

البيئة وتأثيرها على الألم

تؤثر الأحداث التي تدور حولنا على شدة الألم والتصرف المصاحب له فالنشاطات التي تتطلب درجة عالية من الانتباه ومجهوداً جسدياً ودرجة عالية من الانفعال قد تمنع ظهور الألم فمثلاً في لعبة كرة القدم قد لا يحس اللاعب باللطمة أو الضربة لحين فوات اللحظة الحاسمة.

كذلك قد لا يشعر الجندي في المعركة بالألم الناتج عن الإصابة لحين انتهاء الاشتباك، ومن المعروف بأن الحاجة للمسكنات القوية قليلة في الجنود المصابين بجروح خطيرة قياساً بنظرائهم من المدنيين؛ ذلك لأن الظروف التي أدت للألم مختلفة، فالإصابة بالجروح محبذة لدى الجندي؛ لأنها قد تعني خروجه من المعركة وبالتالي تقليل احتمالات إصابته بإصابات أخطر.





ولكن في حالة المدني فإنه يصاب بدرجة من التوتر عالية نتيجة الخوف من العواقب الجسمية والاجتماعية والتي قد تهدد حياته. وعليه فإن الإصابات التي تؤدي إلى ضعف القدرة الجسمية أو فقدان القدرة على الكسب أو فقدان المكانة العائلية أو الاجتماعية يصاحبها التوتر في بداية الأمر، وفي الغالب الغضب، وبعد ذلك الكآبة وضعف القدرة على تحمل الألم.

أما إذا كان التأثير الجسماني لفترة قصيرة وقابل للعلاج رغم أنه غير مستساغ فإنه يؤدي إلى استجابة مختلفة مع وجود التوتر في البداية والتفكير المتزايد بالتأثير الجسماني ولكن القدرة على تحمل الألم تكون أكبر والكآبة تظهر بنسبة أقل.