

# ضرورت و اهمیت غربالگری سلامت روان در مراقبت‌ها

## زهرة ساجد

کارشناس سلامت روان  
دانشگاه علوم پزشکی قم



## دکتر وصال شبانیا

رئیس گروه سلامت روان  
دانشگاه علوم پزشکی مشهد



## فضه رستمی

کارشناس سلامت روان  
دانشگاه علوم پزشکی مشهد



## اهداف آموزشی

امید است خوانندگان محترم پس از مطالعه این مقاله:

- با اهداف غربالگری سلامت روان آشنا شوند.
- با شرح وظایف بهورز و مراقب سلامت و اهمیت غربالگری در سطح یک آشنا شوند.
- جمعیت هدف برنامه غربالگری سلامت روان را بدانند.



گاهی این تصور اشتباه وجود دارد که ارتقا و پیشرفت برنامه‌های بهداشت روان نیاز به فناوری‌های پیچیده و گران قیمت و تخصص کارکنان دارد اما واقعیت این است که بسیاری از اختلالات روانی عصبی و مصرف مواد و بیماری‌های با شیوع و مرگ و میر بالا را می‌توان توسط مراقبان بهداشتی، بهورزان و حتی افراد غیر تخصصی اما آموزش دیده، مدیریت و اداره کرد. آنچه لازم است، انجام غربالگری به شیوه صحیح و یادگیری نحوه مراقبت، حمایت و نظارت است.

### غربالگری سلامت روان در گروه‌های سنی در خدمات سلامت

هدف اصلی در همه برنامه‌های بهداشتی، پیشگیری و شناسایی زودرس و فعال در جامعه است و در اولین نقطه شروع خدمات رسانی، از طریق غربالگری در گروه‌های هدف آغاز می‌شود. خانه‌های بهداشت، مراکز و پایگاه‌های خدمات جامع سلامت اولین سطح

اختلالات روانی از شایع‌ترین و ناتوان‌کننده‌ترین بیماری‌هاست. مطالعه بار بیماری‌ها در ایران و جهان نشان می‌دهد که بیماری‌های روانی عصبی از دلایل نخست سال‌های از دست‌رفته عمر به دلیل بیماری و ناتوانی است.

بر اساس پیمایش ملی که در سال ۱۳۸۹ انجام گرفت ۲۳/۶ درصد از افراد ۱۵ تا ۶۴ ساله ساکن کشور دچار یک یا چند اختلال روان پزشکی در ۱۲ ماه قبل از بررسی بودند. دوسوم از افراد مبتلا گرچه از اختلالات روان پزشکی رنج می‌بردند اما از مداخلات بهداشتی درمانی بهره‌مند نمی‌شدند. ضمناً افراد دارای اختلال روان پزشکی، به طور میانگین ۴۰ درصد توانایی بالقوه خود را برای انجام فعالیت‌های روزمره از دست می‌دهند. میزان بیکاری در بیماران ۱/۶ برابر و میزان از کار افتادگی آن‌ها ۳/۵ برابر بیشتر از دیگران است. وجود اختلالات روان پزشکی در دوران کودکی و نوجوانی و حتی دوران بزرگسالی، از عوامل مهم گرایش افراد به مصرف مواد و الکل است.

**بررسی‌های علمی نشان داده است که ۶۰ تا ۸۰ درصد موارد خودکشی با وجود زمینه اختلالات روان پزشکی اتفاق می‌افتد.**

در بسیاری از موارد اختلالات روان پزشکی نه تنها خود بیمار بلکه تمامی اعضای خانواده و حتی جامعه را دچار مشکل می‌کند. در صورتی که بخواهیم تعداد بیشتری از بیماران و خانواده آنان را از رنج اختلال، نجات داده و تحت پوشش مراقبت و درمان قرار دهیم می‌باید راهکاری برای شناسایی این اختلالات بیابیم. بهترین و راحت‌ترین راهکار، غربالگری است.

طبق نظر سازمان جهانی بهداشت برنامه‌های سلامت روان، مبتنی بر جامعه (جامعه‌نگر) است به طوری که هدف آن تأکید بیشتر بر عرضه خدمات در محل زندگی است. یعنی سعی بر این است که درمان به شکل سرپایی انجام شده، از بستری طولانی مدت پیشگیری شود و بیماران به زندگی معمول و شغل‌شان بازگردند. در همین راستا غربالگری سلامت روانی اجتماعی و اعتیاد جزو اولویت‌های غربالگری بیماری‌ها در گروه‌های سنی قرار گرفته است.

در بسیاری از موارد اختلالات روان پزشکی نه تنها خود بیمار بلکه تمامی اعضای خانواده و حتی جامعه را دچار مشکل می‌کند.





### خدمات قابل ارایه در برنامه های سلامت روانی اجتماعی و اعتیاد:

۱. ارایه آموزش های لازم به عموم جامعه و ارتقای سطح سواد سلامت روان
  ۲. شناسایی گروه های نیازمند مراقبت از طریق فرم های غربالگری اختلالات روان پزشکی، غربالگری اولیه درگیری با مصرف الکل، سیگار و مواد، مشکلات اجتماعی و شناسنامه سلامت دانش آموزی
  ۳. ارجاع افراد شناسایی شده غربال مثبت به سطوح بالاتر (کارشناس سلامت روان و پزشک) جهت بررسی تکمیلی
  ۴. ارایه آموزش های لازم به بیماران مبتلا به اختلالات روان پزشکی و خانواده آن ها
  ۵. درمان، مراقبت و پیگیری بیماران
  ۶. ثبت و گزارش دهی اطلاعات آماری
- در بحث سلامت روان هنوز هم بعضی از افراد جامعه تمایل ندارند که جهت درمان یا شناسایی مشکلات روانی، اجتماعی و اعتیاد خود به پزشک، روان پزشک

خدمت رسانی در سیستم بهداشتی کشور هستند. غربالگری در لغت یعنی جدا کردن، سرند کردن که معادل کلمه انگلیسی «Screening» است و در علم پزشکی و بهداشتی به معنای شناسایی اختلال در افراد به ظاهر سالم، بدون علامت و نشانه های بیرونی است که این کار با استفاده از پرسیدن سؤالات، انجام آزمون ها، معاینه ها یا سایر روش ها اجرامی شود. بنابراین: **ناگفته پیداست، تکمیل کردن پرسشنامه غربالگری برای افرادی که بیماری آن ها قبلاً توسط پزشک تشخیص داده شده، بی ارزش و بی فایده است.**

سعی بر این است که درمان به شکل سرپایی انجام شده، از بستری طولانی مدت پیشگیری شود و بیماران به زندگی معمول و شغل شان بازگردند.

در حال حاضر وزارت بهداشت و درمان حد انتظار ۱۷ درصد را برای شناسایی افراد با غربال مثبت از بین افراد غربال شده در گروه سنی ۱۵ تا ۵۹ سال تعیین کرده است. یعنی در صورتی که غربالگری سلامت روان بدرستی و با رعایت شرایط زیر انجام شود، انتظار می‌رود نتیجه غربالگری حداقل در ۱۷ درصد موارد، مثبت باشد:

۱. غربالگری پس از ارتباط مناسب با مراجعه کننده و جلب اعتماد وی صورت گرفته باشد.

۲. محرمانگی موضوع رعایت شود.

۳. با دقت کافی انجام شود.

در صورت رعایت شرایط فوق، پس از ویزیت موارد غربال مثبت روان توسط پزشک، انتظار می‌رود که حداقل در ۴۰ درصد موارد غربال مثبت، اختلال روان پزشکی وجود داشته باشد.

و روان شناس مراجعه کنند. اما با غربالگری اولیه که سطح پایه خدمات بهداشتی است این مشکل می‌تواند به مقدار زیادی بر طرف شود.

مراقب سلامت و ماما و بهورز به دلیل نقش پر رنگی که در ارائه خدمات بهداشتی و تحقق اهداف فوق در اولین سطح ارائه خدمات سلامتی دارند می‌توانند با برقراری ارتباط مناسب و مؤثر به شکل شایسته و درست این مطلب را برای فرد تشریح کرده و او را از فواید و مزایای این پرسشگری آگاه سازند و با استفاده از فرم مربوط در سامانه پرونده الکترونیک، غربالگری اولیه را از نظر سلامت روان، درگیری با سیگار، الکل و مواد و سلامت اجتماعی انجام دهند و در صورت مثبت شدن غربالگری، بدون ایجاد حساسیت زاید، شخص را به دیگر اعضای تیم سلامت از جمله پزشک و کارشناس سلامت روان ارجاع دهند.

در غربالگری، کارشناس مراقب سلامت، بهورز و ماما تشخیص دهنده اختلال و مشکل نبوده و فقط تعیین می‌کنند که شخص، نیازمند بررسی بیشتر توسط پزشک یا کارشناس سلامت روان هست یا خیر.

#### باید دانست:

مثبت شدن غربالگری سلامت روان، به طور قطع به معنی وجود اختلالات روان نیست، بلکه نشان می‌دهد نیاز به بررسی بیشتر و انجام مصاحبه تکمیلی توسط پزشک وجود دارد.

گروه های هدفی را که مراقب سلامت و بهورز اقدام به شناسایی و غربالگری آنها می‌کند به این شرح هستند:

۱. جمعیت عمومی جهت بیماریابی و آموزش لازم

۲. افراد مبتلا یا مشکوک به اختلالات روان پزشکی، مصرف مواد و همچنین افراد در معرض خطر آسیب‌های اجتماعی مثل بیکاری، اخراج از محل کار، ترک تحصیل، خشونت و آزار در خانواده، طلاق، جدایی، زندان، ورشکستگی

۳. خانواده افرادی که در بند قبلی به آن اشاره شد.

۴. گروه‌هایی که نیازمند دریافت خدمات پیشگیرانه اولیه هستند مثل زنان باردار، زنان شیرده، دانش‌آموزان، سالمندان، ساکنان محلات و مناطق حاشیه‌ای و پرخطر و...

در غربالگری، کارشناس مراقب سلامت، بهورز و ماما تشخیص دهنده اختلال و مشکل نیست و فقط تعیین می‌کند که شخص، نیازمند بررسی بیشتر توسط پزشک یا کارشناس سلامت روان هست یا خیر.



زندگی و مهارت فرزند پروری توسط روان شناس انجام می شود تا از بسیاری اختلالات روان پزشکی جامعه پیشگیری شود.

در این جا ذکر این نکته مهم لازم است که: در صورتی که در بررسی علایم اختلالات روان پزشکی، مصرف مواد یا مشکلات اجتماعی، علایم فرد شناسایی شده جزو فوریت های روان پزشکی باشد، کارشناس مراقب سلامت یا بهورز باید بیمار را به پزشک ارجاع فوری دهد تا از خطرات احتمالی پیشگیری شود.

این علایم شامل موارد زیر است:

۱. قصد جدی آسیب به خود یا خودکشی
۲. پرخاشگری شدید و قصد آسیب به دیگران
۳. بیش مصرفی مواد و وجود علایم اختلال در هوشیاری به دلیل مصرف مواد

#### نحوه انجام غربالگری سلامت روان

بهبتر است برای مراجع کننده خود در خصوص سؤالاتی که می خواهید پرسید توضیحاتی را به شکل زیر ارایه دهید. توجه داشته باشید لزومی به ارایه توضیح اضافه در مورد هر سؤال وجود ندارد و در صورتی که فرد متوجه سؤال نشد سعی کنید دوباره سؤال را به شکل شمرده و واضح برای او بخوانید.

قبل از انجام غربالگری و خواندن سؤالات برای فرد توضیح دهید که:

«در این بخش می خواهم سؤالاتی در زمینه شرایط روان شناختی و استرس های شما بپرسم. هدف از این پرسشگری شناسایی زودرس ناراحتی های اعصاب و روان در مراجعان است. به این ترتیب افراد نیازمند به درمان، مراقبت و مشاوره زودتر شناخته شده و برای درمان ارجاع می شوند و می توان از بروز ناراحتی های شدید اعصاب و روان پیشگیری کرد. این غربالگری به عنوان یک فرآیند استاندارد برای تمام مراجعان انجام می شود. پاسخ گویی صادقانه شما به تیم سلامت در ارایه خدمات مورد نیاز کمک می کند. مطالبی که در این جلسه مطرح می شود فقط مربوط به ارزیابی سلامت و تکمیل پرونده بهداشتی شماست و کلیه اطلاعات محفوظ می ماند.»



گاهی اوقات وضعیت افراد شناسایی شده به گونه ای است که آن ها نسبت به مشکل خود آگاهی و پذیرش ندارند و تصور می کنند که از نظر سلامتی در وضعیت مناسبی قرار دارند.

لذا یک غربالگری صحیح می تواند منجر به تشخیص درست، درمان و ارایه خدمات بهداشتی و درمانی صحیح در زمان مناسب شود. تشخیص زود هنگام و شروع درمان دارویی یا غیر دارویی مناسب مثل آموزش های روان شناختی، به افراد کمک می کند کمتر عوارض بیماری های روان پزشکی را تجربه کنند و اعتماد مردم به اثر بخشی درمان های سلامت روان بیشتر شود.

گاهی اوقات وضعیت افراد شناسایی شده به گونه ای است که آن ها نسبت به مشکل خود آگاهی و پذیرش ندارند و تصور می کنند که از نظر سلامتی در وضعیت مناسبی قرار دارند. در چنین شرایطی لازم است که فرد به همراه یکی از اعضای خانواده اش به پزشک ارجاع داده شود تا حمایت و تشویق لازم از سوی خانواده برای بردن او نزد پزشک صورت گیرد.

هم چنین جهت افرادی که غربالگری آن ها منفی شده است، آموزش های استاندارد در مورد مهارت های

سپس به خدمت گیرنده بگویید: «سؤالاتی که از شما پرسیده می‌شود، در مورد حالت‌هایی است که در طول ۳۰ روز گذشته تجربه کرده‌اید. در پاسخ به هر سؤال می‌توانید بگویید همیشه، بیشتر اوقات، گاهی اوقات، بندرت یا اصلاً»

۱. چقدر در ۳۰ روز گذشته احساس می‌کردید مضطرب و عصبی هستید؟  
اصلاً  ۱. بندرت  ۲. گاهی  ۳. بیشتر اوقات  ۴. همیشه  ۵. نمی‌دانم
۲. چقدر در ۳۰ روز گذشته احساس ناآرامی و بیقراری می‌کردید؟  
اصلاً  ۱. بندرت  ۲. گاهی  ۳. بیشتر اوقات  ۴. همیشه  ۵. نمی‌دانم
۳. چقدر در ۳۰ روز گذشته احساس افسردگی و غمگینی می‌کردید؟  
اصلاً  ۱. بندرت  ۲. گاهی  ۳. بیشتر اوقات  ۴. همیشه  ۵. نمی‌دانم
۴. چقدر در ۳۰ روز گذشته احساس می‌کردید که انجام دادن هر کار برای شما خیلی سخت است؟  
اصلاً  ۱. بندرت  ۲. گاهی  ۳. بیشتر اوقات  ۴. همیشه  ۵. نمی‌دانم
۵. چقدر در ۳۰ روز گذشته احساس ناامیدی می‌کردید؟  
اصلاً  ۱. بندرت  ۲. گاهی  ۳. بیشتر اوقات  ۴. همیشه  ۵. نمی‌دانم
۶. چقدر در ۳۰ روز گذشته احساس بی‌ارزشی می‌کردید؟  
اصلاً  ۱. بندرت  ۲. گاهی  ۳. بیشتر اوقات  ۴. همیشه  ۵. نمی‌دانم

همچنین از فرد در مورد سوابق بیماری اعصاب و روان و احساس نیاز او به مشاوره و درمان سوال می‌شود. نحوه امتیازدهی به پاسخ‌ها بدین نحو است که «اصلاً» امتیاز صفر و به ترتیب بقیه سؤالات از یک تا ۴ امتیاز می‌گیرند. در صورتی که در ۳ مورد گزینه «نمی‌دانم» انتخاب شود، نتیجه غربالگری مثبت می‌شود.

#### نتیجه غربالگری

اگر مجموع امتیازات به عدد ده یا بیشتر برسد غربالگری مثبت قلمداد می‌شود. همچنین در صورتی که مخاطب به سه مورد پاسخ «نمی‌دانم» بدهد غربالگری مثبت محسوب می‌شود. در صورت مثبت شدن غربالگری، در مورد افکار خودکشی سوال می‌شود و همچنین نیاز به ارجاع به پزشک وجود دارد.

#### منابع

- \* بسته آموزشی کارشناس مراقب سلامت خانواده در حوزه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد (فصل دوم)
- \* کتاب راهنمای مراقبت از بیماری‌های روان پزشکی بزرگسالان، وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی

به این موضوع امتیاز دهید (۱ تا ۱۰). کد موضوع ۱۰۴۲۶ پیامک ۳۰۰۰۷۲۷۳۱۰۰۱. نحوه امتیازدهی: امتیاز- شماره مقاله. مثال: اگر امتیاز شما ۸۰ باشد (۸۰- ۱۰۴۲۶)