

طبيعتا الأمراض النفسية

وأنواعها

○ هل امريض النفسي نوع واحد.. " الجنون " ، أم أمراض متعددة ؟
بداية يجب التأكيد علي انه لا يوجد شئ اسمه " الجنون " ، وهذا اللفظ الذي يتداوله بعض الناس ليس له أي مدلول علمي ، ولا نستريح لاستخدامه لوصف أي حالة ، فالمرض النفسي لا يختلف عن الحالات المرضية الأخرى ، ومن الفاحية العلمية يتم تقسيم الحالات النفسية إلي مجموعات لكل منها خصائصه المميزة من حيث أسبابه وأعراضه وأسلوب علاجه .

ولعل ذلك هو ليليل آخر علي أهمية تغيير معتقدات العامة من الناس نحو فهم طبيعة المرض النفسي عن طريق التوعية وتوفير المعلومات الصحيحة التي ترشد إلي كيفية التعرف علي الحالات النفسية مبكراً ومعاملة المرضي بالطريقة السليمة اللائقة ، وطلب العلاج لدى المتخصصين في الوقت المناسب قبل أن تسوأ حالة المريض .

○ ما الأنواع الرئيسية للأمراض النفسية ؟

تنقسم الاضطرابات النفسية إلي مجموعتين رئيسيتين من الأمراض، الأولى تضم الحالات الخفيفة نسبياً ويطلق عليها الاضطرابات العصابية ، وفي هذه الحالات لا يفقد المريض صلته بالواقع ، ويظل رغم معاناته مستمراً في القيام بواجبه نحو عمله ونحو أسرته ، ويذهب بنفسه عادة لطلب العلاج ، وغالباً ما يحدث تحسن سريع واستجابة جيدة للعلاج في هذه الحالات بالأساليب النفسية

الحديثة والدواء دون الحاجة إلى دخول المريض إلى المصحات والمستشفيات النفسية ، مثال ذلك حالات القلق والوسواس والهستيريا .

أما المجموعة الثانية من الاضطرابات فهي أكثر شدة في مظاهرها ويطلق عليها الاضطرابات العقلية الذهانية ، ولا يكون السبب واضحاً في معظم هذه الحالات ، ويحدث عادة اضطراب في علاقة المريض بالواقع وبالمحيطين به ويعجز عن التكيف مع المجتمع ، وقد يستلزم الأمر وضعه داخل إحدى المصحات حتى يمكن السيطرة على الأعراض الحادة ، وتزول الخطورة عن المريض وعلي المحيطين به . ومثال ذلك حالات الفصام العقلي والاكتئاب والهوس .

وبالإضافة إلى ذلك توجد بعض الحالات البينية والتي لا تصنف داخل سائتين المجموعتين ، ومنها علي سبيل المثال اضطراب الشخصية والاضطرابات النفسية الجنسية وبعض الأمراض النفسية التي تصيب الأطفال أو المرأة أو كبار السن .

○ أي أنواع امراض النفس أكثر خطورة علي اطربض وعلي من حوله ؟
تتفاوت الأمراض النفسية من حيث شدة الأعراض التي تؤثر علي توافق المريض مع المحيطين به وقدرته علي تادية مسؤلياته في الأسرة والعمل والمجتمع فمنها ما يمكن للمريض احتماله ، ومنها ما يسبب له إعاقة كاملة ، ومن الأمراض النفسية ما يكون مزمناً تطول معاناة المريض فيه لسنوات طويلة ، ومنها أيضاً ما يتعذر علاجه ولا يشفي منه المصاب تماماً ، وأحياناً ما يتجه المرض إلي العودة مرة أخرى بعد أن تتحسن حالة المريض من النوبة السابقة .

وكمثال علي المرض النفسي الذي يشكل خطورة علي حياة المريض الحالات الحادة من الاكتئاب النفسي التي تحمل خطورة إقدام المريض علي الانتحار، ومن المرضي من تكون خطورته أكثر علي المحيطين به مثل الحالات التي تظهر لديها ميول عدوانية مثل مرضي الفصام والذهانات العضوية واضطراب الشخصية .

○ هل توجد علاقة بين الأمراض النفسية ومراحل العمر المتخلف؟

بعض أنواع الاضطراب النفسي كالقلق والاكتئاب يمكن أن تحدث في أي مرحلة من مراحل العمر، لكن هناك أمراض أخرى ترتبط دائماً بمراحل معينة من العمر، فمن الأمراض التي تحدث في مرحلة الطفولة التبول اللاإرادي وعبوب النطق والحركة في الأطفال، وفي مرحلة المراهقة تبدأ أعراض مرض الفصام عادة علاوة علي انحرافات المراهقين، وفي مرحلة منتصف العمر بين الأربعين والستين تحدث بعض الاضطرابات في الرجل والمرأة، أما مرحلة الشيخوخة فلها خصائصها وأعراضها التي تحدث نتيجة للتغيرات البدنية والنفسية المصاحبة لتقدم السن .

ومع التقدم الذي شهده الطب النفسي مؤخراً فقد استحدثت تخصصات داخل هذا الفرع ووحدات مستقلة في تخصص الطب النفسي للأطفال والمراهقين والطب النفسي للمسنين، حيث تقوم هذه الوحدات بتشخيص وعلاج هذه الفئات من السن وتخطط للاستشارات وبرامج الوقاية من الاضطرابات النفسية لكل مرحلة بالغة .

○ هل هناك حد فاصل بين حالة الصحة النفسية وبدائية ظهور
علامات اطرش النفسى ؟

من الناحية العملية قد يكون من الصعب أحياناً أن نحكم علي شخص ما أنه "طبيعي" أو غير طبيعي ، وربما يرجع ذلك إلي الاختلاف المتوقع بين الناس فيما يتعلق بطريقتهم في التفكير وسلوكياتهم وأسلوبهم في الحياة ، ومن الطريف أن تعريف حالة المرض يكون أيسر بكثير من الاتفاق علي من هو الشخص "الطبيعي" .

ولعل مرجع ذلك هو تباين واختلاف الصفات الشخصية للناس بصفة عامة ، فمن الناس " الطبيعيين " من يتميز بالتطرف في صفات معينة بدرجة لا تصل إلي المرض ، وفي نفس الوقت تزيد عن المعتاد بدرجة تضع هؤلاء الأشخاص في مرحلة بينية لا هي الحالة السوية المثالية ولا هي حالة المرض النفسي الواضحة من ذلك مثلاً الشخص المثالي ، والذي يتميز بصلابة الرأي ، والمتطرف الديني والمفرط في أحلام اليقظة ، والشخص كثير الشكوى من حظه العاثر ، ومتقلب المزاج والذي يعاني من مركب نقص ، أو الذي يعيش أسيراً للأوهام.

ولعل كل ما سبق من صفات شخصية نلاحظه في بعض الناس من حولنا بدرجات متفاوتة لكنهم لا يعتبرون من المرضى النفسيين علي أي حال ، أما الأشخاص الذين لا يمكنهم التوافق مع المجتمع والقيام بدورهم في الحياة ويعجزون عن مسانرة الواقع من حولهم فإننا نعتبرهم قد تخطوا حدود الحالة السوية وبدأت لديهم مظاهر حالة المرض النفسي الذي يستلزم التدخل والعلاج .

أسباب الأمراض النفسية

○ هل ينقل امراض النفسي بالوراثة عن الأجيال ؟

لوحظ وجود حالات لأمراض نفسية متشابهة في نفس الأسرة أو إصابة أقارب المريض بنفس الحالة مما يدل علي أهمية الناحية الوراثية في انتقال الأمراض النفسية ، ويساعد علي هذا الانتقال الوراثي زواج الأقارب في الأسر التي توجد بها حالات مرضية معروفة مثل الفصام والاكنتئاب أو الصرع .

ويؤكد وجود العامل الوراثي في المرض النفسي الدراسات الحديثة التي أجريت علي الجينات وهي الأجزاء الدقيقة المسئولة عن حمل الصفات الوراثية في كلا الأبوين ، كما أجريت دراسات علي التوائم حيث يظهر المرض علي كليهما حتى لو تم الفصل بينهم منذ الولادة ونشأ كل منهما في بيئة مختلفة ، وتزد احتمالات حدوث المرض إذا كان الأب والأم كلاهما يحمل الصفات الوراثية المرضية فتنتقل إلي نسبة كبيرة من الأبناء ، أما لو كان أحدهما فقط مصاب بالمرض فتكون فرصة إصابة الأبناء أقل .

وتوجد في الدول المتقدمة بعض المراكز التي تقدم الاستشارات في هذا المجال للراغبين في الزواج وتجري الفحوص لهم وتوضح إمكانية واحتمالات انتقال أمراض معينة في الأجيال التالية بهدف الوقاية من انتشار بعض الأمراض النفسية التي يصعب علاجها .

○ هل تؤثر الظروف واطواقف التي تعرض لها الإنسان في مرحلة الطفولة في حياته ونسب إصابته بأمراض النفسي فيما بعد ؟

تعتبر فترة الطفولة المبكرة من أهم الفترات التي يتم فيها بناء الشخصية بالنسبة لكل منا ، وتبعاً لفرويد فإن الطفولة المبكرة تنقسم إلى عدة مراحل هي المرحلة الغمية التي يكون الفم هو وسيلة الحصول علي الإحساس واللذة تليها المرحلة الشرجية ثم مرحلة التعرف علي الأعضاء الجنسية ويظل الطفل في حالة استقرار حتى تبدأ مرحلة المراهقة بالتغيرات البدنية والنفسية المختلفة ومنها إلي حالة النضج ، ويذكر علماء التحليل النفسي أن أي موقف يتعرض له الإنسان في هذه المراحل ويتسبب عنه انفعال نفسي يمكن أن يتسبب في ظهور حالة الاضطراب والمرض النفسي بعد سنوات طويلة نتيجة للشحنات الانفعالية التي تظل مختزنة داخل العقل الباطن .

وللدلالة علي ذلك فعند دراسة حالات مرضي الفصام ، ومحاولة استكشاف الخلفية الأسرية لهم وجد أن بعض هؤلاء المرضي كان في مرحلة الطفولة يعيش في ظروف أسرية غير ملائمة ، فكان بعضهم يتلقى تعليمات متضاربة من الأب والأم ففي حين يطلب إليه الأب أن يفعل كذا تطلب منه الأم أن يفعل عكس ذلك وتمنحه مكافأة ، وهذا يسبب حالة من الحيرة وعدم الاستقرار للطفل الصغير قد تكون الجذور للمرض العقلي الذي يظهر فيما بعد.

كذلك فإن الخلافات بين الأبوين والتي يبدو أن الأطفال لا دخل لهم بها يمكن أن تؤثر سلبياً في حالتهم النفسية فيما بعد ، من ذلك ما يسمي بالطلاق العاطفي حين يعيش الزوجان معاً في بيت واحد ولكن لكل منهم عالمه الخاص دون

أي توافق مع الآخر، أو حين تهتز صورة أحد الأبوين كأن تقوم الأم مثلاً بالسيطرة الكاملة وينسحب الأب في دور سلمي، فقد ثبت وجود علاقة بين مثل هذه الأوضاع في الأسرة وإصابة الأطفال بحالات الاضطراب النفسي فيما بعد.

○ ما العلاقة بين التعرض لضغوط الحياة والإصابة بأمراض النفسية؟

لكل إنسان منا طاقة احتمال معينة، والناس يتفاوتون في قدرتهم علي احتمال الضغوط عند التعرض لمواقف الحياة المختلفة، فقد يتعرض شخصان معاً لموقف أو مشكلة واحدة يستطيع أحدهما مواجهتها برد فعل مناسب بينما يتأثر الآخر بطريقة مبالغ فيها قد تصل إلي حد الاضطراب، وذلك يتوقف علي بناء شخصية كل منهما وقدره احتماله في مواجهة المواقف والضغوط، وقد يساعد علي ظهور المرض النفسي وجود استعداد وراثي أصلاً لدى الشخص فيكون تعرضه لأي موقف هو القشة التي تقصم ظهر البعير حيث تبدأ علامات المرض في الظهور.

ومن أمثلة ضغوط الحياة التي تؤثر سلبياً في التوازن النفسي للأفراد التعرض لخسارة مادية، أو فقد شخص عزيز، أو الإصابة بمرض أو عجز، كما يلاحظ أن بقاء الفرد معرضاً للتهديد أو الخطر لمدة طويلة يؤدي إلي حالة الاضطراب النفسي، كما يتأثر نفسياً الذين يتعرضون لكوارث جماعية كالحرب والزلازل والفيضانات، وضحايا التعذيب والعدالة البطيئة.

ولقد صنف عالم النفس الأمريكي " هولمز " ضغوط الحياة تبعاً للتأثير

النفسي المتوقع عند التعرض لها وقام بتقدير ذلك بالنقط تبعاً للجدول التالي :

التقدير بالنقط	مواقف ومشكلات الحياة	اطلعل
١٠٠	وفاة شريك الحياة (الزوج أو الزوجة)	١.

التقدير بالنقطة	مواقف ومشكلات الحياة	المسائل
٧٣	الطلاق	.٢
٦٥	انفصال الزوجين	.٣
٦٣	السجن أو الاعتقال	.٤
٦٣	وفاة أحد أفراد الأسرة	.٥
٥٢	الإصابة بمرض شديد أو في حادث	.٦
٥٠	الزواج	.٧
٤٧	الفصل من العمل	.٨
٤٥	سوء التوافق في الزواج	.٩
٤٥	التقاعد أو الإحالة للمعاش	.١٠
٤٤	اضطراب صحي أو سلوكي لأحد أفراد الأسرة	.١١
٤٠	الحمل	.١٢
٣٩	مشكلات جنسية	.١٣
٣٩	إضافة عضو جديد للأسرة (مولود أو بالتبني)	.١٤
٣٩	تغيير هام في مجال التجارة (الإفلاس أو تأسيس مشروع)	.١٥
٣٨	تغيير هام في الحالة المالية (خسارة أو مكسب)	.١٦
٣٧	وفاة صديق عزيز	.١٧
٣٦	تغيير في طبيعة العمل	.١٨
٣٥	زيادة أو نقص عدد المجادلات اليومية بين الزوجين في الأمور المشتركة	.١٩
٣١	الحصول على قرض مالي كبير (لتأسيس منزل مثلاً)	.٢٠
٣٠	عدم سداد دين أو رهن	.٢١

التقدير بالنقط	مواقف ومشكلات الحياة	المحتصل
٢٩	تغيير في المرتبة بالعمل (كالترقية أو نزول المرتبة)	.٢٢
٢٩	رحيل أحد الأبناء عن المنزل (للزواج أو الدراسة)	.٢٣
٢٩	متاعب " الحموات "	.٢٤
٢٨	إنجاز شخصي رائع	.٢٥
٢٦	الزوجة عند بداية أو توقف عملها خارج المنزل	.٢٦
٢٦	الدراسة : عند البداية أو التوقف عنها	.٢٧
٢٥	تغيير ظروف الحياة المحيطة (الإسكان أو الجيران)	.٢٨
٢٤	تعديل بعض العادات الشخصية (كاللبس أو طريقة الحياة)	.٢٩
٢٣	متاعب مع الرؤساء بالعمل	.٣٠
٢٠	تغيير رئيسي في عدد ساعات العمل وظروفه	.٣١
٢٠	تغيير محل الإقامة	.٣٢
٢٠	الانتقال إلى مدرسة جديدة	.٣٣
١٩	تغيير ملموس في كمية ونوع الترفيه المعتاد	.٣٤
١٩	تغيير في النشاط الديني	.٣٥
١٨	تغيير في الأنشطة الاجتماعية	.٣٦
١٧	الحصول علي قرض صغير (لشراء تليفزيون مثلاً)	.٣٧
١٦	تغيير أساسي في عادات النوم (زيادة أو نقص أو موعد النوم)	.٣٨
١٥	تغيير هام في المواعيد التي يجتمع فيها أفراد الأسرة معاً	.٣٩
١٥	تغيير ملموس في عادات الطعام (كمية ومكان تناول الطعام)	.٤٠
١٣	الإجازة	.٤١
١٢	الأعياد	.٤٢

وكما ترى عزيزي القارئ بعد مطالعة هذه القائمة من مواقف ومشكلات الحياة التي يمكن أن يتعرض لها آي منا ، عليك أن تحدد ما صادفك منها خلال السنة الأخيرة ثم تقوم بجمع النقاط المقابلة لها ، وطبقاً لما يذكره العالم الأمريكي فإنه إذا تجمع لدى الشخص ما يصل إلى ٣٠٠ نقطة خلال عام واحد فلا بد من حدوث الاضطراب النفسي ، أما إذا كان مجموع النقاط من ١٥٠-٢٩٩ نقطة فإن احتمالات حدوث المرض النفسي تكون ٥٠٪ ، وكما ترى عزيزي القارئ - فإن يوسعك تطبيق هذا المقياس المبسط علي نفسك .

٥ هل صحيح أن الشكّل الخارجي للجسم والملامح لها علاقة بالإصابة بالأمراض النفسية؟

رغم أنه لا توجد قواعد ثابتة تصدق في كل الأحيان إلا أنه لوحظ وجود علاقة ارتباط بين نمط البناء البدني للجسم والملامح وبين اضطرابات نفسية معينة فقد لوحظ في مرضي الاكتئاب والاضطرابات الوجدانية أنهم يتميزون بتكوين جسمي مميز يطلق عليه البناء " المكتنز " ، حيث يميل الجسم إلى الامتلاء وقصر القامة واستدارة الوجه ، ويرتبط مرض الفصام العقلي بالبنية التي تميل إلى الطول والنحافة . بينما يرتبط بناء الجسم الرياضي ببعض اضطرابات الشخصية .

أما بالنسبة للملامح الخارجية فإنها في كثير من الأحيان تعطي دلالة علي الانفعال والحالة النفسية للشخص ، وتكون ذات معني لدى الطبيب النفسي حين يفحص المريض فعلامات المرح ترتبط بحالات الهوس ، وعلامات الحزن والانكسار

مع الاكتئاب ، وجمود الملامح في بعض حالات الفصام ، وقد حدد بعض العلماء ملامح للوجه ترتبط مع اضطرابات الشخصية التي تميل إلى السلوك الإجرامي ، لكن كل ذلك كما ذكرنا لا يرقى إلى مستوى القاعدة الثابتة في كل الحالات وتوجد استثناءات عديدة .

○ يقولون بأن اطرش النفسي يحدث نتيجة " مس الجن " ، ولا تُحسن حالة اطرش إلا بجروج العفاريك من جسده ، فلها هذا صحيح ؟ وما رأى الطب النفسي في ذلك ؟

من خلال ممارسة الطب النفسي في بلدان مختلفة ولسنوات طويلة فقد ألفنا الاستماع إلى حديث الجن والعفاريك وعلاقتها بالأمراض عامة وبالمرض النفسي بصفة خاصة ، وهذه المعتقدات تسود منذ زمن طويل وتجدد من يرددها حتى وقتنا هذا ، وربما أسهم الغموض الذي ظل يحيط بأسباب وعلاج الأمراض النفسية لوقت طويل في ازدهار هذه المعتقدات بين عامة الناس في كثير من المجتمعات .

والطريف أن تجد من يؤكد لك أنه سمع بنفسه الجن وهو يتحدث من داخل جسم مريض نفسي ، وآخر يؤكد لك أنه شاهد عملية خروج الجن من مريض بعد حوار أجراه معه أحد المعالجين الذين يعملون بالشعوذة ، والأدهى من ذلك من يقول بأن المريض قد شفي تماماً من أعراض المرض بعد عقد صفقة مع العفريت ليترك جسده بمقابل مادي تم الاتفاق عليه !

ولتوضيح الحقيقة وعرض وجهة النظر النفسية في هذا الموضوع نقول بداية أنه لا اعتراض لنا إطلاقاً على وجود الجن وقد ذكر ذلك في آيات القرآن الكريم

لكن ما لم يمكن إثباته بأي صورة هو تمكن هذه المخلوقات (الجن والعفاريت) من دخول جسم الإنسان والبقاء داخله والتسبب في اعتلال صحته البدنية أو النفسية وهذا ما يؤكد بعض علماء الفقه.

أما تفسير ما يحدث وما يرويه الناس ويتناقلونه فهو وصف لبعض الحالات النفسية فعلاً التي يحدث فيها تحول وتقمص من جانب المريض لوضع معين ثم يصاب بالذنوب التي يتحدث فيها بلهجة غير تلك التي تعودها فيعتقد كل المحيطين به أنهم يستمعون إلي العفريت ، وأؤكد في هذا المجال أنني قد شاهدت بنفسي بعض هذه الحالات ، وهي ليست سوى اضطرابات نفسية موصوفة في مراجع الطب النفسي وتوجد نظريات تفسر أسبابها ، وطرق علاجها ، وليس في الموضوع أي شيء من قبيل الجن أو العفاريت.

ويبقى التساؤل : لماذا إذن تشفى بعض هذه الحالات عند فك " العمل " أو التعامل مع السحر والعين التي تسببت فيها أو عند استخدام بعض التعاويذ ؟
والحقيقة أن نسبة من هذه الحالات تتحسن فعلاً بهذه الأساليب من العلاج لكن تفسير ذلك هو تأثير الإيحاء علي هؤلاء المرضى بما لديهم من استعداد للاستجابة لهذا الإيحاء ، ولعل تلك الوسيلة تستخدم أحياناً في علاج بعض حالات الهستيريا حين يكون المريض فاقداً للنطق أو مصاباً بشلل في أحد أطرافه فيكون الإيحاء في هذه الحالة بأنه سوف يشفي ويتكلم أو يحرك يده المشلولة إذا تناول قرصاً من الدواء أو حقنة معينه هي مجرد دواء وهمي ، ويحدث أن يستجيب المريض ويشفي فعلاً !

○ هل تنتقل الأمراض النفسية بالعدوى من شخص إلى آخر ؟

هذا في الحقيقة اعتقاد سائد لدى بعض الناس وبه يبررون خوفهم من الاختلاط أو الاقتراب من المرضى النفسيين ، ورغم أن هذه الفكرة ليس لها ما يبررها إلا أننا نلاحظ في بعض الأحيان وجود أكثر من مريض بالأسرة الواحدة مما يدفع علي الاعتقاد بأن عدوى المرض النفسي قد انتقلت من شخص إلى آخر لكن تفسير ذلك علمياً هو وجود عامل وراثي مشترك أو ظروف بيئية متشابهة أدت إلى التأثير عليهم جميعاً في نفس الوقت .

وفي هذا المجال أيضاً نذكر أن هناك بعض الحالات الغريبة التي قد تصيب الزوج وزوجته حيث يرددون أفكار مرضية واحدة وهذه الحالة يطلق عليها الجنون الثنائي ، أو قد يعترى اضطراب نفسي واحد مجموعة من الأفراد يعيشون معاً ويسمي بالجنون الجماعي ، وهذه الحالة لا يمكن أن ننظر إليها علي أنها نوع من العدوى بل تأثير متبادل .

ومن الأمثلة الطريفة علي ذلك ما يلاحظه البعض علي أفراد التمريض والعاملين الذين يخالطون المرضى في المستشفيات النفسية لمدة طويلة من تغيير في بعض طباعهم قد يفسره البعض علي أنه تأثير انتقال عدوى الاضطراب النفسي من المرضى إليهم ، وقد ينطبق هذا علي الأطباء النفسيين أيضاً كما يحل لبعض الأفلام الكوميدية تصويرهم ، لكنني كواحد من هؤلاء الأطباء النفسيين لا أستطيع نفي ذلك أو تأكيده !

وهناك بعض النظريات في تفسير أسباب بعض الحالات النفسية تعزو ظهورها إلي فيروسات تؤثر علي الحالة العقلية ، وإذا ثبت ذلك في المستقبل فإن طرق الوقاية والعلاج من المرض النفسي قد تغدو أكثر فعالية .