

اضطرابات طيف

الوسواس القهري

أمثلة واقعية من العيادة النفسية

خوفه من فقد أسرته هو الذى دفعه للذهاب لطبيب نفسى، وقد وصف له أدوية مضادة للوسواس وبعد ثلاثة أسابيع قال إن الألم مازال موجوداً، ولكن تركيزه على هذا الألم قل كثيراً واستطاع النهوض من سريره والعودة للعمل. وقد أشار باحثون آخرون إلى حالات عديدة من الألم المزمن استجابت للعلاج بمضادات الوسواس القهري.

اضطرابات الأكل

ظلت المريضة ذات العشرين عاماً تعاني من شره الطعام مدة ثلاث سنوات إلى حد أنها كانت تستخدم أدوية مليئة عدة مرات لى تزيد كمية ما تتأوله من طعام، بالإضافة إلى أدائها للتدريبات البدنية مدة ساعتين إلى ثلاث ساعات يومياً، كما أصبحت نوبات الشره تحدث بشكل متزايد ولم تعى للعلاج إلا عندما أحسست أن الأمور خرجت تماماً عن نطاق سيطرتها، وخلال مرحلة التقييم الأولية اعترفت بأن سلوكها غير طبيعى وأنها تكرهه ومع هذا عندما كانت تدعى إلى الطعام كانت تشعر بأنها لاتملك إلا أن تستسلم لهذه الدعوة، وبعد الأكل لم تكن تستطيع أن تخرج فكرة الخوف من زيادة الوزن من ذهنها.. وهى لها خالة كانت تعاني من اضطراب الوسواس القهري وبعد عمل الفحوصات تم وضعها فى مجموعة تعاني من اضطرابات الأكل وإعطاؤها مضاد الوسواس والاكتئاب Prozac، وتحسنت

٣ - اضطرابات الإدمان : إننى بحاجة لشراب..إننى بحاجة لشراب-
٤ - المقامرة المرضية :سأفوز المرة القادمة.. سأفوز المرة القادمة..
٥- التسوق القهري : أحتاج لشراء هذا الشيء..أحتاج لشراء هذا الشيء..أحتاج لشراء هذا الشيء-
٦ - اضطراب التحدى الاعتراضى : لا لن أفعل..لا لن أفعل..لا لن أفعل.
وقد صنفت هذه الاضطرابات بمرض اضطراب الوسواس القهري، فعندما تم علاج هؤلاء المرضى بمضاد الوسواس والاكتئاب تحسنت الأعراض كثيراً، وهذا نفسه ما حدث عند معالجة مرضى اضطراب الوسواس القهري بمضادات الاكتئاب والوسواس.ولذلك سُميت بطيف الوسواس القهري.
● واليك بعض الحالات كنماذج لاضطرابات طيف اضطراب الوسواس القهري، تعاملت معها فى حياتى المهنية مع ذكر أمثلة واقعية :

الألم المزمن

مريض فى الأربعين من عمره، يعمل نجارا فى سقف المنازل، وكان قد أصيب فى ظهره منذ عشر سنوات إثر سقوطه من فوق أحد الأسطح وخضع بعدها لست عمليات جراحية فى الظهر، ولكنه ظل يشعر بالألم، وقد كان مستسلماً للمرض طريح الفراش وكاد يفقد أسرته لأنه لم يكن يفكر إلا فى الألم، ولكن

هناك مجموعة من الاضطرابات اصطلح حديثاً على تسميتها اضطرابات طيف الوسواس القهري، والأشخاص الذين يعانون من هذه الاضطرابات يركزون بشكل مفرط على أفكار لا يريدونها، ولكنها تلح على أذهانهم بحيث لا يستطيعون إخراجها من حيز تفكيرهم إلا إذا تصرفوا بشكل معين..وقد وجد أن هذه الاضطرابات تشترك فى مكان الإصابة بالمخ .. وتحدد بعض الاضطرابات التى تشكل طيف الوسواس القهري كالآتى: اضطراب نزع الشعر واضطراب قضم الأظافر ومتلازمة توريت، وهى عبارة عن اضطرابات صوتية وحركية ولا إرادية والذعر وهوس السرقة واضطراب التشوه الجسمى، وهو شعور بأن جزءاً من الجسم شكله قبيح جدا وهوس إشعال الجرائق والتسوق القهري والمقامرة المرضية والألم المزمن واضطرابات الإدمان واضطرابات الأكل وأضيف إليها اضطراب التحدى الاعتراضى.

واليك عيّنة من الأفكار الهاجسية التى تؤثر بشكل كبير على السلوك

١ - الألم المزمن : إننى أشعر بألم شديد.. إننى أشعر بألم شديد-
٢- اضطرابات الأكل : كفقدان الشهية للطعام أو الشره المرضى للطعام، إننى سمين جدا.. إننى سمين جدا، على الرغم من فعل ما يتعارض مع هذا.

المرضى الذين ينتفرون بالإجباط وهوس الشراء وإدمان المخدرات

تم علاجهم بمضاد الوسواس والاكتئاب وتحسنت حالاتهم كثيراً



د/ علاء فرغلي

استشاري الطب النفسي

أمامه إلا أن يطلقها بعد أن اكتشف ديونا تقدر بثلاثين ألف جنيه.. وحضرت العيادة للعلاج بعد أن شعرت بالخزي والخوف والاكتئاب وكانت تعاني من قلق مزمن استمر معها طوال حياتها، ففي مرحلة المراهقة كانت تعاني من اضطراب الأكل وكان لها ابن عم يعاني من اضطراب الوسواس القهري.. وعندما كانت تشترى في فكرة أو سلوك الإنفاق والشراء كانت تجد صعوبة كبيرة في التوقف عنه.. قد افادها كثيرا تناول دواء مضاد للهواجس والاكتئاب كجزء من عملية الشفاء بجانب العلاج النفسي المعرفي السلوكي.

اضطراب التحدي الاعتراضي

وهو اضطراب سلوكي يوصف به الأطفال والمراهقون الذين يميلون إلى السلبية والعدوانية والتحدى والاعتراض والجدل كما أنهم يتصفون بسرعة الانزعاج وكثرة الغضب وخاصة عندما لا يحصلون على ما يريدون، ومثل هؤلاء الأطفال ما يكونون غير متعاونين ويميلون إلى قول لا حتى إذا كانت نعم لمصلحتهم.. والسؤال الذي أطره على الوالدين مساعدتي على تشخيص هذا الاضطراب هو من كل عشر مرات تطلب فيها من الطفل أن يفعل شيئاً ما، كام مرة يفعل هذا الشيء دون جدال أو شجار، ومعظم الأطفال ينصاعون لسبعة أو ثمانية طلبات من بين كل عشر طلبات يطلبها الوالدان دون مشاكل أما الأطفال المصابون باضطراب الوسواس القهري فينصاعون عادة لثلاثة أو أربعة طلبات أو أقل من ذلك ومنهم من لا ينصاع إطلاقاً.

● طفل مريض يبلغ من العمر عشر سنوات وكان قد جاءني بسبب سلوكه الاعتراضي المتزايد، وقد تم فصله من الدراسة مرتين في الصف الرابع لأنه كان يرفض فعل ما يطلب منه، وقد طلبت المدرسة من والديه ألا يعيداه للمدرسة إلا بعد علاجه، ومن خلال فحص حالته اتضح أنه مصاب باضطراب التحدي الاعتراضي.. وبعد أن تحسنت حالته بشكل بسيط من خلال العلاج السلوكي وصف له تناول دواء مضاد للوسواس، وخلال أسبوعين ظهر تحسن إكلينيكي ملحوظ عليه.. وقد عاد إلى مدرسته، وفي العام التالي حصل الطفل على درجات مرتفعة.

سيدمر حياتي ولكنني أشعر بأنني إذا لم أفعل هذا فإنني ساشعر بتردد متزايد، وقبل أن أخسر كل شيء كنت أعتقد أنني قد أفوز. وهذا الفكر كان يسيطر على تفكيري، وقد كان المريض ينتمي لبيت مدمن على الكحول، فوالده وجدّه لأبيه كانا مدمنين للكحول وعلى الرغم من أنه نفسه لم يكن لديه مشكلة مع الإدمان، إلا أنه من الواضح أن لديه إدماناً من نوع ما.. وقد كان لشرح حالته بالتفصيل للمريض دور مفيد في العلاج، حيث أصبح بمقدوره أن يتعرف على العديد من أفراد أسرته ممن يعانون من مشاكل في تحويل الانتباه.. وقد قال لي لا بد أن ترى جميع أفراد الأسرة لتعالجهم فهم دائماً في شجار دائم مع بعضهم، كما أنهم قد يضمرون الضغائن لسنوات وسنوات، وقد انضم المريض إلى جلسات العلاج الجماعي بالإضافة إلى خضوعه إلى العلاج النفسي المعرفي السلوكي وتناوله إلى جرعة صغيرة من Prozac لمساعدته على التحول عن الأفكار الهاجسية التي تتعلق بالمقامرة، وفي النهاية استطاع أن يعيد علاقته مع زوجته ويعيد بناء مشروعه.

الإنفاق القهري (هوس الشراء)

هو أحد المظاهر الدالة على وجود مشاكل في المخ، والشخص الذي يعاني من هذا يجد متعة في متابعة البضائع وشرائها وتجده يقضي وقتاً طويلاً في التفكير المتكرر الوسواسي في أنشطة التسوق، ومثل هذا الإدمان يمكن أن يدمر الوضع المادي للشخص ويضر بعلاقته ويكون له آثار سلبية على عمله.

مريضة كانت تعمل كمديرة مكتب بإحدى الشركات الكبرى، وكانت تجد ما يدفعها للذهاب لأسواق مشهورة بالقرب من شركتها وذلك يومياً بعد الانتهاء من العمل، وكانت تشعر بنوبة من الإثارة وهي تشتري ملابس لها ولأسرتها، وكانت تستمتع بشراء الهدايا للآخرين حتى وإن كانوا مجرد معارف، المهم عندها أن تتسوق وتشتري.. وعلى الرغم من أنها كانت تشعر بأن عليها ألا تنفق المال إلا أنها كانت تجد متعة في الإنفاق لا تستطيع معها أن تمنع نفسها منه، وكثيراً ما كانت تتور بينها وبين زوجها المشاجرات بسبب ما تنفقه في جولات تسوقها المفرطة فيها، وقد وصل بها الأمر إلى اختلاس الأموال من العمل حيث كانت مسؤولة عن دفتر شيكات الشركة وبدأت تكتب وتصرف شيكات لبائعين وهميين لتغطية دينها الشخصي، ولكن بعد مراجعة الحسابات واكتشاف أمرها توقفت عن الاختلاس، ولكن إدمانها للشراء لم يتوقف ولم يجد الزوج

حالتها بشكل كبير على مدى الأشهر الثلاثة التالية إلى حد أنها كانت تأكل بشكل طبيعي، وتوقفت تماماً عن تناول المليّنات وأصبحت تقوم بالتمارين البدنية يومياً فترة تقل عن الساعة.

إدمان المخدرات أو الكحول

بدأ مريض في تعاطي المخدرات والكحول وهو في السادسة عشرة من عمره ولم يعرف والداه بهذا إلا وهو في التاسع عشر، وكان يتناول الحشيش يومياً وفي السنة الأخيرة كان يشرب زجاجة من الكحول يومياً على حد قوله، وقد صرح بأنه حاول أكثر من مرة الإقلاع عن هذا ولكن دون جدوى وعندما جاء به والداه اتضح لي وجود تاريخ أسرى حافل بإدمان المخدرات والكحول من ناحية الأب، وذلك على الرغم من أن أياً من الوالدين لم يتناول المخدرات أو الكحول، وقد تم وصف مضاد اكتئاب ووسواس له بالإضافة إلى العلاج النفسي الفردي والعلاج الجماعي، وقد أشار المريض إلى أنه بعد العلاج كان لا يزال يشعر برغبة في تناول هذه المواد المخدرة، ولكنه كان يشعر بقدرته على تجنب هذه الرغبة بسهولة أكبر من خلال الوسائل السلوكية التي تعلمها حيث أصبح بمقدوره أن يبعد فكرة الحشيش والكحول عن ذهنه.

المقامرة المرضية

يستمتع الكثيرون بالمقامرة حيث يشعرون بالسعادة عندما يفوزون وبالإحباط إذا خسروا، وهم يدركون أن المقامرة لعبة حظ كاشياء كثيرة في الحياة ولكن هناك البعض يدمنون المقامرة ولربما دمرت حياتهم برمتها.. وقد عرّفت جمعية الطب النفسي الأمريكية المقامرة المرضية بأنها سلوك دائم ومتكرر يتصف بسوء التكيف ويؤدي لإفساد الحياة الشخصية والأسرية والوظيفية، والمقامرة المرضية عادة ما تبدأ بفوز كبير ويظل هذا الفوز عالقا في ذهن المقامر ويظل يحاول تحقيقه مرة أخرى إلى حد تدمير نفسه.

● مريض جاء للعيادة بسبب شعوره بالإحباط وذلك بعد أن هجرته زوجته بعد أن أعلن إفلاسه وبعد أن أتت المقامرة على ماله، فقد كان المريض رجل أعمال ناجحاً يعمل بجد من أجل البدء في مشروعه الخاص، ولكن في السنوات القليلة التي سبقت مجيئه لي كان يقضي معظم وقته في لعب القمار.. وفي أول جلسة لنا قال لي إنني أشعر بشيء يدفعني نحو المقامرة، وأنا أعرف أن هذا

تناول دواء مضاد للهواجس والاكتئاب.. جزء من عملية الشفاء بجانب العلاج النفسي المعرفي السلوكي

