

ANKSİYETE

*Prof. Dr. Sevim BUZLU
Uzm. Hem. Gizem ŞAHİN*

ÖĞRENİM HEDEFLERİ

Bu bölüm sonunda okuyucu;

1. Anksiyetenin her düzeyindeki fizyolojik ve psikolojik yanıtları tanımlayabilir.
2. Yoğun bakım hastalarında anksiyetenin nedenlerini tanımlayabilir.
3. Yoğun bakım hastasında anksiyetenin önemini açıklayabilir.
4. Yoğun bakım hastasında anksiyetenin ayırıcı tanılarını açıklayabilir.
5. Yoğun bakım hastasında anksiyetenin yönetimini açıklayabilir.

GİRİŞ

Kritik bir hastalık nedeniyle yoğun bakım ünitesine yatma, hem birey hem de ailesi için yaşamsal bir krizdir. Hasta ve ailesine, fiziksel yüklerinin yanı sıra psikososyal yükler de getiren yoğun bakım üniteleri (YBÜ) bireyler için son derece önemli anksiyete kaynağıdır. Temel sağlık hizmetlerinden yararlanan bireylerde anksiyete bozukluklarının yaygınlığı %6 ile 10, hastanede yatan hastalarda %20 iken, yoğun bakım hastalarında (özellikle mekanik ventilasyon desteğindeki hastalarda) %70 ile 80 oranındadır. Anksiyete; belirsiz bir endişe, huzursuzluk ve gerginlik duygusu olup davranışsal, duygusal, bilişsel ve fiziksel belirtilere yol açan iç ya da dış uyaranlara karşı bir yanıt olarak ortaya çıkar. Anksiyete yaygın olarak mutsuzluk, belirsiz korku, yerinde duramama ya da baş ağrısı, terleme, göğüste sıkışma, nefes darlığı, midede rahatsızlık, kan basıncı, nabız ve solunumda artma gibi belirtilerin eşlik ettiği bir duygudur. Kişinin algıladığı bu duygu hafif tedirginlik ve gerginlik durumundan, panik dereceye varacak kadar farklı düzeylerde olabilir. Hafif düzeydeki anksiyete kişinin dikkatini öğrenmeye, düşünmeye, so-

KAYNAKLAR

1. Dedeli Ö, Durmaz Akyol A. Yoğun Bakım Hastalarında Psikososyal Sorunlar. Yoğun Bakım Hemşireliği Dergisi 2008;12(1-2):26-32.
2. Khorshid L, Akın E. Mekanik Ventilatöre Bağlı Hastalarda Anksiyete Yönetiminde Müzik Terapinin Yeri. Yoğun Bakım Hemşireliği Dergisi 2007;11(2):83-8.
3. Uyar M, Akın Korhan E. Yoğun Bakım Hastalarında Müzik Terapinin Ağrı ve Anksiyete Üzerine Etkisi. Ağrı 2011;23(4):139-146.
4. Arık AC. Yoğun Bakım Hastalarında Anksiyete ve Depresyon. Şahinoğlu AH, editör. Yoğun Bakım Sorunları ve Tedavileri. 3. Baskı. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri;2011.p.1837-1841.
5. Holmer SA, Tighe RM. Yoğun Bakım Ünitesi Hastasında Anksiyetenin Tanı ve Tedavisi. Kelebek Girgin N, Kutlay O, çevirmenler. Tulunay M, Cuhruk H, çeviri editörleri. Irwin ve Rippe'nin Yoğun Bakım Tıbbı. 6. Baskı. Ankara: Güneş Tıp Kitabevleri;2014.p.2296-2302.
6. Eisendrath SJ, Chamberlain JR. Psikiyatrik Problemler. Özsoy S, Eşel E, çevirmenler. Güven M, Coşkun R, çeviri editörleri. Yoğun Bakım Tanı ve Tedavi. 3. Baskı. Ankara: Güneş Tıp Kitabevleri;2011.p.438-441.
7. Urden LD, Stacy KM, Lough ME. Appendix a: nursing management plans of care. İçinde: Critical Care Nursing: Diagnosis and Management. 6th ed. St. Louis: Mosby Elsevier;2010.p.1116-7.
8. Raybuck Saleeby J. Communication. İçinde: Perry AG, Potter PA, eds. Clinical Nursing Skills & Techniques. 7th ed. St. Louis: Mosby Elsevier;2010.p.35-6.
9. Videbeck SL. Anxiety and anxiety disorders. Psychiatric-Mental Health Nursing. 6th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer Health Lippincott Williams & Wilkins;2014.p.234-7.
10. Townsend MC. Anxiety disorders. Essentials of Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts of Care in Evidence-Based Practice. 4th ed. Philadelphia: F.A. Davis Company;2008.p.387.
11. Nettina SM. Problems of mental health. Lippincott Manual of Nursing Practice. 9th ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins;2010.p.1804-5.