DOI 10.11603/2411-1597.2024.1.14670
УДК 616.89

РОЛЬ МЕДСЕСТРИ В ПРОЦЕСІ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ ТА ПОКРАЩЕННІ ЯКОСТІ ЇХ ЖИТТЯ

І. Л. Остапів

Тернопільський національний медичний університет імені І. Я. Горбачевського МОЗ України

Вступ. Роль медсестри в процесі соціальної адаптації пацієнтів, особливо в галузі психіатрії, надзвичайно важлива, оскільки надання підтримки та допомоги має вирішальне значення для поліпшення якості їх життя. Особливий акцент роблять на ролі медсестри в дитячій психіатрії, оскільки важливо створити умови для психологічного комфорту і соціальної адаптації, розвивати навички емоційного керування та спілкування в дітей для їх благополуччя і розвитку.

Мета роботи – дослідити і висвітлити роль медсестри у процесі соціальної адаптації пацієнтів та покращенні якості їх життя.

Основна частина. У статті розглянуто важливість соціальної адаптації пацієнтів у медичних установах, зокрема в дитячій психіатрії, та роль медсестри в цьому процесі. Основні аспекти її роботи включають надання психологічної допомоги, підтримку сімейного середовища, корекцію сну та харчування, зменшення стресу і тривоги, підвищення самооцінки та соціальної інтеграції, а також застосування терапевтичних методик для виявлення і розв'язання емоційних та психологічних проблем у дітей. Крім того, медсестра в дитячій психіатрії відіграє значну роль у відстеженні психічного стану пацієнтів та реагуванні на зміни в їх стані. Вона повинна бути особливо уважною до симптомів депресії, тривоги або агресивності, щоб своєчасно надати необхідну допомогу та підтримку. Також важливо пам'ятати, що ефективна співпраця між медсестрами та іншими членами медичного персоналу є ключовою для забезпечення повного спектра догляду та лікування для дітей-пацієнтів у психіатричних установах. Це включає в себе обмін інформацією про стан пацієнтів, координацію процесу лікування та спільне розроблення індивідуальних планів догляду для кожного хворого.

Висновки. Медсестра в психіатрії, особливо в роботі з дітьми, не тільки надає медичну допомогу, але й забезпечує психологічну підтримку та сприяє соціальній адаптації. Вона відіграє ключову роль у створенні позитивного емоційного середовища та забезпечує особистісне зростання і благополуччя дітей, формуючи комплексний підхід, який включає в себе медичне лікування та психологічну підтримку.

Ключові слова: медсестра; соціальна адаптація; сім'я; якість життя; психологічна підтримка; терапія.

THE ROLE OF A NURSE IN THE PROCESS OF SOCIAL ADAPTATION OF PATIENTS AND IMPROVEMENT OF THEIR QUALITY OF LIFE

I. L. Ostapiv

I. Horbachevsky Ternopil National Medical University

Introduction. The role of a nurse in the social adaptation of patients, especially in the field of psychiatry, is extremely important as providing support and assistance is crucial for improving their quality of life. Special emphasis is placed on the role of a nurse in child psychiatry, where creating conditions for psychological comfort and social adaptation, developing emotional management skills, and communication in children are vital for their well-being and development.

The aim of this study – to investigate and highlight the role of the medical nurse in the process of patients' social adaptation and improvement of their quality of life.

The main part. The article discusses the importance of social adaptation of patients in medical institutions, particularly in child psychiatry, and the role of a nurse in this process. The main aspects of nurses' work include providing psychological assistance, support for the family environment, sleep and nutrition correction, stress and anxiety reduction, enhancement of self-esteem and social integration, as well as the application of therapeutic techniques to identify and overcome emotional and psychological problems in children. Additionally, nurses in child psychiatry play a significant role in monitoring the mental state of patients and

© І. Л. Остапів, 2024

responding to changes in their condition. They must be particularly attentive to symptoms of depression, anxiety, or aggression in order to provide necessary assistance and support promptly. It is also important to remember that effective collaboration between nurses and other members of the medical staff is crucial for ensuring a comprehensive spectrum of care and treatment for pediatric patients in psychiatric facilities. This includes exchanging information about patients' conditions, coordinating the treatment process, and jointly developing individual care plans for each patient.

Conclusions. A nurse in psychiatry, especially in working with children, not only provides medical assistance but also ensures psychological support and promotes social adaptation. The nurse plays a key role in creating a positive emotional environment and ensures the psychological growth and well-being of children by providing a comprehensive approach that includes medical treatment and psychological support.

Key words: medical nurse; social adaptation; family; quality of life; psychological support; therapy.

Вступ. Медсестра відіграє важливу роль у процесі соціальної адаптації пацієнтів та покращенні якості їх життя, особливо при тривалому лікуванні й реабілітації. Ця роль полягає в наданні необхідної медичної допомоги та підтримки, а також у сприянні психологічному комфорту пацієнтів, що є особливо важливим у психіатрії [1].

Медсестринську допомогу в психіатрії необхідно надавати організовано та згідно з певною системою [2].

Головна мета медсестри – допомогти хворим подолати їх проблеми та, якщо можливо, навіть запобігти їх виникненню [1]. Особливо це стосується медичного персоналу, який працює з дітьми. У дітей, на відміну від дорослих, малий життєвий досвід, а отже, менше навичок і можливостей попередити, а після виникнення вирішити всі негаразди і проблеми, самостійно знайти вихід зі складних ситуацій, в які вони раніше не потрапляли. У зв'язку з цим, у вразливих та особливо чуттєвих дітей виникають психологічні розлади, які призводять до негативного розвитку особистості та соціально-психологічної адаптації.

Процес соціальної адаптації дитини передбачає набуття навичок та якостей, необхідних для життєдіяльності. Соціальна адаптація є важливим аспектом розвитку і благополуччя. Діти повинні навчитися керувати своїми емоціями та поведінкою, ефективно спілкуватися і взаємодіяти з іншими, відчувати себе впевненими та мотивованими.

Мета роботи – дослідити і висвітлити роль медсестри у процесі соціальної адаптації пацієнтів та покращенні якості їх життя.

Основна частина. Під час роботи сестринський медперсонал постійну увагу, крім виконання призначень лікаря, приділяє соціальній адаптації пацієнтів.

Насамперед психологічну допомогу необхідно спрямовувати на формування в дітей відчуття безпеки, спокою і надії. Це передбачає вислуховування їх думок, зміцнення віри в їх можливість допомогти собі, підтримку зв'язку з рідними, близькими та іншими людьми. Важливо, щоб діти відчували, що вони потрібні, затребувані й мають безліч позитивних якостей.

Дитину не можна розглядати окремо від сім'ї. Сімейне середовище впливає на психологічний стан та розвиток дітей [3]. Цей вплив буває як позитивним, сприяючи здоровому розвитку, так і негативним, зумовлюючи психологічні проблеми. Необхідно консультувати батьків та опікунів з метою підтримки дітей і встановлення гармонійних відносин у родині.

Пацієнти, які мають ознаки порушення сну і харчування, страждають від тривоги, депресії, агресії, суїцидальних думок, потребують медсестринської допомоги в покращенні емоційного та фізичного стану [1, 4].

Перед медсестрами постають такі основні завдання, як нормалізація сну і харчування, зменшення рівня агресивності, тривожності, настороженості й конфліктності, подолання травматичного досвіду та відчуженості. Також свої зусилля вони повинні спрямовувати на покращення комунікації та самооцінки пацієнтів, їх соціальну інтеграцію. Медикаментозну та психологічну терапію потрібно поєднувати з фізичними вправами і корекцією способу життя для досягнення цих цілей.

Окрім того, потрібно проводити заняття з дітьми, як індивідуально, так і в групах, де вони отримуватимуть позитивний зворотний зв'язок. Це сприяє покращенню комунікаційних навичок, підвищенню самооцінки та соціальній інтеграції пацієнтів.

При роботі з дітьми медсестри повинні насамперед встановити довірливі відносини з ними. Це допоможе пацієнтам відчувати себе більш комфортно та відкрито розмовляти про свої почуття і думки.

Для зменшення напруги дітям потрібні прогулянки на свіжому повітрі, музичні заняття, участь у проведенні свят, групові ігри, участь у спортивних іграх на свіжому повітрі та спортивній залі.

Прогулянки на свіжому повітрі дозволяють дітям відволіктися від щоденних звичайних справ. Сонце, свіже повітря, фізична активність сприяють покращенню настрою та загального самопочуття [5].

Музика має великий вплив на емоційний стан людини. Вона може викликати радість, заспокоїти, розслабити або покращити настрій.

Участь у проведенні свят та групових іграх сприяє побудові дружніх відносин між дітьми. Ці заходи допомагають створити атмосферу радості та позитиву в колективі.

Спортивні ігри сприяють зменшенню стресу та збільшенню енергії [1, 4, 5].

При появі страху в дітей медсестра повинна допомогти їм відчути фізичну та психологічну безпеку. Вона заохочує пацієнтів висловлювати свої переживання вголос і розмірковувати, що можна змінити, а що не можна. Якщо дитина була учасником або свідком надзвичайної події, необхідно допомогти їй зрозуміти, що надзвичайна подія закінчилась і не становить більше загрози [1, 4].

Для підвищення самооцінки потрібно запропонувати дитині зробити письмовий перелік позитивних і негативних рис своєї особистості. Це допоможе їй побачити свої сильні та слабкі сторони і розробити план для покращення самооцінки [4].

Важливо навчити дітей вести Щоденник вдячності. Це методика, що базується на ідеї фокусування на позитивних аспектах життя.

У щоденнику дитина робить нотатки про добрі справи та позитивні моменти, які відбулися протягом дня. Через деякий час, наприклад тиждень чи місяць, вона перечитує свої записи. Цей процес дає дитині змогу побачити, що навіть у важкі часи в її житті є багато позитивних речей. Важливо, щоб записи були конкретними та відображали реальні події.

За допомогою Щоденника вдячності діти вчаться цінувати та пам'ятати позитивні моменти. Це сприяє зменшенню стресу та негативного сприйняття життя. Дитина також розвиває впевненість у собі, бачить, що вона здатна на добрі справи.

Для зменшення тривоги дітям пропонують ізотерапію, пісочну терапію.

За допомогою малюнків діти можуть показати свої страхи та тривогу, які важко виразити у висловлюваннях. Ізотерапія сприяє вираженню емоцій, допомагає виявити та подолати проблеми.

Пісочна терапія є засобом для вираження емоцій, внутрішніх конфліктів та психологічних проблем, допомагає зняти внутрішню напругу. Діти можуть через гру з піском виражати свої почуття та думки, які зазвичай важко виразити словами.

У боротьбі з безсонням потрібно навчити дитину дотримуватись режиму сну [1, 4, 5]. Це передбачає встановлення постійного часу для лягання спати та прокидання вранці. Зміна часу сну може призвести до його розладу та безсоння.

Для полегшення засинання потрібно навчити дитину використовувати методи релаксації [5]. Спокійна музика, звуки природи або аудіокниги можуть створити релаксуючу атмосферу перед сном. Також слід навчити користуватися прийомами дихання для розслаблення перед сном [5].

Теплий душ або ванна також може допомогти дитині розслабитися перед сном. Тепла вода впливає на зниження напруги та сприяє релаксації м'язів, що допомагає легше заснути.

Ці методи допомагають створити сприятливі умови для сну та забезпечити дітям можливість відпочити і відновити своє фізичне та психічне здоров'я. Медсестра повинна дбати про здоровий сон як важливий аспект у процесі лікування.

Релаксаційні вправи можуть бути корисними для дітей, особливо тих, хто переживає стрес чи тривожність. Вони допомагають створити позитивний внутрішній образ і знизити рівень напруги, сприяючи психологічному комфорту та здоров'ю.

Порушення харчування може стати серйозною проблемою, з якою стикаються діти.

Важливим аспектом психологічної допомоги є сприйняття та реакція медсестри на порушення харчування. Замість засудження поведінки дитини вона повинна зрозуміти причини цих порушень та допомогти сформувати нове ставлення до себе і свого тіла. Психологічну допомогу необхідно спрямувати на розвиток упевненості в собі та позитивного ставлення до здорового харчування. Медсестра також допомагає скорегувати кількість, частоту прийомів їжі та її калорійність, проте робити це потрібно обережно і ненав'язливо [4].

У разі суїцидальної поведінки дітей медсестра пильно стежить за висловлюваннями, поведінкою та фоном настрою. Важливо з'ясувати, чи є в дитини думки про суїцид, їх причини та наявність плану дій,

як здійснити суїцид. Відповідно до отриманих відповідей, медсестра сприяє пошуку альтернативних варіантів розв'язання проблеми та акцентує увагу на тому, що дитина не сама у своїх труднощах. Переконує, що вона може розраховувати на підтримку та допомогу [1, 4, 5].

Психологічна підтримка при суїцидальній поведінці полягає в сприянні формуванню позитивного ставлення, пошуку альтернативних шляхів і створенні відчуття підтримки та безпеки.

Висновки. Завдання медсестри в психіатрії полягає не лише у лікуванні, але й у підтримці та сприянні психологічному здоров'ю і соціальній адаптації пацієнтів, особливо дітей. Вона відіграє ключову роль у створенні позитивного емоційного середовища та забезпечує особистісне зростання і благополуччя дітей, які потребують особливої уваги та підтримки.

Загалом робота з дітьми – це комплексний підхід, який включає в себе не лише медичне лікування, але і психологічну підтримку та розвиток. Він допомагає дітям подолати труднощі та розвиватися фізично й емоційно.

REFERENCES

1. Chaban, O. (2001). *Medsetrynstvo v psykhiatrii [Nursing in Psychiatry].* Ternopil: Ukrmedknyha. ISBN 966-7364-68-2 [in Ukrainian].

2. Beemmel, M.V., Keukens, R., & Pen, A.A. (2002). *Concise Handbook of Mental Health Nursing*. Neimeden.

3. Ilnytska, T. (2016). Perspektyvy u haluzi dytiachoi i pidlitkovoi psykhiatrii [Perspectives in the Field of Child and Adolescent Psychiatry]. NeuroNEWS, 5(79), 6-12. Retrieved from: https://neuronews.com.ua/uploads/issues/2016/5(79)/nn16-5_06-12_141c1bffd679cc23926083cc4514b57e.pdf [in Ukrainian].

4. Maruta, N. (2013). *Psykhiatriia : navch. posib [Psychiatry: A Textbook].* Kyiv, VSV "Medicine". ISBN: 978-617-505-704-9 [in Ukrainian].

5. World Health Organization, Regional Office for Europe (2019). mhGAP Intervention Guide for Mental, Neurological and Substance Use Disorders in Non-Specialized Health Settings Copenhagen. ISBN 978-966-8843-31-0. Retrieved from: https://apps.who.int/iris/handle/10665/334239.

Отримано 16.01.2024