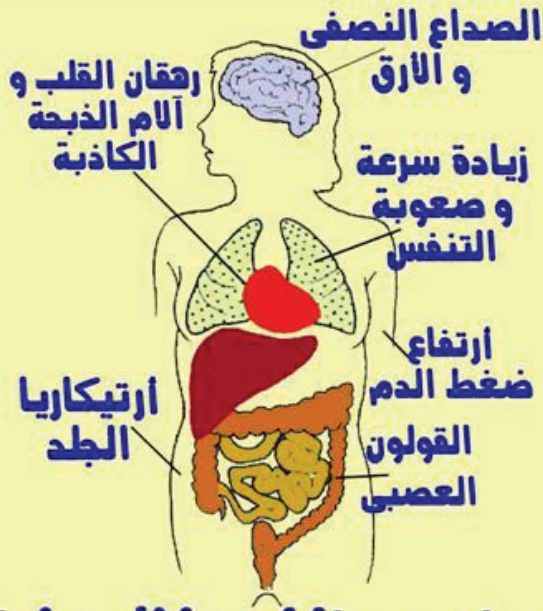


الاضطرابات النفسجسمية المفهوم والتصنيف



بعض مظاهر الأمراض النفسجسمية و القلق

١. تعريف الاضطراب السيكوسوماتي : Psycho-somatic Disorder

نلاحظ أن كلمة سيكوسوماتي المشتقة من كلمة سيكو «Psycho» وتعني الروح أو النفس أو العقل في (الفلسفة القديمة) وكلمة سوما «Soma» في اللغة اليونانية تعني البدن أو ما هو متعلق بالبدن أو الجسم.

وفي اللغة العربية يطلق مصطلح سيكوسوماتي (نفسى - جسمى) أو (نفس جسدى) وقد تختصر هذه الكلمة إلى (النفسجسمى).

وتعرف الاضطرابات النفسجسمية على أنها عبارة عن اضطرابات ناشئة عن انفعالات محبطة، أى نتيجة لانفعالات أعيقت عن التعبير الصريح عن نفسها ونسب الضرر أسبابها وظروفها مع بقاء ما يصاحبها من توترات واضطرابات حشوية وهى اضطرابات مميزة بأعراض جسدية، يشكو المريض من خلال فحص مناسب للشكاوى، حيث يطمئن الطبيب المفلح أن ليس لديه مصدر عضوى لشكواه الأهم.

إعداد : د. سامية عرعار

أستاذ محاضر جامعة عمار ثليجي الأغواط - الجزائر

باختلال وظيفية العضوية التى تتجلى بشكل عضو أو لازمة عصبية مثل فقدان الكلى أو الجزئ للصوت، فقدان المفاجئ للبصر، حيث إن الأعراض تظهر فى غياب أى شذوذ على المستوى العضوى، ويجب أن نبحث عن سبب ذلك على المستوى النفسى.

الجسدية: على عكس الاضطرابات التحويلية، لا يوجد فى اضطرابات الجسدية أى أعراض يمكن إثباتها على المستوى الجسدى، حيث يشكى الفرد من أحاسيس مؤلمة غير متوقعة تجعله يذهب إلى عدة أطباء حيث لا يجد أى فعالية للعلاج.

ويستقر هذا الاضطراب عند الفرد قبل ٣٠ سنة ودائما لدى الفرد فكرة أنه سوف يجرى عملية جراحية.

اضطرابات توهم المرض: يستمر توهم المرض فى الانشغال المبالغ بالصحة، على العموم يكون فى عضو خاص، أو فى مرض معين.

حسب ما جاء بالكتاب السنوى لتشخيص وإحصاء الاضطرابات النفسية الصادر عن الجمعية الأمريكية للطب النفسى (DSMIII, 1980) على النحو التالى:

- (١) الاضطرابات التحويلية.
- (٢) الجسدية.
- (٣) كثرة المرض أو التمارض أو ما يعرف بتوهم المرض «Sickly».

ونستطيع أن نميز بين هذه الاضطرابات الجسدية ذات المنشأ النفسى كما يلي:

(أ) الاضطرابات النفسجسمية، حيث يكون العرض على مستوى العضو.

(ب) الاضطرابات التحويلية حيث إن العرض يمس وظيفة العضو.

(ج) الجسدية وتوهم المرض، حيث يظهر العرض الجسدى خياليا.

الاضطرابات التحويلية: يجمع فرويد هذه الاضطرابات تحت تسمية الهستيريا التحويلية، ويتعلق الأمر

بإشير إلى الاضطرابات العضوية أو الحشوية التى يشرف على عملها الجهاز العصبى اللا إرادى السمبثاوى والباراسمبثاوى والتى ترجع أصلا إلى عوامل نفسية مثل الانفعالات المتراكمة والاجهاد النفسى.

إن الأسباب المثيرة للانفعال قد تكون كثيرة وقد تستمر لفترة طويلة فتصبح مزمنة ومن ثم تؤدى إلى ظهور أو حدوث الأمراض النفسجسمية التى تنتشر لدى الرجال وتقل كثيرا لدى النساء، حيث يصاب بها رجال الأعمال، ورجال المهام الصعبة والرؤساء والقادة البارزين ورجال الإدارة العليا وذوى الطموحات البعيدة أو بعض المفكرين والعلماء.

(٢) تصنيف الاضطرابات السيكوسوماتية.

تصنف هذه الاضطرابات

وترتبط الأمراض النفسجسمية إلى حد كبير بالخلل والاضطراب الفسيولوجى الذى يعانى منه الفرد، ومن ثم فإن الانفعالات الشديدة تسهم إلى حد كبير فى إصابة الفرد بالأمراض السيكوسوماتية ونعنى بها الأمراض النفسجسمية أى الأمراض الجسمية ذات المنشأ النفسى أو الأصول النفسية مثل قرحة المعدة، والاثنى عشر وضغط الدم العالى، والربو والحساسية، والصداع النصفى، والأمراض الجلدية، والإمساك المزمن، واضطرابات الشريان التاجى فى القلب والاضطرابات الجنسية لدى الرجل والمرأة.

وبعد تقدم الدراسات الطبية والعصبية والنفسية والوسائل التقنية والطبية، أصبح مصطلح الاضطرابات السيكوسوماتية

كيف أتصرف عندما يخطئ طفلي؟!

د. ملهم زهير الحراكي
دراسات عليا في الأمراض النفسية
أخصائي العلاج النفسي للأطفال
والمراهقين مركز مطمئنة الطبى الرياض

زاوية الغرفة ، فى غرفة لوحده، فى السيارة»

العزل النفسى العاطفى: قطع العلاقة بينه وبين الأبوين والإبقاء على العلاقة الروتينية «أطعمه، أعطيه كل احتياجاته ولكن دون أى تواصل عاطفى»
العزل الجسدى: أثبتته فى حجرى، أو أثبت يديه وأنظر فى عينيه لمدة دقيقة معاتباً

٨ - من الفهم لنفس الطفل أن الطفل يحتاج وقتاً حتى يعتاد الأسلوب الجديد يتراوح ما بين ٣ - ٦ أشهر حسب المربى أولاً والطفل ثانياً وخلالها يكون العمل على سلوك المربى أولاً حتى يتعدل سلوك الطفل.

ملاحظة هامة جداً

إن العقاب لا يؤتى ثماره إذا كانت العلاقة بين الطفل والمربى سيئة ومضطربة ويشعر فيها الطفل بمشاعر سلبية تجاه المربى كمشاعر الكره أو الخوف أو مشاعر متناقضة ما بين الحب والكره لذلك إبدأ بتحسين العلاقة ثم طبق العقوبة.

١. من الحب للطفل أن يكون العقاب موجهاً لسلوك الطفل وليس لشخصه بل يجب أن تصله رسالة مفادها سلوكك غير جيد وغير محبوب وتستطيع أن تغيره وأنك دائماً محبوب وبغير شروط

٢. من الحب للطفل أن أبتعد عن الصراخ والضرب والشتم وعبارات التبرؤ «لست ابنى، لم أعد أحبك» وكذلك عبارات المقارنة مع إخوته

٣. من العدالة مع الطفل أن يكون هنالك وقاية من السلوك السيئ قبل أى موقف، وذلك بتبيان السلوك الجيد والسلوك السيئ مع شرح كاف لنتائجهما، واتفاق واضح

٤. من العدالة مع الطفل أن يملك الطفل الاختيار: أى أن يكون العقاب نتيجة لاختيار الطفل لسلوك محدد بعد أن سبقت الموقف بتبيان واتفاق.

٥. من العدالة مع الطفل احترام شخص الطفل وخصوصيته، بأن يكون العقاب بعيداً عن أنظار كل الناس. أى بينك وبين الطفل فقط.

٦. من الفهم لنفس الطفل أن يكون عقب السلوك السيئ مباشرة دون تأجيل

٧. من الفهم لنفس الطفل أن يكون العقاب مختلفاً حسب نوع السلوك ودرجته ومن أفضل أنواع العقاب الجيد هو العزل المؤقت. وله أنواع:

العزل المكاني: يقدر كل عام من عمر الطفل بدقيقة عزل. «كرسى العقاب، فى

٣) إنتشار الاضطرابات السيكوسوماتية:

تتجلى خطورة الأمراض السيكوسوماتية فى سرعة انتشارها خاصة بعد الحرب العالمية الثانية، وتشير الدراسات السيكوسوماتية التى أشار التركوفيل، وفابيان وثيرموتى فى كتابهم «علم نفس الشواذ»، إلى أن نسبة المرضى الذين يترددون على العيادات الخارجية ويعانون من اضطرابات سيكوسوماتية تتراوح بين (٤٠ - ٦٠٪) من نسبة المرض العامة، كما أن نسبة (٩٠ - ٩٥٪) من العمال المرضى يتغيبون عن عملهم بسبب الاضطرابات السيكوسوماتية.

وكذلك تشير الدراسات الطبية العسكرية إلى أن نسبة الاضطرابات السيكوسوماتية فى المجال العسكرى ترتفع إلى (٨٠ - ٨٥٪) من المرضى الذين يترددون على المستشفيات العسكرية.

وفى دراسة أجريت فى مستشفى ببوسطن تبين أن ٩٥٪ من أمراض الجلد ترجع إلى عوامل نفسجسدية يصاحبها حالات القلق الحاد لدى الإناث والذكور فى المجتمع الأمريكى.

كما وجد بعض الدارسين فى مجال الاضطرابات السيكوسوماتية أن الاضطرابات السيكوسوماتية تختلف حسب اختلاف الوضع الاجتماعى والطبقة الاجتماعية وإنما تنتشر فى الحضارات المعقدة والمتقدمة، بنسبة (٤ - ٥) أضعاف ما هى عليه فى المجتمعات البدائية.

كما وجد أن الاضطرابات النفسجسدية تنتشر لدى الإناث أكثر من انتشارها لدى الذكور، وبين الشباب ما بين سن (٢٠ - ٤٠) سنة أكثر من باقى مراحل العمر.

كما أنها منتشرة لدى الأطفال على شكل إسهال أو قىء أو امساك أو اضطرابات معوية وعدم تناول الطعام.

قبل الإجابة يجب أن تعلم أيها المربى الفاضل أن التعامل الصحيح مع الطفل يكون وفق مثلث قاعدته الحب وضلعاه العدالة والفهم

