



الجمعية السعودية للرعاية التلطيفية
Saudi Society of Palliative Care



م. شرق جدة
East Jeddah Hosp



مبادئ الرعاية التلطيفية

إعداد

د. إلهام حامد غباشي

استشارية طب الأسرة والطب التلطيفي بمستشفى شرق جدة
قائد مسار الرعاية التلطيفية بتجمع جدة الصحي الأول

شكر وتقدير

شكراً لكل من ساهم في إعداد وكتابة ومراجعة هذا الكُتيب المختصر عن الرعاية التلطيفية ورعاية نهاية العمر .
نسأل الله جل وعلى أن يجعل هذا النشر بداية لتعزيز الوعي الصحي المجتمعي لأعضاء الفريق الطبي والمستفيدين من المرضى وذويهم حول مفهوم الرعاية التلطيفية والخدمات المقدمة من خلالها تماشياً مع رؤية مملكتنا الحبيبة 2030 في تقديم خدمه بأعلى مستوى من الجودة .

د. إهام حامد غباشي

استشارية طب الأسرة والطب التلطيفي

المشاركون في التأليف

د. عبدالله علي الشهري

د. يحي الزهراني

أ.منى الصومالي

أ. عبد الرحمن الشهري

أ. ابتهاج محمد شبرق

أ.فاطمة الهندي

أ. سلطان الكثيري

أ. سارة أبو السعود

أ.فاطمة داود

مراجعته

د سامي عايد الشمري

رئيس مجلس ادارة الجمعية السعودية للرعاية التلطيفية

قائد مسار الطب التلطيفي في شركه الصحه القابضة

مقدمة

في عام 1967م أوجدت الممرضة سيسيلي سوندرز العناية التلطيفية عند نهاية الحياة وكانت المسؤولة عن تأسيس منهج الرعاية التلطيفية.

الرعاية التلطيفية هي كلمة مأخوذة من الكلمة اللاتينية (Palliare) والتي تعني التغطية، وهي واحدة من مجالات الرعاية الطبية التي تركز على تخفيف المعاناة لدى المرضى وتتمحور حول نوعية الحياة بغض النظر عن المدة المتبقية منها، من خلال أن تتقبل نهاية الحياة بنفس الطريقة التي تتقبل بها الأمور الأخرى في الحياة وذلك باكتشاف نقاط القوى لدى المريض وتبلورها مع الإمكانيات المختلفة المتوفرة له في تلك المرحلة.

دور الجمعية السعودية للرعاية التلطيفية

من خلال الجمعية السعودية للرعاية التلطيفية الى تهدف التي إدخال الطب التلطيفي في مجتمعنا في السياق الصحيح وتوحيد جهود المتخصصين في الطب التلطيفي لتحسين الخدمات المتاحة للمرضى في كل مراحل المرض بما في ذلك المرضى الذين يخضعون للعلاج من الأمراض التي يمكن الشفاء منها.

ونسبة لهذا الاهتمام بالرعاية التلطيفية فلا بد من تعزيز الوعي الصحي المجتمعي بها من خلال تعريفها وأسسها وصور تقديمها وجوانبها المختلفة، ساعين بأن نشارك في التخفيف عن المرضى ورفع جودة حياتهم من خلال سلسلة من الكُتبيات التوعوية.

مسار الرعاية التلطيفية بتجمع جدة الصحي الأول بمستشفى شرق جدة

رؤيتنا

إن نكون من رواد مراكز الرعاية التلطيفية عالية الجودة داعمة للمستفيدين من الخدمة بنظام الرعاية الصحية الحديث.

رسالتنا

توحيد جهود المختصين في الطب التلطيفي لتحسين الخدمات المتاحة للمرضى وذويهم .

قيمنا

التعاون
النزاهة
الجودة
الإخلاص
الكرامة



مشروع التحول الوطني الصحي في المملكة العربية السعودية

الرعاية التلطيفية هي أحد المسارات الستة لنموذج الرعاية الصحية الحديثة في برنامج التحول الصحي المؤسسي التي تتمحور حول المريض وذويه



مدى الحاجة للرعاية التلطيفية على مستوى العالم

40
Million

* تشير التقديرات إلى أن 40 مليون شخص يحتاجون سنوياً إلى الرعاية التلطيفية؛ وأن 78% من هؤلاء يعيشون في البلدان المنخفضة الدخل والمتوسطة الدخل.

86%
Disenfranchised

* على الصعيد العالمي، لا يحصل على الرعاية التلطيفية في الوقت الحالي سوى 14% من الأشخاص الذين يحتاجون إليها.



Palliative Care

* ستستمر الحاجة إلى الرعاية التلطيفية في التزايد على الصعيد العالمي نتيجة لشيخوخة السكان وتزايد عبء الأمراض غير السارية وبعض الأمراض السارية.

مفهوم الرعاية التلطيفية

عرفت منظمة الصحة العالمية الرعاية التلطيفية بما يلي:
هي نهج يعمل على تحسين جودة حياة المرضى (البالغين والأطفال) وأسرهم الذين يواجهون المشاكل المصاحبة للأمراض المستعصية المهددة للحياة، من خلال تخفيف المعاناة عن طريق التشخيص المبكر للآلام ومن ثم علاجها وكذلك التعرف على المسببات الأخرى لعدم الراحة والتي قد تكون جسدية بسبب المرض أو العلاجات المستخدمة (كالعلاج الكيماوي مثلاً) أو المشاكل النفسية والاجتماعية و الروحية .



لمن تقدم الرعاية التلطيفية ؟

تُقدم الرعاية التلطيفية خلال جميع مراحل المرض لأي شخص مصاب بأي مرض مستعصي يُهدد حياته، كما تخدم كل الفئات العمرية حتى الأطفال.
أمثلة على هذه الأمراض :



الفشل الكلوي



أمراض الرئة
المستعصية



أمراض القلب
المزمنة



السرطان



الخرف



الزهايمر



نقص المناعة
المكتسب



المرحلة النهائية
من مرض الكبد



رعاية الأمهات قبل الولادة
في حال ثبوت تشخيص
الجنين باعتلال خلقي



مرض باركنسون



السكتة الدماغية



اضطرابات نخاع العظم
والدم التي تحتاج إلى
زراعة الخلايا الجذعية

الأطفال المصابين بأمراض الجهاز العصبي، والمتلازمات الوراثية، وبعض الأمراض الاستقلابية، وبعض مرضى القلب، ومرضى أقسام العناية المركزة، والخدج، وغيرهم.



خدمات الرعاية التلطيفية



1. تقديم المشورة للمرضى الذين لا يزالون تحت العلاج بالتعاون مع الفريق الطبي المعالج للمريض.

2. تفعيل مهارات التواصل الفعال مع المرضى وذويهم:

* مشاركته مشاعرة ومساعدته في تحقيق أهدافه وحسن الاستماع له .



* استعمال تقنية الأسئلة المفتوحة والمغلقة وابدأ بالمفتوحة لتصل إلى المغلقة.

* شجع استجابة المريض اللفظية وغير اللفظية، مثل: التشجيع، الصمت، الإعادة، صياغة العبارة بألفاظ أخرى، التفسير، كلمنى اكثر...)
• اظهر التعاطف .



3. تقييم القدرات الوظيفية وتمكين المرضى من القيام بأعمالهم اليومية والاعتماد على أنفسهم قدر المستطاع وتحسين جودة الحياة.

4. الخطوات العشر للاجتماع مع المرضى وذويهم:



5. إدارة الأعراض لتخفيفها والحد منها مثل:



الإمساك



الغثيان أو القيء



الألم



الاكتئاب أو الحزن



الإرهاق أو التعب العام



صعوبة في التنفس



علاج المشاكل
الطبية الأخرى
بحسب حالة المريض



صعوبة في النوم



القلق أو التوتر العصبي

6. الدعم والمشورة في مختلف مجالات الحياة من خلال فريق طبي متعدد التخصصات: للمواقف الصعبة والقرارات التي يواجهها المريض وأسرته عند التعرض لمرض خطير أو الاقتراب من نهاية الحياة.

7. تقنيات الرعاية التي تعمل على تحسين الراحة والشعور بالعافية: وقد تشمل تقنيات التنفس، أو لمسة الشفاء، أو التصور، أو الاستماع لما يفضل المريض.

8. تخطيط الرعاية المتقدمة من خلال عيش المريض بكرامة واحترام رغباته وقراراته ومساعدته في كتابة الوصية العلاجية والتوجيه المسبق وتفويض الرعاية الصحية.

9. الإحالات: بعض المرضى يحتاجوا إلى إحالاتهم لأخصائيين في طب الألم أو الطب التكاملي.

10. التنويم العاجل أو في المنزل (الهوسبس).

11. معظم المرضى يرغبون في أن يستكمل علاجهم في منازلهم محاطين بالأهل والأحباب من خلال الرعاية المنزلية.

12. دعم مقدم الرعاية الأساسي لمرضى الرعاية التلطيفية.

13. مواساة ودعم الاسرة بعد الفقد.



أماكن تقديم الرعاية التلطيفية



آلية الوصول لخدمات الرعاية التلطيفية

1 التحويل عن طريق العيادات الخارجية أو أقسام الطوارئ في المستشفيات أو من خارج المملكة

2 يقيم فريق الطب التلطيفي الحالة

3 يتم عمل الخطة العلاجية بإشراف الاستشاريين ومن ثم مناقشتها مع المريض وأهله

4 التحويل عن طريق العيادات الخارجية أو أقسام يتم عمل الخطة الملاحية بإشراف الاستشاريين ومن ثم مناقشتها مع المريض وأهله :
يتم الاتفاق على الخطة العلاجية وإعطاء المريض وأهله خيار المكان المناسب لتلك المرحلة، والذي يتضمن الخيارات التالية:
* الذهاب للمنزل مع العلاج ومتابعة الطب التلطيفي المنزلي.
* الذهاب للمنزل مع العلاج ومتابعة الطب التلطيفي في مراكز الرعاية الأولية.

فوائد الرعاية التلطيفية

إنّ توفير الرعاية التلطيفية بشكل مبكر للأمراض المستعصية يقلل من عدد حالات دخول المستشفى غير الضرورية واستخدام الخدمات الصحية، وبالتالي تقلل إلى حد كبير من التكلفة المالية للرعاية الصحية لهؤلاء المرضى



دور فريق الرعاية التلطيفية



* دور افراد الاسرة :

إعطاء زمام السيطرة على الموقف للمريض وعائلته،
وتشجيعهم للعمل معا مع فريق الرعاية التلطيفية .



* دور الطبيب :

* قيادة الفريق المتعدد التخصصات لتقديم خطة
مستقبلية ذات رعاية شاملة لتخفيف المعاناة في كل
مجالات الحياة لتلبي احتياجات المرضى وعائلاتهم.
* تشخيص أسباب الأعراض الجسدية كالآلم وغيره
والأعراض غير الجسدية ومعالجتها بالعلاجات الدوائية
أو غيرها من العلاجات الموجهة لمعالجة الأمراض.

* دور التمريض في الرعاية التلطيفية :

يسعى الطاقم التمريضي في الطب التلطيفي لتقديم أعلى مساهمة في الخدمات السريرية المقدمة للمرضى من خلال تقديم رعاية تمريضية متكاملة ضمن نهج علاجي شامل يعنى بصحة الفرد سواء كانت جسدية أو نفسية أو روحية



* دور الاخصائي النفسي:

تقدم الخدمة للمرضي وذويهم

1. التقييم النفسي (دراسة الحالة):

المعلومات الأولية - شكوى المريض- الخطة العلاجية
والتوصيات

2. العلاج النفسي بأنواعه:

يقام على عدة جلسات على سبيل المثال العلاج
السلوكي المعرفي

3. الاختبارات والمقاييس النفسية:

مقاييس الحالة المزاجية - مقاييس الشخصية اختبارات
الحالة العضوية للدماغ - اختبارات الذكاء

4. الدعم النفسي والدافعية نحو العلاج

* دور المرشد الديني:

المساعدة على تحسين صحة المريض:

1. بالدعم الديني والروحي

2. تأمين الاحتياجات الدينية الشرعية

3. الإرشاد وتوضيح الأحكام الشرعية



* دور أخصائي الصيدلة السريرية:

1. تقييم مدى ملائمة الدواء لحالة المريض.
2. تحديد أفضل الحلول العلاجية الدوائية عن طريق الفم أو الوريد أو لصقات توضع على الجلد.
3. ضمان توفر الدواء الفعال في الوقت المناسب للمريض.
4. تقديم المشورة الدوائية لفريق الرعاية التلطيفية والتثقيف والتأكد من أن المرضى ومقدمي الرعاية يفهمون ويلتزمون بالتوجيهات المقدمة مع الأدوية.
5. توفير آلية فعالة لتحضير الأدوية غير المتوفرة في أشكال صيدلانية تناسب طريقة استخدام هؤلاء المرضى.
6. ضمان التخلص الآمن والقانوني من جميع الأدوية بعد وفاة المريض والحفاظ على اتصال فعال ومستمر مع الهيئات التنظيمية بهذا الخصوص.



* دور الأخصائي الاجتماعي:

موجودين لأجلك ولأجل أسرتك لكي ندعم. نساند.
نخفف. نوجه من خلال:

1. دراسة الحالة اجتماعياً وتشخيص المرض.
2. تحسين نوعية الحياة، والتأثير الإيجابي على مسار المرض.
3. الدعم الاجتماعي النفسي والروحي لتخفيف حدة التوتر والقلق لدى بعض المرضى وأسرهم
4. العمل على تخطي العوائق والمشكلات الاقتصادية للمرضى بالتعاون مع المؤسسات الخدمية بالمجتمع.
5. تقديم نظام الدعم والمساعدة للمرضى والأسرة للتعامل مع حالة الفاجعة .



* دور أخصائيي العلاج الطبيعي والوظيفي:

• استخدام الطرق الطبيعية غير الدوائية ولا جراحية لتخفيف المعاناة الجسدية للمريض مثل: التمارين على قدر استطاعة المريض، الموجات الصوتية، الترددات الكهربائية وغيرها.

• مساعدة المريض للاعتماد على نفسه قدر المستطاع وتحسين جودة حياته.

• تثقيف افراد الاسرة حول كيفية التعامل مع المريض غير المعتمد على نفسه.



* دور أخصائي التغذية السريرية:

تحسين جودة حياة المريض وتقييم حالته التغذوية بشكل مستمر من خلال:

1. وضع خطة تغذوية علاجية تشمل احتياجه الكامل من العناصر المهمة باستخدام المكملات الغذائية عن طريق الفم أو أنبوب التغذية أو التغذية الوريدية.

2. التحكم في الأعراض والمشاكل المصاحبة للمرض والمتعلقة بالتغذية.

3. الدعم الغذائي من خلال تقديم المشورة التغذوية الخاصة لكل مريض.



دور فريق الرعاية المنزلية

1. يقيم فريق الرعاية التلطيفية المتعدد التخصصات الحالة في المنزل في فترة أقصاها 72 ساعة من خروج المريض من المستشفى.
2. علاج الأعراض كالآلم وضيق التنفس.
3. الدعم النفسي والاجتماعي للمريض وأسرته في المنزل .
4. النقل الاسعافي للمرضى .
5. مواساة ودعم الأسرة بعد الفقد .



ما هو الفرق بين الرعاية التلطيفية ورعاية نهاية العمر (الهوسبس)

الرعاية التلطيفية

التعامل مع أعراض الأمراض التي
تحد من تمتع مريض الرعاية
اللطيفية بجودة حياة مناسبة



الرعاية المريحة

تخفيف المعاناة الجسدية

والنفسية والاجتماعية والروحية

رعاية نهاية العمر (الهوسبس)

التعامل ومعالجة الاعراض لمرضى
الرعاية التلطيفية بشكل يركز على راحة
المريض وخدمته في الستة شهور
الأخيرة من عمره



البرامج المساندة في الرعاية التلطيفية

1 . برنامج التمريض التلطيفي

هو برنامج تدريبي شامل يهدف الممارسين الصحيين من فئة التمريض لإعدادهم ليصبحوا متمتعون بمعرفة وكفاءة ومهارة عالية للتعامل مع حالات الامراض المستعصية والتي لا يرجى شفاءها و تقديم الدعم للمرضى وذويهم من الناحية الجسدية والنفسية والاجتماعية والروحية.



2 . برنامج مرافقي مرضي الرعاية التلطيفية:

هو برنامج يهدف لتدريب مقدم الرعاية الأساسي:

1. لتوفير الرعاية اللازمة للمرضى الذين يعانون من أمراض مزمنة لمدة تتراوح من عدة أشهر إلى سنوات من خلال توجيههم وتدريبهم على الأدوار والمهام والمهارات للتعامل مع المرضى لتقليل المعاناة وتحسين نوعية الحياة.



2. توفير المساندة العملية المستمرة والمحافظة من التأثيرات السلبية والإيجابية في الصحة العقلية أو في جودة حياة مقدم الرعاية الأساسي.

3. برنامج الفقد والمواساة:

• هو برنامج إرشادي يهدف لتقديم خدمات عن آلية التعامل مع الفقد او الأسى لمقدمي الرعاية للمرضى الذين تمت معالجتهم في قسم الرعاية التلطيفية بالتعاون مع فريق متعدد التخصصات.



• يستمر تقديم هذه الخدمة للعائلة منذ وفاة المريض وحتى مرور سنة كاملة بزيارات دورية مجدولة (حسب ما تتطلب الحالة).

الخاتمة

الرعاية التلطيفية لا تتعلق بمدى العمر ...
لكن تتعلق بكيفية العيش بشكل جيد .



الفهرس

3	المقدمة
4	دور الجمعية السعودية للرعاية التلطيفية
5	مسار الرعاية التلطيفية بتجمع جدة الصحي الأول بمستشفى شرق جدة
6	مشروع التحول الوطني الصحي في المملكة العربية السعودية
7	مدى الحاجة للرعاية التلطيفية على مستوى العالم
8	مفهوم الرعاية التلطيفية
9	لمن تقدم الرعاية التلطيفي
10	خدمات الرعاية التلطيفية
15	فريق الطب التلطيفي
16	أماكن تقديم الرعاية التلطيفية
17	آلية الوصول لخدمات الرعاية التلطيفية
18	فوائد الرعاية التلطيفية
19	دور فريق الرعاية التلطيفية
27	ما هو الفرق بين الرعاية التلطيفية ورعاية نهاية العمر(الهوسبس)
28	البرامج المساندة في الرعاية التلطيفية
31	الخاتمة



الجمعية السعودية للرعاية التلطيفية
Saudi Society of Palliative Care