

فعالیت هایی برای افزایش سطح هوشیاری فرد:

نکته بسیار مهم که در بیماران با کاهش سطح هوشیاری باید به آن توجه شود این است که گرچه ممکن است بیمار نتواند به صورت کلامی یا حرکتی پاسخ دهد اما نباید چنین تصور شود که قادر نیست بشنود یا اطلاعات ارائه شده را درک کند در واقع همیشه باید فرض براین باشد که بیمار می شنود و درک می کند. بنابراین همه اعضای کادر درمان و توانبخشی باید بیمار را نسبت به اسمش، مکانی که هم اکنون در آنجا اقامت دارد و علت دریافت مداخلات درمانی آگاه سازد.

استفاده از تحریکات حسی یکی از روش های افزایش سطح آگاهی، پاسخ دهی بیمار و تسهیل خارج کردن بیمار از حالت کما است.

تحریکات حسی شامل تحریکات دیداری، شنیداری، بویایی، لمسی، گفتاری و حسی حرکت می باشد.

نکات مهم که هنگام به کارگیری هرنوع تحریک حسی باید رعایت شود:

۱) زمان اعمال تحریک باید کوتاه (در حد چند دقیقه) باشد چون مغز به

محرك عادت می کند و دیگر پاسخی نمی دهد.

۲) تنها یک محرك حسی در هر زمان باید اعمال شود برای مثال اگر از محرك

لمسی استفاده می شود نباید همزمان از محرك دیداری استفاده شود زیرا تحریک

بیش از حد بیمار را آشفته می کند و ممکن است را خستگی افزایش دهد.

۳) وقتی تحریک اعمال شد بیمار باید زمان کافی برای پاسخ گویی داشته

باشد.

نمونه هایی از پاسخ بیمار به محرك ها:

• تغییر در ضربان قلب / فشارخون / سرعت تنفس

• عرق کردن

- چرخاندن سر
- حرکات چشم
- شکاک درآوردن
- تلفظ صوتی

تحریکات بویایی:

مقادیر خیلی کم از بوهایی مثل قهوه قرص نعنای در زیر بینی قرار داده شود.

تحریکات لامسه:

برای تحریک لامسه می توان از الیاف مختلف (نخی / قلم مو) بر روی پوست اعمال کرد.

تحریک دیداری:

اشیایی که رنگ روشن دارند / تصاویر آشنا (آلبوم خاطرات) می تواند موجب تحریکات بینایی گردد.

تحریکات شنیداری:

آهنگ های مورد علاقه بیمار یا صدای خانواده (فرد مورد علاقه ی بیمار) یا صدای مراقب بیمار که مدت زمان زیادی را با او می گذرانند یک ابزار ابزار مناسب برای افزایش پاسخ دهی بیمار است.

در افرادی که سطح هوشاری پایینی دارند بهتر است نام بیمار به شکل دستوری کوتاه و بلند برای برانگیختن حس بیمار استفاده شود.

تحریکات حسی حرکتی:

تمرینات دامنه ی حرکتی مثل خم و صاف کردن زانو، مچ پا، مچ دست و آرنج و تغییر وضعیت بیمار می تواند باعث افزایش پاسخ دهی بیمار شود.