الاضطرابات الجسدية ذات المنشأ النفسي Physical disorders of psychological origin

أ. د. سامر جميل رضوان* Prof. Dr. Samer J. Rudwan

عندما يصاب الإنسان بالصداع أو يتألم من أوجاع في كل أو بعض أعضاء جسده أو يشعر بالقلق أو الضيق أو التعب المزمن، فإنه يعتقد بأنه مريض وعليه مراجعة الطبيب. وعندما تستمر الأعراض لأشهر متواصلة أو تظهر بصورة متكررة، مع عدم وجود أسباب واضحة جسدية أو عضوية وراء تلك الأوجاع، يختار الطبيب فيما يمكن أن يقدمه للمريض الذي يبدأ باستشارة طبيب تلو الآخر، ويقوم بما يمكن تسميته بـ (التسوق الطبي) ويبدل له هؤلاء الأطباء الدواء تلو الآخر، ويختار المرضى في النهاية، ويقعون في هاوية اليأس، وينزلقون إلى اكتئاب عميق وتتعمد ثقتهم بالأطباء. وقد يجربون كل شيء مما تقع عليه أيديهم أملاً في الشفاء، ولكن يبقى الألم ولا يدركون أن لآلامهم علاقة بأسلوب حياتهم أو مشكلاتهم إلا أنهم يتجاهلون هذا الأمر لأسباب كثيرة.

و منذ عدة سنوات أصبح لهذه الأعراض المرضية، غير المترافقة مع أسباب عضوية، تسمية محددة وهي "الاضطرابات ذات الشكل الجسدي" أي المشكلات النفسية التي تعبر عن نفسها على شكل ألم جسدي، كما سمتها منظمة الصحة العالمية و الجمعية النفسية الأمريكية.

ومن المعروف اليوم أن الصراعات والمشكلات النفسية تعبر عن نفسها على شكل شكاوى جسدية. ولكن قلما يعتمد الأطباء هذا التشخيص، بل إنهم غالباً ما يقومون بطرح ما يسمى بتشخيص الارتباك أو التشخيص الحائر، أي أنهم يضطرون في النهاية لطرح تشخيص ما، ويعالجون المريض بدون أن يساعده بالفعل. وتشير بعض الإحصائيات العالمية إلى أنه في المتوسط قد يستمر الوضع حوالي 12 سنة في مثل هذه الحالات، حيث يكون المريض قد مر خلالها بطريق معقدة من العذاب النفسي والجسدي، و أحياناً عمليات جراحية لا لزوم لها، إلى أن يتم طرح هذا التشخيص في النهاية (الاضطرابات ذات الشكل الجسدي) إذا وقع المريض بين يدي معالج نفسي أو متخصص حاذق لديه تأهيلاً نفسياً في هذا المجال. وإذا ما اختفت الأعراض نتيجة المعالجة النفسية وبمضادات الاكتئاب والقلق، فهذا يعني أن صراعات ومشكلات نفسية قد تكون هي المسؤولة عن تلك الآلام، ولذلك فالعلاج النفسي أو طرق المساعدة النفسية هي الحل.

* Prof. Dr. **Samer J. Rudwan**, Department of Education & Cultural Studies, College of Arts & Sciences, University of Nizwa, Oman. Email: srudwan@hotmail.com

وفي العصر الراهن، هناك أسباب وعلل كثيرة للإصابة بالآلام ذات الشكل الجسدي عند غالبية الناس بسبب ضغوط العمل وأساليب الحياة الحالية والعلاقات الاجتماعية الهشة والمتقلبة. ويلعب السلوك الذي يبديه الأهل تجاه أطفالهم دوراً مركزياً في ذلك. فعندما يبالغ الأهل في الاستجابة لآلام أو شكاوى أطفالهم، بمزيد من الرعاية والعطف، فسوف يقود "سلوك الثواب" هذا لاحقاً إلى ارتفاع حدة عدم التسامح مع الأحاسيس غير الملائمة أو المزعجة. ويطلق علماء النفس على هذه الظاهرة تسمية "المكاسب الثانوية من المرض"، أي المزايا والفوائد الاجتماعية التي يكتسبها الإنسان نتيجة كونه مريضاً، كعدم الذهاب إلى المدرسة مثلاً، إن كان طفلاً، أو الحصول على مزيد من الاهتمام إن كان كبيراً بالسن. وفي النهاية، يتم تقييم أقل ضرر في الجسد أو أقل شعور بالألم بسرعة على أنه أمر معيق وخطير. ويمكن لهذا الأمر أن يقود أيضاً إلى تضخم الأعراض المرضية الحقيقية والأحاسيس الذاتية وتنشأ حلقة مفرغة من المخاوف والتوقعات تصل ذروتها من خلال الظهور بأعراض وآلام جسدية مرضية.

وتظهر نتائج دراسة أجرتها منظمة الصحة العالمية أن هذا النوع من الاضطرابات منتشر في كل بلدان العالم ويصيب كل الطبقات والفئات الاجتماعية ويرتبط مع الإرهاق والمشقة. وقد أجريت تلك الدراسة في 5 من الدول النامية والصناعية، حيث وجد أن الآلام تتدرج من الصداع بالدرجة الأولى، يعقبها ألم في الظهر والمعدة والأمعاء، من بين حوالي 23 عرضاً تقود إلى المعاناة. واعتبرت الأحداث الحياتية المرهقة من الأسباب الرئيسية لهذه الاضطرابات لدى حوالي 60% من الإيطاليين و 44 من الأمريكيين و 34 من الأفريقيين و 28% من الهنود و 8% من البرازيليين، علماً أن البرازيليين من سكان العاصمة اعتبروا الإرهاق المزمن أمراً طبيعياً. وفي الجزء الثاني سيتم توسيع الدراسة لتشمل 6 بلدان أخرى وتهدف إلى تطوير برامج لمساعدة هؤلاء المرضى في التخلص من أوجاعهم مع مراعاة بنية الإمداد الصحي لكل بلد على حدة.

إن النظرة الكلية إلى الإنسان كمخلوق حي يعيش في منظومة اجتماعية يؤثر فيها ويتأثر بها، وتراعي الوحدة التلازمية بين الجسد والنفس هي الكفيلة بتخفيف تلك الآلام وتقليل معاناة هؤلاء المرضى، وتحسين حالتهم دون دواء ووصفات طبية متنوعة.