



ANKSİYETE HEMŞİRELİK BAKIM PLANI

Hemşirelik Tanısı	Anksiyete	Tanım	Hastanın stres, kaygı ve endişe hissiyatının yaşam kalitesini olumsuz etkilemesiyle kendini gösteren bir durumdur.		
Tanımlayıcı Özellikler (Tanı Ölçütleri)	Nedenleri	Amaçlar (Hedefler)	Girişimler	Uygulama	Değerlendirme
<ul style="list-style-type: none">• Sürekli endişe ve kaygı hissi• Kontrol edilemeyen korkular ve panik ataklar• Yorgunluk, halsizlik ve zayıf konsantrasyon• Kas gerginliği, titreme ve terleme• Uykusuzluk, aşırı uyku ve diğer uyku sorunları• Nefes almada güçlük, nefes darlığı ve boğulma hissi• Kalp çarpıntısı, çarpıntı hissi ve göğüs ağrısı• Sosyal ilişkilerde çekingenlik veya kaçınma• Obsesif düşünceler veya davranışlar	<ul style="list-style-type: none">• Cerrahi müdahaleler• Kronik hastalıklar• Tedavi sürecindeki belirsizlik• Ölüm korkusu• Sağlık durumunda değişim• Bağımlı kalma korkusu• Stres• Beden şeklindeki değişim• Benlik algısında değişim• Ağrı• Tedavi yan etkileri• Bilgi eksikliği• Gebelik• İstenmeyen gebelik	<ul style="list-style-type: none">• Anksiyete düzeyini azaltmak ve bireyin yaşam kalitesini artırmak.• Anksiyete ile başa çıkmak için bireye etkili stratejiler öğretmek ve uygulamalarını sağlamak.• Anksiyetenin nedenlerini belirleyerek uygun tedavi planlarını oluşturmak.• Bireyin stres seviyesini azaltmak ve gevşeme teknikleri öğretmek.• Anksiyetenin olumsuz etkilerini önlemek için bireyi desteklemek ve güvenli bir ortam sağlamak.• Bireyin iletişim becerilerini geliştirerek kaygı seviyesini azaltmak.• Anksiyete ile ilişkili semptomları izlemek ve tedavi planını buna göre düzenlemek.• Tedavi sürecinde bireyin yanında olmak ve moral desteği sağlamak.	<ul style="list-style-type: none">• Anksiyete ve korku belirtileri değerlendirilerek uygun müdahaleler planlanır.• Sessiz ve rahat bir ortam oluşturularak hastanın sakinleşmesi sağlanır.• Hastanın akut, sıkıntılı döneminde yanında olunarak destek sağlanır ve yalnız bırakılmaz.• Hastanın duygularını ifade etmesine izin verilerek terapötik bir ilişki kurulur.• Aile üyelerinin mümkün olduğunca bakıma katılması sağlanarak destekleyici bir ortam oluşturulur.• Geçmişte kullanılan baş etme yöntemleri değerlendirilerek uygun yöntemler kullanması sağlanır.• Hasta ve aile üyelerinin bilgi gereksinimine göre eğitim planlanır ve uygun zamanda gerçekleştirilir.• Hekim istemine göre sedasyon verilir.• Taburcu öncesinde, hastanın semptom yönetimi, öz bakımı, beslenmesi, egzersizleri, sorun çözme becerileri ve gevşeme/rahatlama teknikleri hakkında eğitim verilir.• Uzun ya da kısa etkili ilaçlar (benzodiazepinler, trisiklik antidepressanlar, antihistaminikler ve betabloklar) verilerek destek sağlanır.	Hastanıza uyguladığınız girişimleri buraya yazabilirsiniz.	Yaptığınız uygulamalar sonucunda amaçlarınıza ulaştınız mı? ulaşmadınız mı? Sorun giderildi mi? giderilmedi mi? gibi sorular sorup hastanızı değerlendirerek sonuçlarınızı bu alana yazabilirsiniz.

NOT: Bu bakım planı www.hemsirekitabi.com web sitesi tarafından hazırlanan gösterim amaçlı bir bakım planıdır. Bu bakım planı rehber amaçlıdır, bundan dolayı bakım planı hazırlarken mutlaka kendi hastanızı göz önünde bulundurun. Anksiyete hemşirelik bakım planı ile ilgili daha detaylı bilgiye ulaşmak için aşağıdaki linke tıklayın.

→ <https://hemsirekitabi.com/anksiyete-hemsirelik-bakim-planı>