



تصحيح المفاهيم حول الأمراض النفسية

(أنظر جدول المقارنة بين المرضين الجسدي والنفسي)

المرض الجسدي	المرض النفسي
١ يتم استبعاد الطبيب بشكل فوري	١ يتردد الأهل كثيراً قبل اللجوء إلى الطبيب.
٢ تلقت تعليمات الطبيب بدقة	٢ يحاولون التهرب من تنفيذ التعليمات
٣ يتقنون بالطبيب	٣ يفضلون مراجعة أكثر من طبيب
٤ يقبلون التشخيص	٤ يحبطون التشخيص بالشك.
٥ يكون المرض مناسبة اجتماعية للزيارات	٥ يحاولون إخفاء نوايا المرض حتى عن المربين
٦ الامتنان للمعالج	٦ عدائية غير ظاهرة أمام المعالج
٧ الرغبة في متابعة العلاج حتى الشفاء التام	٧ محاولة إنهاء العلاج بأقصى سرعة ممكنة (حتى قبل أوانه)
٨ التعامل مع مظاهر المرض.	٨ الشعور بالجزع الترجسية
٩ معايشة مع مظاهر المرض	٩ توجيه الانتقادات مكثرة إلى المريض
١٠ مشاعر العطف	١٠ مشاعر الخوف
١١ مشاعر هابلية تجاه المريض	١١ مشاعر قابلية تجاه المريض
١٢ يسردون أعراض المرض بدقة	١٢ يحاولون إخفاء أو إنكار بعض الأعراض

د - المرض النفسي والخيال الشعبي :

استناد إلى العوامل المذكورة أعلاه يحاط المريض النفسي (ومعه المرض) بهالة من العموض . فتتبع حوله الحكايات ومنها ما هو في نهاية المطاف بعيد يمكنها أن تتحول إلى نكات ناجحة لولا اللهجة فائقة الجدبة التي نزلت بها هذه الحكايات. ويتجسد هذا التصور في أدبنا القصصي (خاصة عند نجيب محفوظ) بشخصية الشحاذ - المحتون الذي يلزم مشفى العي في الغالب. غالباً ما تكون هذه الاقتباسات على شكل سيناريو لبعض الأفلام الأجنبية. ويتم الاختيار بشكل عشوائي أو تجاري بحيث تؤدي هذه الأفلام دوراً بالغ السلبية له آثار خطيرة من شأنها أن تدعم العوامل التي تشبه حقائق العلاج النفسي وحقيقتها ما يدور في العيادة أو في المستشفى النفسي . بل إن هذا التشويه يتناول أحياناً شخصية المعالج نفسه.

هـ - عدم توفر العلاج لبعض الأمراض :

لو راجعنا قائمة الأمراض التي يدعى المشعوذون معالجتها . والتي تتسج حولها الحكايات ، لرأينا أن هذه القائمة تضم إلى جانب الأمراض النفسية جميع الأمراض التي لا يزال الطلب عاجزاً أمامها. هذا في حين تفتيد عن هذه القائمة كامل الأمراض التي يملك الطب التعامل معها بطريقة ناجحة

تنتشر في مجتمعنا نظرات خاصة ومفاهيم خاطئة حول العلاج النفسي. ومعروف أن الطب النفسي المعاصر يهدف فيما يهدف إلى مساعدة الشخص على بلوغ المستوى الذي يؤهله لأن يعيش المستوى الأفضل لسعادته ولأن يكون في المستوى الأفضل الذي يتيح للمجتمع الإفادة من قدراته ومساهمته . . . ولهذا ينصح لنا مدى الخسائر التي تلحق بالمجتمع عندما يتخلف أفراد عن العلاج. فالمضطرب نفسياً هو في الواقع إنسان غير منتج اجتماعياً فهو من ناحية يعيش حياته بعيداً عن السعادة ومن ناحية أخرى يفقد فعاليته الاجتماعية وحتى الأسرية. ولعلنا نذكر . بصورة أكثر جلاء حجم هذه الخسائر إذا ما عرفنا أن ٦١٪ من السكان يحتاجون إلى زيارة العيادة النفسية ، وذلك وفق إحصاءات منظمة الصحة العالمية التي تؤكد أن المشكلة أكبر حجماً في الدول النامية منها في الدول المتقدمة.

وقد أثبتت الدراسات والأبحاث العلمية أن الأمراض النفسية بصاحبها تغيرات كيميائية وحيوية بالمخ ينتج عنها نقص بعض المواد الضرورية لوظائف المخ أو زيادتها كالمسرونين والتوبياسين والثورادريالين.

ولكن ماهي بعض تلك النظرات والمفاهيم الخاطئة؟

أ - الشائعات الكاذبة :

كثيرة ومتنوعة ، حتى أن بعضها بات متداولاً وكأنها حقائق ثابتة لا تقبل النقاش. ومن ذلك مثلاً :-
يمكن شفاء حالات الجنون دون دواء - الأدوية النفسية تسبب الجنون -
الأدوية النفسية مخدرات يدمن عليها المرضى - يمكن للعلاج النفسي (دوائي أو غير دوائي) أن ياحق الضرر بالمريض - الأدوية النفسية سميوم يجب الابتعاد عنها - كل زوار العيادة النفسية هم من المجانين - تستطيع الأدوية التقليدية أن تحل الأزمات والأمراض النفسية كافة - المرض النفسي ينتج عن السحر أو الكهانة أو هو من أعمال الشياطين - المرض النفسي ينجم عن العين أو الحسد.

ويجدر القول هنا أن ما يزيد عن ٧٩٪ من المرضى الذين يجلسون لأولئك الذين يدعون مقدرتهم على شفاء الأمراض هم من المرضى النفسيين ويحاجة إلى مراجعة الطب النفسي.

ب - انخفاض مستوى الوعي الصحي :

وبخاصة للأمراض النفسية مما يؤدي إلى التوافق السلبية المؤدية إلى رفض العلاج النفسي عامة والطبي النفسي خصوصاً.

ج - تراجيح الأسرة وموقفها النفسي :

إن نظام تراجيح الأسرة العربية وما يقوم به من أدوار نفسية واجتماعية نظام فريد . ولكن هذا النظام . مثله مثل سائر الأنظمة . لا يخلو من ثغرات يمكنها أن تتحول إلى مازق ومشاكل جدية في حال تجاهلها وعدم الحيطه لها. واناخذ مثلاً موقف الأسرة في حال إصابة أحد أفرادها بالمرض النفسي . ولنتقارن بين هذا الموقف وموقفها في حالة إصابة أحد أفرادها بالمرض الجسدي.

ولكن يجب ألا نفهم هذا العجز على أنه عجز مطلق ، إنما مجرد ثغرات يدخل منها المشعوذون إلى ميدان الشفاء . فعلى سعيد الطب النفسي تحديداً ، فإنه أصبح اليوم قادراً على التحكم بمختلف المظاهر المرضية كما يات قادراً على شفاء القسم الأكبر من الأمراض النفسية المعروفة .

سنة الله وحدوث المرض :

أضد خلق الله الإنسان وجعله يعيش حسب توامهين كونية ثابتة فهو يأكل ويشرب ، يعتبره السم تارة والصحة تارة فهو معرض للمرض وهذه سنة الله في خلقه والمرض إما جسدي أو نفسي ولكل أسبابه التي وصل العلم لبعضها ولم يتمكن من معرفة بعضها الآخر . والمرض النفسي كغيره من الأمراض له أسبابه سواء النفسية ، البيولوجية أو الاجتماعية والأمراض النفسية هي حالات يبالغ تؤدي إلى تغيرات بالتفكير ، المزاج والسلوكيات وهي موجودة في جميع الثقافات المختلفة حول العالم ولعلها قديمة قدم وجود الإنسان وتحدثنا كتب التاريخ أن بينيهو ، نيوتن وديكنز هذ عانوا من اضطرابات المزاج بداية من الطفولة ويمكننا القول أن الأمراض النفسية غالباً ما تكون مرتبطة بتغيرات فيولوجية كزيادة أو نقصان كيموايات المخ كالسيروتونين والدوبامين مع اضطرابات بالتوم ، والشهية والقدرة على الأداء .

ضمن أسباب الأمراض النفسية :

- 1- بعض الأمراض العضوية كالتهاب السحايا أو التهاب المخ أو الصرع وهذه الأمراض قد تؤدي حدوث بعض الأمراض النفسية أو العقلية .
- 2- عوامل وراثية لا دخل للفرق فيها سوى أنه يرثها عن أبائه وأجداده مثل الوسواس القهري وبعض أنواع الاكتئاب .
- 3- مشكلات اجتماعية كالغضب والمرض والتوتر والقلق وأيضا الحوادث والصدمات النفسية والعضوية المبرمجة إن أهملت وتركت فإنها تؤدي إلى ظهور الأمراض النفسية .

ومن الأسباب السابق ذكرها يتضح لنا أننا كلنا معرضون للإصابة بأي من الأمراض النفسية

ورسول الله ﷺ قد ذكر في الحديث (ما يصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم حتى الشوكة يشاكها إلا كفر الله بها من خطاياها) والتصب هو التعب والوصب هو المرض وهما من الأمراض الجسدية . والنهم والحزن والغم تعتبر من الأمراض النفسية . إذن هذا تقرير من الرسول بأن الإنسان المسلم يمكن أن يصاب بمرض تلك الأمراض والإنسان من الممكن أن يصاب بالتهاب الزائدة الدودية مثلاً فيراجع لأجلها الجراح كما يصاب بمرض السكري فيراجع الطبيب الباطني وكذلك يصاب بالمرض النفسي فيراجع لأجله الطبيب النفسي .

بعض الناس يصاب بمرض نفسي وهو كونه غير مختص لا يدرك أنه مصاب بذلك المرض فإذا قيل له عليك بمراجعة الطبيب النفسي أو مستشفي الأمراض النفسية غضب وارتعد ورفض والتعد . ولعله يفتي بعرضه دون اعتراف منه به ومن ثم دون علاج فيستفاهم المرض ويظهر عليه أكثر من عرض .

إن التاريخ يشهد أن الأطباء والمفكرين المسلمين كانوا أول من استحدث مفهوم الأمراض النفسية وأبعدها عن معتقدات الأرواح الشريرة وتناولوها بالعلاج الإنساني بينما كان العالم الأوربي لا يزال يحرق المسحورين وينفذ المجازين . بل إنه حتى أواخر القرن الثامن عشر الميلادي (الثاني عشر الهجري) فإن المرضى النفسيين في أوروبا يقيدون بالسلاسل في السجون ويقيمون فيها مثل الحيوانات حتى تأتي ساعة المات لاعتقدهم بأن أرواحاً شريرة قد تليست أرواح المرضى . ولذلك كان التجويع والتعطيش والضرب بالسياط هو وسيلة العلاج نظراً لأن الافتقار للشعاع في ذلك الحين هو أن الأكل يهيج المريض وأن الضرب يهدئه . ولقد كان بعض الحراس - ممن يوصفون بالرحماء - يضربون وجوه المرضى بأيديهم بدلاً من استخدام السياط .! وهذا ما يقع فيه الآن الكثيرون عندما يرجعون الأمراض النفسية إلى أسباب غير صحيحة كالسحر والحسد والعين في حين أن حالات المرض النفسي لها أنماط معينة في السلوك والتصرفات ويسهل على الأطباء النفسيين تشخيصها

والدين الإسلامي يتماشى مع الطبيعة الإنسانية في كونها تشد الراحة والعلاج من الأوجاع والأقسام إذ يقول رسول الله ﷺ : (تداووا عباد الله فإن الله ما خلق داء إلا وخلق له دواء) إن العلاج الحديث للأمراض النفسية يعمل في عدة محاور وهي أولاً : العلاج البيولوجي بالأدوية ، ثانياً : العلاج النفسي بتوابعه المختلفة ومن ذلك العلاج المعرفي والسلوكي وثالثاً : العلاج الاجتماعي لتعويض ظروف المريض البهينة والاجتماعية والثقافية والاقتصادية .

ومن هنا يبرز ضرورة العمل على تلك المحاور الثلاثة فكل دور : تناول الدواء ومراجعة الأطباء ودعم الأقارب والأصدقاء .

ومما يجدر بنا ذكره هنا أن بعض الأمراض النفسية تكون بدايتها أو أسبابها ناشئة منذ الصغر ولا يفطن أحد لذلك وهناك بعض الأعراض التي تعتبر مؤشرات لحاجة الشخص إلى مراجعة الطبيب النفسي من ذلك مثلاً : الحزن العام لعمر ما سبب واضح ، التوم بكثرة أو قلة التوم ، عدم القدرة على التركيز ، التغير في الشهية للطعام ، وجود أعراض جنسية لا تستجيب للأدوية وكذلك الاعتماد عن الأنشطة التي كانت يستمتع بها من قبل .

هناك بعض الحالات النفسية لا يدرك أصحابها (وذلك من أسباب المرض) أنهم بحاجة إلى العلاج النفسي ولذلك يبرز هنا دور الأهل والأصدقاء في مساعدته لطلب العلاج .

ضرورة الكشف المبكر للأمراض النفسية :

إن الكشف المبكر للأمراض النفسية أمر في غاية الأهمية وعليه يتوقف تلافي الكثير من الأضرار والمضاعفات وأضررب مثالا بظاهرة الاكتئاب : إن الأطباء النفسيين يقولون إن الاكتئاب يتميز بعدة صفات أولها أنه ظاهرة شائعة ، ثانيها أنه غالباً لا يتم تشخيصه حيث تهمل أعراضه ثالثها من الصعوبة تشخيصه إلا على المختصين رابعها أنه غالباً يتكرر الإصابة به خامسها أن تكاليفه باهظة وسببها وأهمها أن الشفاء منه شبه مؤكد .إذن الله . وإقابل من التفصيل أقول أن ظاهرة الاكتئاب تعد أحد خمسة أمراض شائعة تراجع الرعاية الصحية في أمريكا ونسبة انتشاره بالمجتمع 10% بين الرجال 20% بين النساء وهناك حوالي 50% من تلك الحالات لا يتم التعرف عليها سواء من المرض أو حتى من الطبيب وحتى الحالات التي يتم تشخيصها تبقى معتمها دون علاج والأسباب وراء ذلك تعود إلى عدم اعتراف المريض بالمرض وعدم فهم خطورة المرض ثم تركيز الاهتمام سواء من المريض أو الطبيب إلى الأعراض الجسدية ولو أن المريض قد اتجه منذ البداية الاتجاه الصحيح نحو استشارة الطبيب النفسي لوفر على نفسه الكثير من المعاناة والوقت

مثال آخر : على الرغم من أن مرضاً كالقصاص (الشيذوفرنيا) يعتبر على قمة الأمراض العقلية المؤثرة على المريض وعلى من حوله إلا أن الدراسات العلمية تشير إلى أن الشفاء قد يصل إلى 70% من الحالات شريطة أن يتلقى المريض الأساليب العلاجية العلمية وهناك أمثلة على أعراض واضطرابات جسدية مثل الآم - الغثاس - الدوخة - الصداع وغيرها قد لا يكون السبب فيها عضوي وإنما يعود إلى مرض نفسي .ومثل تلك الاضطرابات تسبب توتراً وارقاً للشخص المصاب بها فيراجع لأجلها عيادات الأطباء الملاجيين ويكون السبب الأساسي لها مرض نفسي علاجه يعتمد الطبيب النفسي . وهكذا نرى أن عدم إهمال الأعراض التي يصاب بها الشخص وسرعة طلب المشورة الطبية المتخصصة سواء من الطبيب النفسي أو مراجعة مراكز الطب النفسي هما حجراً الراوية لتخفيف كثير من المعاناة والمضاعفات وطلب المشورة النفسية أو مراجعة الطبيب النفسي لهما عيبا يعيب الإنسان أو تقصا يعتبره بل هما أمران ضروريان لكل أحد ، ففيهما الوقاية والعلاج والراحة والاطمئنان بإذن الله .