

## اضطراب توهم المرض

### تعريف اضطراب توهم المرض :

توهم المرض اضطراب نفسي المنشأ عبارة عن اعتقاد راسخ بوجود مرض رغم عدم وجود دليل طبي على ذلك ، وهو تركيز الفرد على أعراض جسمية ليس لها أساس عضوي ، وذلك يؤدي إلى حصر تفكير الفرد في نفسه واهتمامه المرضي الدائم بصحته وجسمه بحيث يطغى على كل الاهتمامات الأخرى ويعوق اتصاله بالآخرين ويشعره بالنقص والشك في نفسه كما يعوق اتصاله بالبيئة المحيطة به . ويشاهد توهم المرض بصفه خاصة في العقدين الرابع والخامس من العمر ، وقد ثبت إن توهم المرض نادر الحدوث عند الأطفال ألا في بعض الحالات مثل فقد إلام أو الإيداع بالمؤسسات ويظهر توهم المرض كثيرا في الشيخوخة ، وقد يرجع ذلك إلى الحاجة الشديدة لدى المسنين لجذب الأنظار ، وتوهم المرض أشيع لدى الإناث منه لدى الذكور ، ويلاحظ توهم المرض أيضا في حالة العجز أو الإعاقة حيث يببالغ في الاصابه الجسمية .

### صور اضطراب توهم المرض :

المصاب بتوهم المرض لا يطيق التفكه أو التندر بحالته ويأخذ على محمل الجد كل ما يقال عن انه يبدو مريضا للآخرين حتى وان قيلت على سبيل المداعبة وتوهم المرض يجعل من صاحبة لقمه سائغة للمؤسسات الصحية وشركات الأدوية وهو إميل إلى الاستبشار بمفعول الدواء إن وجد الدعاية التي تروج لهذا الدواء والتي تقدم وصفاً مفصلاً حياً ثم إذا وقع متوهم المرض على أتفه الإشارات إلى احتمال تلوث الطعام أو وجود علاقة طفيفة بين المرض وهذا النوع من الطعام كان هذا كافيا لامتناعه تماما عن هذا الطعام وأصحاب توهم المرض يبدون ارتياحا عند انشغالهم بأجسادهم ويقلقون إذا أحيل بينهم وبين هذا الانشغال ،

ومن أهم ما يشتكي منه متوهمي المرض

- الأرق
- الأوجاع والآلام المختلفة ووجع الرأس
- ضعف الذاكرة
- قلة التركيز

الإعراض الإكلينيكية لاضطراب توهم المرض.

١- تسلط فكرة المرض على الشخص والشعور العام بعدم الراحة .

٢- تضخيم شدة الإحساس العادي بالتعب والألم والاهتمام المرضي والانشغال الدائم بالجسم والصحة والعناية الزائدة بها وكثرة التردد على أطباء عديدين والمبالغة في الأعراض التافه وتضخيمها والاعتقاد بأنها مرض خطير والتركيز على صغائر الأعراض المرضية ومحاولة المريض دائما تشخيص مرضه بنفسه ، وهذا التشخيص غالبا ما ينطبق مع الحقائق الطبية

المعروفة والجري دائما وراء فتاوى العلاج التي تكتب في الصحف والمجلات والمحاولات العديدة لعلاج نفسه .

٣- الشكوى من اضطرابات جسمية خاصة في المعدة والأمعاء أو أي جزء آخر من أجزاء الجسم ، وفي بعض الأحيان يكون اختيار العضو أو الوظيفة له علاقة رمزية بالمشكلة التي تكمن وراء توهم المرض والإحساس بحركات الأمعاء وضربات القلب وما شابه ذلك ، وتنقل وتنوع الشكوى والميل إلى تعميم المشاعر الجسمية الشاذة المرتبطة بتوهم المرض حتى يشعر إن الجسم كله في حالة معاناة ، وقد يؤدي هذا إلى حالة انسحاب كامل بعيدا عن العالم المحيط به

٤- الشعور بالنقص مما يعوق الاتصال الاجتماعي ويؤدي إلى الانعزال أو الانسحاب .

### أسباب اضطراب توهم المرض :

#### تري النظريات السلوكية :

وفقا لهذه النظريات فإن هاجس المرض متعلم أو مكتسب من الإباء والأمهات الذين يتخذ الطفل منهم نموذجا يحتذي به ، والإباء أنفسهم قد يعززون هذا الاتجاه عن طريق الاهتمام المفرط بصحة الطفل وهناك من يرجع مثل هذه الاضطرابات إلى نمط الشخصية ، ولكن كلا من نمط الشخصية وكذلك الاضطراب قد يرجعان إلى عوامل واحدة في بيئة الفرد ، من ذلك الحرمان المبكر والجوع الذين قد يؤثران في شخصية الطفل وفي ضعفها أيضا كما تضعف مقاومته ضد بعض الأمراض الفيزيائية ، كما إن العوامل الجبلية قد تلعب دورا مشابها لهذا حيث قد يولد الفرد وبه ضعف معين في عضو معين من أعضائه أو في جهاز معين وقد تكون لديه بعض السمات الخاصة بشخصيته وكلا الحالتين ترجعان إلى نفس العامل الوراثي .

### علاج اضطراب توهم المرض

- ١- استخدام الأدوية النفسية الوهمية واستخدام الأدوية المهدئة .
- ٢- العلاج النفسي الذي يركز على التطمين النفسي والإيحاء بمساعدة المريض على كشف صراعاته الداخلية والتخلص منها وشرح العوامل التي أدت إلى المرض والعلاقات بينها وبين الأعراض وتوجيه مجال الاهتمام من الذات إلى مجالات أخرى .
- ٣- الإرشاد العلاجي للمريض وإرشاد الأسرة خاصة مرافقي المريض كالزوجة مثلا نحو عدم المبالغة في العطف والرعاية وعدم المعاملة بقسوة.
- ٤- العلاج الاجتماعي وتحقيق التفاعل الاجتماعي أكثر عمقا ومعنى والعلاج بالعمل والرياضة والترفيه لأخراج المريض من دائرة التركيز على ذاته وتعديل البيئة والمحيط الأسري ومحيط العمل
- ٥- مراقبة المريض خشية الانتحار إذا كان توهم المرض مرافقا للاكتئاب .

## الحصر ( الوسواس ) القهري Obsessive \_ Compulsive Disorder

### الحصر ( الوسواس ) Obsession

ويحتل هذا الاضطراب أهمية كبيرة في الطب النفسي لأنه يعد من أصعب واعند أنواع الاضطراب في الشفاء ولأنه يتضمن أعراض القهر والرهاب Phobia يعرف الحصر (الوسواس) : " تفكير غير معقول أو ليس بذئ نفع ، يلزم صاحبة دائما ويحتل جزءاً من الوعي والشعور " مثل تكرار فكرة الموت أو القتل أو حدوث كلمات نابية أو كافرة أو فاضحة أو بروز وتكرر نغمه موسيقية أو أغنية في كل مناسبة أو غير مناسبة مما يتعب أو يؤلم المصاب . إما ( القهر ) فهو فعل أو سلوك اندفاعي لا معقول يضطر إلى القيام به صاحبة رغما عن إرادته وضد استنكاره له ومهما بذل من جهد لمقاومته ، كالقيام بغسل اليدين عشرات المرات أو الذهاب إلى باب الغرفة مرات للتأكد من انه موصل بأحكام أو التأكد إن المدفئة أو الطباخ قد أطفأ فعلا .

وقد تحدث هذه بصوره خفيفة ووقتيية عند بعض الناس وخاصة في ادوار الطفولة ولا تعتبر شاذة كعد الأعمدة الكهربائية في الشارع أو السير على قطع معينه من الكاشي والأرصفة أو عد درجات السلالم \_ وللحصر القهري علاقة بالسحر والشر والعقائد القديمة والتنجيم . فالناس الذين تخيفهم الغيبيات والمجهول يشعرون بالمخاطر فيلجئون إلى تلطيف مخاوفهم بالقيام بطقوس شعبيه وبدائية تكتسب صفة الحصر \_ القهري كتعليق حدوه حصان على مدخل الدار أو تعليق خرز خضراء أو زوج أحذية بالية ، وقراءة المستقبل بالفنجان والاعتقاد بأيام الشؤم وأرقام النحس تعد من مجموعة الأرقام الخرافية التسلطية ( احصريه ) . ويتدخل الحصر القهري العصابي ويؤثر في حياة الفرد وإعماله الاعتيادية وقد يعيقه عن العمل تماما . وعادة ما يشترك الحصر والقهر في نفس الشخص ولذلك دعي الاضطراب بالحصر القهري . ويعد الوسواس القهري اقل أنواع الاضطراب حدوثا .

### الشخصية الحصريه

تؤيد معظم النظريات النفسية وجود شخصية مستعدة لعصاب الحصر أي شخصية تهيأت منذ ادوار الطفولة الأولى للإصابة بالحصر وهي التي نسميها ( الشخصية الحصريه ) ومن صفاتها أنها شخصية جامدة وصارمة وملتزمة ونظيفة ومرتبطة ودقيقة ومحافظه على مواعيدها وأوقاتها ومطيعه مثالية وجدية وحساسة . ولكنها لا تحسن التصرف في المفاجئات والمواقف السريعة ، أي أنها غير مرنة . والشخصية الحصريه لا تصبح مضطربة ما لم تتعرض إلى شدة نفسية أو حدث يزعزع من تماسكها ويجعل من تلك الصفات والطباع شديدة وقوية ومتكررة ، والشخصية الحصريه تكون متوازنة ومنسجمة مع ذاتها ومع الناس . ومثل هذه الشخصيات موجودة بين موظفي البنوك والمعلمات والمعلمين والمحاسبين والمتدينين الناسكين .

## \_ الإعراض

تكون الإعراض عديدة ومن جملة هذه الإعراض :

- ١- أفكار مكررة ( اجترارية ) تدور حول الشروع أو احتمال القيام بعمل عدواني ضد احد أفراد العائلة أو التفكير بمرض معين أو العدوى به ، وتكرار كلمات محرمة وفاضحة ونايية ... الخ
- ٢- القيام بأعمال اضطرارية (قهرية) تكون على شكل عدد متكرر لبعض الأشياء غسل الأيدي تنظيف الملابس أو الأواني بكثرة لا تطاق أو تأدية نوع من الطقوس قبل المباشرة بعمل ما .
- ٣- كل الطقوس والأفكار والإعمال الحصرية لها صفة الاندفاع والقوة ، لكنها لا تلقى قبولا وتأييدا من المريض ، ويعترف بتفاهتها ، وهذا يفرقه عن الأوهام والهلاوس .
- ٤- يبذل المريض مساعيه لمقاومة هذه الأفكار والأفعال مما يوقعه في حالة من التوتر والإرهاق والكآبة والعجز الاجتماعي.
- ٥- يصاحب الأفكار الحصرية شعور غريب باضطراب في الأحاسيس والمدرجات الذاتية وباضطراب المرئيات والظواهر الخارجية كشعوره بتغيير في شكل وحجم أعضاء جسمه .
- ٦- تتخذ الأفكار الحصرية صفة الوسواس الجسمية . وتحتل هذه الأوهام العضوية مكانا راسخا وقد تتحول إلى اضطراب نفسي جسيمي ( سابكو سومانى ) .

## \_ العلاج

ويؤدي مهمة إيضاح وتفسير طبيعة الاضطراب والى تشجيع وطمأنينة المريض وإزالة مخاوف وتخفيف حدة توتره وإبراز العوامل المكبوتة والرمزية للإعراض التي يعانيتها ، وليس من السهولة من تطبيق كل أهداف التحليل النفسي في مريض الحصر القهري بسبب صعوبات تتعلق بشخصية المصاب لكونه من النوع المتصلب والمتزمت ، حيث يكون تعاونه مع المحلل ضعيفا ومقيدا لعدم قدرته على الاسترخاء والتحرر . لذا تكون للاتجاه إلى الواقع والإيمان بالحقائق . إما العلاج السلوكي فيكون هدفه محاولة تخفيف أو محو العادة العصا بيه والتعويض عنها بالشيء الطبيعي ومن انسب الطرق السلوكية هي الكف المشترك والممارسة السلبية .

## الشخصية المضادة للمجتمع

يتصف السلوك المضاد للمجتمع بالاتجاه السلبي الضار نحو الناس الآخرين المتمثل عادة بعدم المبالاة أو ألالاكثرات والعنف اتجاه صنوف البشر الآخرين، ويشكل مشكلة ذات أهمية خاصة. وطبقا للتصنيف الطبي الأمريكي (DSM-III) فإن الشخصية المضادة للمجتمع تكاد تكون شائعة في كل المجتمعات حيث إن ( ١% ) من الإناث و ( ٣% ) من الذكور في المجتمع بشكل عام مصابون بهذا النوع من الاضطراب ، فضلا عن إن السلوك المضاد للمجتمع يتضمن سلوكا إجراميا ، لهذا فإنه يكاد يكون القضية الجوهرية الوحيدة التي تربط بين علم نفس الشواذ والجريمة .

### التصنيف الطبي النفسي للسلوك المضاد للمجتمع .

لقد تغير مصطلح السايكوبات إلى السوشيوپاث . وأخيرا دمج المصطلحان في مصطلح واحد و السلوك المضاد للمجتمع ورغم إن أسباب هذا الاضطراب قد ضلت غير محددة ، فإن علم نفس الشواذ بدأ ينشغل بالسلوك المضاد للمجتمع . ولقد استغرق بعض علماء نفس الشواذ في السلوك المعادي للمجتمع . وعدوه على انه مرض بل ذهبوا إلى القول بأن جميع الأفراد المصابين باضطراب الشخصية المضادة للمجتمع هم ليسو مجرمين ، إنما هم أفراد مضطربون غير إن الكثير من المجرمين في الوقت الحاضر يرتكبون جرائمهم ليس بسبب أنهم مصابون بهذا النوع من اضطراب الشخصية بل لأنهم يريدون الحصول على مال أكثر ، أو ينتقمون من شخص كان قد غشهم في لعب الورق . وما شابه ذلك ... فهل يمكن عد هؤلاء مضطربون نفسيا ؟

لقد طرح التصنيف الثالث للمرشد الطبي النفسي الأمريكي (DSM-III) نوعين مميزين من هذا الاضطراب، احدهما مرضي والثاني عادي فالأول هو اضطراب الشخصية المضاد للمجتمع القائم على إن السلوك الشخصي المضاد للمجتمع هو دالة عن الاضطراب النفسي. إما الثاني فهو السلوك المضاد للمجتمع للإنسان الراشد، وقد أعطى له التصنيف الطبي الأمريكي توصيفا تحت الحالات التي لأتغزى إلى اضطراب عقلي. وانه متعلق فقط بأولئك الذين لاتبدو نشاطاتهم المعادية للمجتمع مرتبطة بأي اضطراب نفسي .

### خصائص الشخصية المضادة للمجتمع .

لقد قدم التصنيف الأمريكي تعريفا للشخصية المضادة للمجتمع على انه (يخص أولئك الأفراد غير المتربين أو الذين لم ينشأوا اجتماعية وان نمط يضعهم في صراع متكرر مع المجتمع ، وهم غير قادرين على الانتماء الذي له معنى سواء إلى الأفراد أو الجماعات أو القيم الاجتماعية وهم بشكل عام أنانيون ،قساة القلب ، متحللون عن المسؤولية ، مندفعون ، لا يشعرون بالذنب ، ولا يتعلمون من التجربة ، ولا يتعضون من العقوبة ... تحملهم للإحباط يكون واطئا ويلومون الآخرين أو إعطاء تبرير ظاهري لسلوكهم ) وقد طرح (كليكلي) (١٩٦٤) عشر خصائص أو سمات للشخصية المضادة للمجتمع هي :

١- عدم القدرة على الانتفاع من الخبرة .

٢- نقص في الإحساس بالمسؤولية .

٣- الاندفاعية أو التهور .

٤- إحساس ضعيف بالأخلاقية .

٥- نمط متواتر من السلوك المضاد للمجتمع .

٦- عدم القدرة على التعلم من العقوبة .

٧- عدم النضج الانفعالي .

٨- عدم القدرة على تكوين علاقات ذات معنى .

٩- عدم القدرة على الإحساس بالذنب .

١٠- التمرکز حول الذات .

إلا إن المعيار أو المحك لتشخيص هذا السلوك يمكن تلخيصه بالآتي :

١- تاريخ من النشاط السلوكي الذي لا يقره المجتمع وبيداء قبل سن الخامسة عشر ويستمر في مرحلة الرشد ويأخذ السلوك شكل التهريب من أداء الواجب ، الجنوح ، السرقة ، الهرب من البيت ، والتخريب المتعمد ، والكذب ، وتناول العقاقير ، وسلوك سيء مستمر في المدرسة . إما في حالة الرشد فقد يأخذ شكل السقوط الأخلاقي والانحرافات الجنسية والتفاهة وبيع العقاقير .

٢- الفشل في إظهار الاتساق والمسؤولية في العمل والعلاقة الجنسية والأبوة أو الولاديه والالتزامات المالية ، فهذه التشخيصات تفتقر إلى الثبات والإحساس بالالتزام وتميل إلى التخلي عن الزوجة والأطفال .

٣- الطيش والعوانية اتجاه الناس في الشارع بالإضافة إلى أفراد العائلة والأطفال .

٤- السلوك الاندفاعي يكون على عكس المجرمين العاديين فأن الشخصيات المضادة للمجتمع نادرا ما تخطط للفعل الذي تقوم به ، فهم غالبا ما يعملون بلا هدف محدد ، وأحيانا نراهم ينتقلون من مدينة إلى أخرى من دون قصد أو غرض معين ، ويتساوى لديهم سرقة علبة سجائر وسرقة سيارة ويتوقف ذلك ويتوقف ذلك على أيهما أفضل وانفع في لحظة السرقة .

٥- الاستخفاف بالحقيقة وقول الصدق ، فالشخصيات المعادية للمجتمع تكذب دائما ، وهو عندما يعطي كلمه أو يقسم بشرفه فأن هذه المفاهيم لا تعني شيئا بالنسبة له .

ويشير (كليكلي) في مؤلفاته إن الشخصيات المعادية للمجتمع تختلف عن الناس العاديين وكذلك عن المجرمين العاديين ليس فقط في أفعالهم إنما أيضا في انفعالاتهم ودافعيتهم وعملياتهم الفكرية فأفعالهم الخاطئة ليست فقط اندفاعية بل ليست مدفوعة بدافع نحو قصد أو غرض يمكن فهمه وعلية فان سلوكهم ليس عقلانيا وهذا السلوك الذي لاهدف له هو الذي يجعل معظم الشخصيات المضادة للمجتمع ، مجرمين غير ناجحين .

## اضطرابات ما بعد الضغوط الصدمية

### Post traumatic Stress Disorder(PTSD)

سمي هذا الاضطراب بأسماء عديدة لكن آخرها كان هذا المصطلح الذي جاء في ICD-10 و DSM-IV وكذلك عرف بترجمات عديدة إلى العربية ، كما إن هذا الاضطراب لا يشخص إلا نادرا – على الرغم من شيوعه – لأسباب عديدة منها إن إعراضه عادة ما تكون مختلطة مثل الصداع والتوتر واضطراب النوم والقلق والاكتئاب واسائة استخدام العقاقير والإدمان الكحولي والهلع .

وتذهب التأثيرات النفسية لصدمة إلى ما هو ابعد من الإعراض الرئيسة لاضطراب PTSD عند المصابين ب هاذ يظهر لديهم اضطرابات نفسية وعقلية واضحة وسلوك انتحاري ومشاكل عائلية وزوجية واضطرابات في الوظيفة الجنسية ونقص في التكيف ومشاكل جسمية مختلفة وتغيرات في الشخصية مثل عدم الاهتمام بالذات وعدم السيطرة على التعابير والمزاج واضطراب القدرة على التمييز وحدث اضطراب في الذاكرة واضطراب النوم .

ومن الحالات الشائعة للصدمة هي الكوارث الطبيعية كالهزات الارضية والفيضانات والحرائق الطبيعية . والكوارث التكنولوجية كالانفجارات والحوادث النووية والحرائق التي تحدث في المباني وحوادث السيارات والقطارات والطائرات والحوادث التي تحدث في الحروب وحوادث العنف والتعذيب والتجريد (من الرتبة أو المنصب) وتجارب الطلاق وموت عزيز وضحايا الاغتصاب الجنسي... الخ

#### إعراض ما بعد الضغوط الصدمية

- 1- خليط من الإعراض كالقلق المزمن وسرعة الانفعال والأرق وضعف التركيز ونوبات من السلوك العدوانى .
- 2- مجموعة التجنب والإنكار وتشمل الأشخاص الذين يذكرونه بالحدث وضعف الذاكرة وأفكار وخيالات اقتحامية شديدة على شكل صور استرجاعيه للإحداث وأحلام مزعجة بالحدث .
- 3- النفور والانعزال والفتور العاطفي وعدم القدرة على الحب وقللة النشاطات الاجتماعية والمهنية عند بعض الأشخاص .

#### علاج اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية .:

إن كل أنواع العلاج النفسي تكون فعالة بعد التعرض للصدمة ، فهناك العلاج النفسي الداعم أو الاسنادي والمساعدة على التكيف والعودة للحياة العادية والعلاج بالاسترخاء الذي يكون أكثر استعمالا ، ويعطي نتائج مرضية وهناك العلاج بالتحليل النفسي تبعا للخبرات النفسية السابقة ، وهناك العلاج النفسي الأسري والجماعي والعلاج السلوكي يكون نافعا في بعض الحالات وهناك العلاج المعرفي في ترميم المفاهيم المعرفية وتأسيس مرونة في كيفية مواجهة الإحداث المختلفة .

