الفصل الثاني

أهمية دراسة الاكتئاب

من الأشياء التي تجعل موضوع الاكتئاب علي قدر كبير من الحيوية والأهمية، أنَّ أحد العلماء ويُدعي « ولسين » Wulsin يذكر أن خطر الاكتئاب في درجاته المرضية، لا يقلّ عن خطر الأمراض الجسميَّة الشديدة كأمراض الأوعية الدمويَّة والقلب. وأكَّد رأيه بذكر دراسة مسحية علي (١١٢٤٢) من المرضي الزائرين لعيادات الرعاية الأولي، بيَّنت أنَّ مخاطر الاكتئاب سواء بلغ المستوي المرضي، أو ظلّ في المستوي العُصابي تتساوي أو تفوق الأمراض الجسميَّة المعروفة بمَّا فيها أمراض القلب، وأمراض الروماتزم، والسكري، وإمراض الجهاز الهضمي.

وهناك دراسات أخري تؤكِّد هذه الحقيقة، وتؤيد أنَّ الاكتئاب في أي درجة من درجاته يرتبط بالضَّعف في الوظائف البدنيَّة والاجتماعيَّة،جميعاً.

وهناك أيضاً، صلة معروفة ومؤكَّدة بين الاكتئاب والانتحار، فقد تبيَّن أنَّ نسبة الانتحار بين المكتئبين تزيد علي غيرها لتصل إلي ما يقرب من ١٥٪ . ومن بين كُلّ الحالات الانتحار التي تتم، تبيَّن أنَّ نسبة ٨٠٪ منها تسود بينهم حالات الاكتئاب، ولهذا نجد

ما يُشير إلي نسبة الوفاة المبكرة تزيد في حالات الاكتئاب، ربما بسبب تعرُّض نسبة من المكتئبين للانتحار.

فصلاً عن هذا تبيَّن أنَّ فرص الشفاء من المرض الجسمي، واضطراب الوظائف العضوية، تطول إذا كان المرض مصحوباً بالاكتئاب، بينما تزداد فرص الشفاء والعلاج السريع إذا كان المريض من النوع المتفائل والمبتهج، فضلاً عن هذا تتأثَّر، وتتفاقم لدي المرضي العاديين علي نحوٍ سلبي وظائف أخري لها علاقتها بالشفاء أو عدم الشفاء السريع. من ذلك مثلاً، أنَّ المكتئبين يميلون إلي تضخيم إحساسهم بالألم، كمَّا أنَّهم أقل ميلاً إلي متابعة العلاج الطبي والالتزام بالخطط العلاجيَّة والأدوية المطلوب تعاطيها، ممَّا يُساهم في تأثر علاجهم من الأوجاع والأمراض المُعتادة، التي تصيبهم.

● **الاكتئاب في العالم العربي:**

نظراً لأنَّ الدين الإسلامي، واللُّغة العربية، هما دين ولُغة الغالبية العظمى من النَّاس في غالبية أرجاء العالم العربي، فقد يتوهَّم البعض أنَّ العرب يشكلون حضارة متجانسة، لكن الحقيقة، ومن واقع البحث النفسي، أنَّ العرب لا يشكلون جماعات واحدة متجانسة، فسماتهم النفسيَّة، وخصائصهم الشخصيَّة، وأنماط الاضطراب النفسي والعقلي الشائعة بينهم تختلف باختلاف كثير من المتغيرات، بمَّا فيها الفروق

الجنسيَّة، والمكانة الاجتماعيَّة، والوضع الاقتصادي الطبقي، والانتماء السياسي، والديني، والقومي.. إلخ. ولسنا في حاجةٍ إلي تقديم ما يثبت ذلك، لأنَّ البحث عن الفروق بين البلاد العربيَّة، والفروق بين الجماعات في داخل المجتمع العربي الواحد، يُعتبر من المجالات الأثيرة في الغالبية العظمي من البحوث النفسيَّة والاجتماعيَّة، وبحوث الطب النفسي.

لكن الدراسات التي قارنت بين عينات عربية وغير عربية، بيَّنت أنَّ هناك بعض الفروق في بعض القواعد السلوكيَّة العامَّة والمشتركة بين فئات عريضة، من الجماعات العربيَّة التي تميزها عن غيرها من الجماعات الأخرى في البيئات الأخرى، ممَّا يدل علي أنَّ العرب، بالرغم من عدم تجانسهم، يتباينون عن غيرهم من حيث ما يستند إلي هذه القواعد السلوكيَّة من خصائص سلوكية مقبولة أو مستهجنة، أو أنماط من الاضطراب النفسي أو الشخصي التي تشيع بينهم، ممَّا يُشكِّل تحديين رئيسيين لبحوث الصحَّة النفسيَّة في المجتمعات العربيَّة ،وممارساتها، ففضلاً عمَّا تتطلبه الفروق بين الحضارات العربيَّة وغيرها من ضرورة التخطيط لسياسة الصحَّة النفسيَّة، بحيث تتجه لمواجهة المشكلات الخاصَّة بها، نحتاج أيضاً إلي تطويع مفاهيم الصحَّة النفسيَّة ـــ نظرية أو تطبيقية ـــ بحيث تستوعب كذلك الحاجات الخاصَّة لمختلف الجماعات داخل المجتمع العربي الواحد.

والحقيقة التي تدعو - للأسف - أنَّه لا توجد لبحوث الصحَّة النفسيَّة، ومدي انتشار الاضطرابات النفسيَّة في العالم العربي سياسة متسقة، أو هيئة تخطيطية عُليا، أو تلك التي تهدف لتحقيق ترقية أكاديمية مُعيَّنة، أو لتفي بمتطلبات الدراسات العليا في الجامعات وبعض مراكز البحوث، ومن ثمَّ فقد يعتقد الشخص المتعجل ــ خطأ ــ أنَّ خدمات الصحَّة النفسيَّة بجوانبها العلاجية، والتشخيصيَّة، والوقائية لا تُشكِّل مطلبا مُلِحاً أو ضرورة قصوى للمواطن العربي، والحقيقة أنَّنا وجدنا بتقصي بعض البحوث المتناثرة في هذا الميدان ما يُشير تماماً إلي عكس ذلك.

ففي دراسة قام بها الدكتور « عبد الستار إبراهيم »، قارن خلالها بين عينات عربية وعينات أنجلو ــ أمريكية من حيث بعض الخصائص الشخصيَّة والمرضية، تبيَّن أنَّ المصريين يحصلون علي أعلي الدرجات في مقياس النزعة العُصابية، ومن المعروف أنَّ النزوع العُصابي يشكل مناخاً مهيئاً لاكتساب شتي الاضطرابات النفسيَّة والانفعاليَّة بمَّا فيها الاكتئاب، وتدعمت هذه النتيجة في دراسات أخري بيَّنت أنَّ الأبعاد الشخصيَّة المرضية والرئيسة مثل النزعة العُصابية والذهانية والإجرامية يمكن تمييزها في مصر والسعودية والكويت، كمَّا أمكن تمييزها في بريطانيا والولايات المتحدة الأمريكية.

وفي دراسة أخري، تبيَّن أنَّ الطلاب الليبيين يحصلون علي درجات متشابهة للغربيين علي مقياس النزعة نحو الأمراض النفسيَّة، ولكنَّهم حصلوا علي درجات أعلي من الغربيين علي مقياس الخجل والقلق الاجتماعي.

وفي دراسةٍ حديثة تبيَّن انتشار كثير من المشكلات النفسيَّة والسلوكيَّة التي تستحق الرعاية المهنية المتخصِّصة بسبب شدتها وخطورتها، ومع ذلك، فهي لا تتلقاها، فمثلاً أنَّ الأعراض الدالة علي وجود اضطرابات الاكتئاب، وباستخدام المقاييس النفسيَّة تنتشر بين أعداد كبيرة من الطلاب في إحدى الجامعات السعودية، بما في ذلك: الميل إلي اللَّوم الذَّاتي (٦٤٪)، والشعور بالعجز(٢٥٪)، فقدان الشهية (٤٩٪)، اضطرابات النَّوم (٣٨٪)٠وبالمثل، فقد عبرَّ أفراد كثيرون من نفس العينة عن أعراض أخري ذات متضمنات مرضية، منها :العجز عن التركيز (٥٤٪)، الخجل الشديد (٥٣٪)، التشنُّج عندما تثور أعصابهم (٤٢٪)، والصعوبات الدراسيَّة (٣٣٪).

●●●