الصحة العقلية والصحة العامة

عقدت لجنة خبراء الصحة العقلية التابعة للمنظمة الدولية للصحة WHO[1] عدة جلسات من ١١ إلى ١٦ سبتمبر سنة ١٩٥٠ فى جنيف (سويسرا) للبحث فى صلة الصحة العقلية بالصحة العامة . وكان رئيس اللجنة الدكتور منتجر من الولايات المتحدة واشترك فى اللجنة ممثلوا الدول الآتية :

انجلترا ، فرنسا ، السويد ، هولندا ، البرازيل .

ورأت اللجنة أن تستهل أبحاثها بتعريف « الصحة العقلية » و « علم الصحة العقلية » تعريفاً دقيقاً واضحاً يسمح بتحديد مدى الارتباط الذى يجب أن يقوم بين الصحة العقلية والصحة العامة. وقد عرفت « الصحة العقلية » بأنها حالة ، خاضعة للتغير تحت تأثير عوامل بيولوجية واجتماعية ، تجعل الشخص قادراً على أن يحسن التوفيق والتأليف بين دوافعه الغريزية المتضاربة ، وعلى أن ينسجم بطريقة ثابتة مع الآخرين وأخيراً على أن يساهم فى كل ما يؤدى إلى تغيير إصلاحى فى بيئته الطبيعية والاجتماعية . أما علم الصحة العقلية فهو مجموعة الإجراءات العملية والوسائل الفنية التى تحقق الصحة العقلية وتحافظ عليها .

إن لعلم الصحة العقلية صلات مباشرة وغير مباشرة بجميع خدمات الصحة العامة. ويجب على جميع المشتغلين بشئون الصحة العامة أن يلموا بأصول الصحة العقلية وبحقائق الطب العقلى الإكلينيكى لكى يؤدوا رسالتهم على أحسن وجه . وقد تناولت اللجنة بحث أهم الميادين التى تتأثر فيها الخدمة الصحية بأصول علم الصحة العقلية أحسن تأثير . فيجب مثلا مراعاة ما تنطوى عليه حالة الحامل فى عوامل انفعالية وما يعترى الزوجة والزوج معاً من قلق وخوف بشأن الطفل المنتظر وما قد تؤدى إليه الحالة الانفعالية من اضطراب العلاقات بين أعضاء الأسرة .

وكذلك فيما يختص بالأطفال الصغار يجب تنبيه المرضعات إلى ما قد يصيب الطفل فيما بعد من اضطرابات سلوكية من جراء تطبيق نظام صارم فى التغذية والرعاية.

(١) Chronicle of the World Health Organization. December 1950, Geneva

وتعد علاقة الأم بالرضيع أو بالطفل الصغير عاملا هاماً فى نشأة الطفل النفسية وتحقيق نضجه الانفعالى . ويجب التنبيه إلى عدم فصل الطفل عن أمه خاصة فى السنوات الثلاث الأولى . وإذا اضطرت الأم إلى إرسال طفلها الصغير إلى دور الرضاعة يجب أن يجد الطفل ما يقوم مقام الأم من حيث علاقات العطف والحب .

وتلح اللجنة على ضرورة ضم الناحية النفسية إلى الناحية الجسمية فى الإشراف الصحى على تلاميذ المدارس ، وعلى ذلك يجب على طبيب المدرسة أن يكون ملما بأصول الصحة العقلية وأن يساهم مع إدارة المدرسة فى تحقيق جو صالح للنمو الانفعالى المتزن .

وفى حالة العناية بذوى العاهات أو بالمسنين يجب التنبه إلى أهمية العامل النفسى فى تحسين الحالة العامة ، بحيث يشعر صاحب العاهة بأنه لا يزال عضواً نافعاً فى المجتمع .

وهناك مشاكل نفسية تنشأ من المخاوف التى تثيرها الأمراض المعدية ومن ضرورة عزل المصابين بها ، مثل أمراض الجذام والسل والزهرى . ففى أمراض الصدر مثلا يقوم العامل النفسى بدور هام فى سير المرض وفى تحقيق الشفاء . فقد يعوق الشفاء شعور المريض بأنه فقد كل غاية فى الحياة وخوفه من عجزه عن التكيف مع المجتمع من جديد بعد خروجه من المصحة . فلا بد إذن من أن يراعى الطبيب أثر العامل النفسى فى مرضاه وأن يعنى المجتمع بمصير المرضى بعد عودتهم إلى الحياة العاملة .

وقد تعرضت اللجنة لموضوع غاية فى الأهمية وهو موضوع التربية الصحية للجماهير ، هل تكون هذه التربية جماعية أم فردية ؟ فقد لوحظ أن أضرار التربية الصحية الجماعية أكثر من فوائدها وخاصة فى مجال الصحة العقلية . يجب أن تكون التربية الصحية فردية بقدر الإمكان . كذلك قد تقوم فى بعض البلاد حملات فى الصحف لمكافحة بعض الأمراض كالسرطان وشلل الأطفال أو لجمع التبرعات ، ولكن يخشى فى هذه الحملات الصحفية أن تنشر القلق والرعب فى الجمهور وأن تزودهم أحياناً بمعلومات خاطئة مما يزيد فى انفعاليتهم وسرعة تأثرهم ، غير أن اللجنة تستثنى موضوعين وتدعو إلى معالجتهما فى حملات صحفية وهما أولا : المجهودات التى يجب بذلها لمنع الحوادث والوقاية منها فى الطرقات العامة

وفى المصانع . ثانياً : محاربة الإعلانات التى تنشر فى الصحف عن الأدوية وخصائصها العلاجية . فإن هذه الدعاية التجارية للأدوية فى الصحف العامة تثير فى عدد كبير من القراء وساوس المرض وتحملهم أحياناً على أن يلجأوا إلى هذه الأدوية لعلاج أمراض وهمية ، بل قد تؤدى هذه الإعلانات إلى إصابة القراء ببعض الأمراض السيكوسوماتية (أى النفسية الجسمية) كالصداع وسوء الهضم .

وهناك مشكلة أخرى تناولتها اللجنة بالبحث وهى مشكلة المهاجرين وما يلاقونه فى بادىء الأمر من مصاعب للتكيف مع البيئة الجديدة . وقد يلاحظ أن الشبان من المهاجرين أقدر على التكيف من الشيوخ مما قد يخلق فى الأسرة الواحدة جوًّا من التوتر ومن سوء التفاهم بين الصغار والكبار(١).

واختتمت اللجنة بحوثها بالإشارة إلى ضرورة تدريب المشتغلين بالصحة العامة من أطباء وممرضين وممرضات فى ميدان الصحة العقلية وذلك بتنظيم دراسات خاصة لمن يعملون الآن فى ميدان الصحة العامة ، ثم إضافة مادة الصحة العقلية إلى برنامج الدراسة فى كليات الطب ومعاهد التمريض وأخيراً تكوين خبراء فى الصحة العقلية ليعملوا فى ميدان الصحة العامة فى المستشفيات وذلك بإضافة المواد الآتية إلى برنامج الدراسة : الطب العقلى ، الخدمة الاجتماعية لمرضى العقل ، علم النفس الإكلينيكى ، تمريض مرضى العقل وأخيراً دراسة أسس الصحة العقلية دراسة عميقة وتطبيقها فى ميدان الصحة العامة .

ى . م

(١) المقصود هنا الهجرة من بلد إلى بلد أجنبى آخر. ولكن يوجد نوع آخر من الهجرة هى الهجرة الداخلية من الأقاليم إلى العاصمة كما هى الحال فى عدد كبير من طلبة الجامعات المصرية. ومما هو جدير بالذكر أن الغرض الأول الذى ترمى إليه مؤسسة مدينة فاروق الأول الجامعية بالجيزة هو مساعدة طلبة الأقاليم على التكيف السريع مع بيئتهم الجديدة .