



مکسا به عنوان یک سازمان مردم نهاد، فعالیت خود در زمینه ارائه مراقبت‌های تخصصی حمایتی و تسکینی را گنجاند. بیماران مبتلا به سرطان را با همراهی اساتید م görb دانشگاه‌های علوم پزشکی و خیرین محترم از سال ۱۳۸۸ با مجوز وزارت کشور آغاز نموده است. هدف از مراقبت‌های حمایتی و تسکینی افزایش کیفیت زندگی و حفظ کرامت بیمار و خانواده بوده و همراه با مراقبت‌های درمانی (با تمرکز بر افزایش طول عمر بیمار)، از لحظه تشخیص بیماری در عبور از کلیه مراحل سخت درمان به بیمار و خانواده‌اش کمک می‌نماید. این مراقبت‌ها با کمک به پیشگیری و کاهش مشکلات جسمانی، روانی، معنوی و اجتماعی، از جمله درد، تهوع و استفراغ، کاهش اشتها، زخم‌ها، مشکلات خواب، اضطراب، افسردگی و مشکلات مالی، خانوادگی و شغلی، به مدیریت همه‌جانبه شرایط ایجاد شده در اثر بیماری می‌پردازد.

#### خدمات مکسا عبارتند از:

- مراقبت پزشکی و پرستاری در منزل
- مراقبت روان‌شناسی و معنوی
- خدمات پزشکی و پرستاری در بخش بستری
- بازتوانی فیزیکی و توان بخشی
- مشاوره پزشکی تلفنی
- مشاوره تغذیه و پیشگیری
- تامین تجهیزات پزشکی
- خدمات مددکاری اجتماعی

رسالت اصلی مکسا در زمینه کنترل سرطان تولید دانش و انجام فعالیت‌های دانش محور در زمینه پژوهش، آموزش و ارائه مراقبت‌های حمایتی و تسکینی می‌باشد. در حال حاضر، این مرکز بزرگ‌ترین و حروفه‌ای ترین همکار نظام سلامت در موضوع مراقبت‌های حمایتی و تسکینی در کشور است و طی تفاهمنامه‌ای که در این خصوص با وزارت «بهداشت، درمان و آموزش پزشکی» منعقد کرده، عهددار ارائه خدمات در سطح ملی شده است.

موسسه نیکوکاری کنترل سرطان ایرانیان (مکسا) پیشنهادهای ارزنده همه‌متخصصان و بیماران محترم را ارج می‌نهاد و در مسیر تحقق حمایت همه‌جانبه از بیماران و خانواده آن‌ها دست همکاری تمامی صاحب‌نظران و خیرین را به گرمی می‌شارد.

#### دربافت کمک‌های مردمی

شماره حساب ملت: ۷۵۶۰۵۶۰۷۱۷ شماره کارت: ۹۶۳۳۳۷۶۹۹۰۱۰۴۶۱

کد آسان پرداخت #۱۴۰۰\*۱۴۳۳\*۷۲۳۳\* به نام مرکز پیشگیری و کنترل سرطان آقا.

#### ستاد کشوری:

تهران | شرق به غرب بزرگراه جلال آن احمد | بعد از خیابان نصر(گیشا) | پلاک ۱۳۹ | اطبقه دوم  
تلفن: ۰۲۱-۸۶۰۱۵۳۴۲

شعبه اصفهان:

تلفن: ۰۳۱-۳۳۳۳۳۰۲۹

شعبه تهران:

تلفن: ۰۲۱-۸۶۰۱۵۳۲۹

بخش طب تسکینی(بیمارستان فیروزگر تهران):

تلفن: ۰۲۱-۸۲۱۴۱۷۵۵

شعبه مشهد:

تلفن: ۰۵۱-۳۸۴۷۴۴۹۹

شعبه کرمان:

تلفن: ۰۳۴-۳۲۷۱۰۳۲۰

شعبه قم:

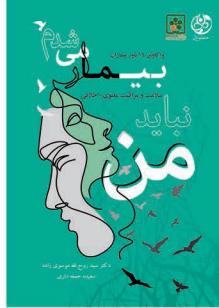
تلفن: ۰۲۵-۳۲۹۳۴۵۸۷

شعبه کاشان:

تلفن: ۰۳۱-۵۵۵۸۲۴۳۳



۶- مسیر سخت بیماری همواره دغدغه هایی را در نگرش افراد ایجاد می کند. برخی از این دغدغه ها به باورهایی نادرست متهی شده و گاه منجر به بروز رفتارهای می شود که سلامت جسم و جان و معنویت را مخدوش می گرداند. کتاب «من نباید بیمار می شدم» پس از بررسی دقیق نیازهای معنوی بیماران متعدد، به تحلیل و بررسی باورهای بنیادین پرداخته و با محتوای دینی و روشمندی علمی، باور و مشاور در قالب گفتگوی داستان گونه با بیمار، سعی در رفع نیازهای معنوی بیمار دارد. در این کتاب عنوانین ۹ گانه ای همچون: بیماری مرا بی ارزش کرده است، دعای من باید به اجابت برسد، من که آدم خوبی بودم چرا بیمار شدم؟ گناهانم باعث شده تا من بیمار شوم و... در قالبی حکایت گونه، بر اساس مصادیقی کاملاً عینی و واقعی مورد بررسی قرار گرفته است.



۷- این موضوع که چه کسی و با چه دانش و مهارتی می تواند به بیماران، خدمت مراقبت معنوی ارائه کند و چگونه می تواند اثربخشی این خدمت را بسنجد و دیگر مباحث علمی مراقبت معنوی برای متخصصان امر در کتابی به نام **درآمدی برمبانی مراقبت معنوی** آمده است.



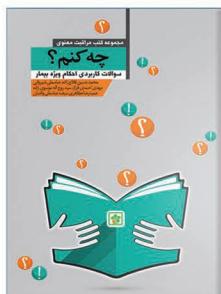
۳- از آنجایی که هنگام سختی نیاز به دعا و گفتگو با خدا بیشتر می گردد، ۱۴ نسخه معنوی با ذکر و دعاهای کوچک برای افزایش آرامش بیمار در کتابی به نام **مراقبه با دعا** آمده است.



۴- براساس تجربه بالینی اگر بخواهیم نگرش های فرد به خدا، بیماری، سختی و ... تغییر یابد و امیدواری و رضایت و پذیرایی می تواند در بیمار بیشتر شود باید گفتگوی با خدا بواسطه یک روش مناسب محقق شود که نمونه این فرایند در کتابی به نام **آرامش با نیایش** به چاپ رسیده است.



۵- برخی از بیماران سوالات فقهی درخصوص شرایط بیماری دارند و هرچند پاسخ آن در رساله و کتب فقهی آمده است ولی برای بیمار قابلیت اجرا ندارد. پاسخ این سوالات فقهی به صورت آسان و متناسب با وضعیت بیمار در کتابی به نام **چه کنم؟ گرددآوری** شده است.



## خدمات مراقبت معنوي

ویزیت انفرادی



### ویزیت در کلینیک

بیماران و خانواده بیماران میتوانند با حضور در کلینیک و استفاده از جلسات مشاوره فردی با مراقبین معنوي به حل تعارضات معنوي و یا تقویت مهارت‌های معنوي خویش پردازنند.

### ویزیت تلفنی



مراقبین معنوي مکسا بر اساس نیاز بیماران و یا خانواده‌های ایشان در شرایط متفاوت از طریق پاسخگویی تلفنی به ارائه خدمات مراقبت معنوي می‌پردازنند. همچنین مراقبین معنوي با پیگیری‌های مستمر تلفنی وضعیت بیماران را دنبال کرده و تا رسیدن به نتیجه مطلوب در کنار بیماران و خانواده از طریق تماس‌های تلفنی، پیگیری‌های لازم را انجام خواهند داد.

### ویزیت در منزل



بیمارانی که توانایی فیزیکی برای حضور در کلینیک را ندارند، با حضور مراقب معنوي بر بالین بیمار، از این خدمت بهره‌مند می‌شوند.

## جلسات آموزش گروهی و گروه درمانی

آموزش گروهی و گروه درمانی‌های معنوي با جلسات و موضوعات مختلف به وسیله ایجاد حس مشترک می‌تواند نقش بسزایی در حرکت بیماران و خانواده‌ها در مسیر سلامت معنوي داشته باشد.  
از جمله این موضوعات عبارتند از: نشاط معنوي، امیدافزاری، پرسش و پاسخ درخصوص سوالات مذهبی و ...



### بسته مراقبت معنوي

بسته علمي آموزشی مراقبت معنوي به همراه مقالات مرتبط توسط واحد مراقبت معنوي مکسا با بالغ بر دو هزار ساعت فعالیت و براساس یک دهه کار تحقیقاتی میان رشته‌ای با تخصص‌های متفاوت مانند پزشکی، پرستاری، روان‌پزشکی، روان‌شناسی و کارشناسان دینی به شرح زیر تهیه شده است:

- تیم مراقبت معنوي مکسا براساس مصاحبه‌های متعدد با بیماران و خانواده آنان سوالاتی مانند چرا من؟ چرا خدا دعایم را اجابت نمی‌کند؟ و ... را به صورت ۳۰۰ سوال با دسته‌بندی در گروه‌های مختلف جمع‌آوری و در کتاب **چرا من؟** چاپ کرده است.



## سرطان چیست؟

### نار احتی معنوی

ابتدا به بیماری صعب العلاج می‌تواند منجر به ایجاد چالش‌ها و تعارضات معنوی برای فرد بیمار یا خانواده او شده و درنتیجه به مریختگی در باورهای فرد و ناهمانگی در درون مجموعه ارزش‌های مورد قبول او منجر به پریشانی در ارتباط او با خداوند، خود، خلق و خلقت می‌شود و در نهایت همه ابعاد وجودی انسان (جسمی، روانی، اجتماعی) را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

برخی از چالش‌هایی که ممکن است بیمار و خانواده او با آن مواجه شوند عبارتند از:

- من چه گناهی کرده‌ام؟ کودک معصوم من چه گناهی دارد که باید بیمار شود؟
  - چرا هرچه خدا را می‌خوانم گویا مرا رها کرده و جواب نمی‌دهد؟
  - نگران آینده خود و فرزندانم هستم.
  - نامیدی و ترس از عواقب بیماری، ذهن من را مشغول کرده است.
  - احساس سرباری دارم و عزت نفس سابق را ندارم.
  - آزار و اذیت دیگران سبب شده بیمار شوم و نمی‌توانم آن‌ها را ببخشم.
  - زندگی برایم بی معنا شده است.
  - این بیماری عاقبت گناهان خود من است و من مستحق مجاز اتم.
- این افکار سبب به مریختگی در باورهای فرد شده و در فرایند بهبودی و کیفیت زندگی وی تاثیر منفی دارد.

### مراقبت معنوی

مراقبت معنوی یک روش علمی روان‌شناسی معنوی است که در آن مراقب معنوی سعی می‌کند براساس تشخیص نیاز معنوی فرد یا تعارضات پیش آمده، به چالش‌ها و نیازهای او پاسخ دهد؛ در عین حال که از بیمار نهایت حمایت روانی می‌کند، نظام باور و عمل فرد غنی‌تر شده و در افزایش کیفیت زندگی اثرگذار باشد.

سرطان به گروهی از بیماری‌ها گفته می‌شود که در آن یکی از سلول‌های بدن به دلیل نقص ژنتیکی ناشی از عوامل محیطی و یا علل ارثی به طور افسارگسیخته و خارج از کنترل شروع به تکثیر کرده به سایر بافت‌ها و اعضای حیاتی بدن آسیب می‌رساند. این گونه رشد غیرطبیعی سلول‌ها و تهاجم به بافت‌های دیگر را سرطان می‌گوییم.

### مراقبت‌های حمایتی و تسکینی

مراقبت‌های حمایتی و تسکینی (Supportive and palliative Care) به مراقبت‌هایی گفته می‌شود که از لحظه تشخیص بیماری، برای کاهش درد و رنج جسمی و روانی بیمار و عوارض ناشی از درمان بیماری با هدف افزایش کیفیت زندگی به کمک بیمار و خانواده او آمده و به افزایش رضایتمندی بیماران و خانواده آن‌ها، منجر می‌شود. این مراقبتها در تنفيق کامل با روند درمان و از طریق هماهنگی بین درمانگر و تیم مراقبتی، به ارائه خدمات چند رشته‌ای در مدیریت و کنترل عوارض جسمی بیماری از جمله درد، تهوع و استفراغ، مشکلات تنفسی، کاهش اشتتها، مشکلات روده و مثانه، بیوست، زخم‌ها و همچنین رفع مشکلات عاطفی، روحی-روانی، خانوادگی، فرهنگی، اجتماعی، معنوی، شغلی و زندگی روزمره بیمار می‌پردازد.

### معنویت

معنویت یکی از مهم‌ترین ابعاد وجودی انسان است و اشاره به باورها و تجاری شخصی دارد که جنبه‌های متعلقی وجود انسان را شامل می‌شود. این بعد یک نظام باور و عمل بر مبنای معانی و ارزش‌هایی پویا و ارتباطاتی محبت آمیز و عمیق با خداوند، خود، خلق و خلقت است که در راستای قرب به خدا زندگی را ارزشمند و معنادار می‌کند.

