴	۱۴- شهر پرجمعیت «چین» - مسرت - بزرگترین هیولای تاریخ
۵	۱۵- ستاره سریال «آقای روبات» - یاری خواستن

جدول عمودی	
۱	۱- بازیگر مجموعه نمایشی در حال پخش «هشت بهشت» - خدمتگزار یک مؤسسه مذهبی
۲	۲- غواص - خانم، خاتون - جمع جزء
۳	۳- نگهبان - کنایه و رمز - بلندترین جانور روی زمین
۴	۴- تا نگریذ طفل کی نوشد؟ - دوراندیش - چهره - کمان
۵	۵- اصل وژژاد - ناسزا - نوعی شلوار
۶	۶- پایه - جنب و آغوش - سند ضامن
۷	۷- زنگ - انجمنی از بزرگان علم و ادب - شبه جزیره‌ای میان دریای مدیترانه و دریای سرخ
۸	۸- بلند قامت - یار هوی! - سخن چین، بدگو
۹	۹- کج و خمیده - حرص و طمع - پرش عصبی عضلات
۱۰	۱۰- سخت و محکم - شایورد - بله شیرازی
۱۱	۱۱- گفت‌وگو - صندلی دندانبی‌شکی - گیاه پیچنده
۱۲	۱۲- از نقص‌های اتومبیل - تنها - درمان - فلز چهره!
۱۳	۱۳- واحد پول «فنلاند» - گروه - منزه و تبره شده
۱۴	۱۴- مخفی شدن به قصد شکار - ستاره کم‌پیدا - چرخ چاه
۱۵	۱۵- بن‌بزه‌زن - ایده‌آلیسم

جدول افقی	
۱	۱- بوم‌شناسی - کوه قم
۲	۲- فقیر - پول «روسیه» - ناسپاسی
۳	۳- کهن - با حمایت - قطره‌های یخ‌بسته باران
۴	۴- شیوه، راه - جنبش - خوشحالی - واژه درد یا شگفتی
۵	۵- آقای آلمانی - چوب‌فرش - از توابع کرمانشاه
۶	۶- ترس مرضی - کلمه دعایی به معنی باشد - رئیس جیمز باند
۷	۷- ملعون کریلا - شاهزاده عصر اسکندر - فدراسیون جهانی اسکی
۸	۸- لایب - شهر «آلمان» - درودگری
۹	۹- اما - نظری - تکاور
۱۰	۱۰- آب در لغت محلی - فیلسوف فرانسوی - کاخ تاریخی