

الطب النفسي

.. الملف الثنائك (5)



قضية

الأسبوع

اختصاصيو علم نفس واجتماع لـ «الانباء»: يجب التفريق بين الأمراض والاضطرابات النفسية لاختلاف سبل علاجها



د.خضر البارون



د.عالية شعيب



د.حسن الموسوي



د.أمثال الحويلة



د.عويد المشعان

التي أجرتها وزارة الصحة ونوعية الأسئلة التي تضمنها الاستبيان، وقالت: لو حسبنا حجم الديون والقروض والابحار العالية وما نتج عنه من ضيق نفسي وكتابة وهم وتفكير، إضافة الى تأجيل تحقيق الطموحات والأحلام المهنية والشخصية، هذا عدا عن تعطل التنمية والانجازات في الدولة وما تتسبب به من شعور باليأس الوطني والحضاري مقارنة بتطور بقية دول الخليج نجد أن هناك أسبابا كافية لتكون لدينا نسبة مرتفعة من المرضى النفسيين.

وقالت إنه من الأسباب أيضا ارتفاع نسب الطلاق والعنوسة وعزوف الشباب الرجال عن الزواج وما نتج عنه من فراغ عاطفي وانحرافات سلوكية وتعدد للعلاقات وغياب قيمة الحب الحقيقي ومفهوم الأسرة الصحيح، كذلك تردى المناهج الدراسية وعدم موضوعية الاعلام وكيفية سموم الأخبار السلبية يوميا وما تضخه في الفرد من احباط نفسي وعجز عن فعل الاصلاح وانعدام التوازن النفسي وترى أن الحل الأنسب لحل هذه المشاكل النفسية وتفادي زيادة نسبتها هو عبر المكافحة والمصارحة بهذه النسبة المخفية، وتخصيص عيادات للمعالجة قبل تفاقم الوضع مع الاحتفاظ بالسرية التامة لشخصية الحالات، كما يجب وضع خطة نفسية اجتماعية لوضع حلول يمكن تطبيقها على أرض الواقع، لتفكيك الأزمة، والحد من انتشارها وارتفاع النسب ونحول بعضها للحد الأقصى الذي قد يؤدي للانهيار أو الانتحار.

وقال الموسوي إن الأمراض النفسية تعتبر في بعض المجتمعات من المحظورات التي لا يمكن التحدث بها أو مناقشتها، وهذا الجانب دائما يرتبط مع الصغر نتيجة طريقة تشخيصه أو صراع داخلي أو نتيجة فشل ما الأمر الذي وقع الآخرين.

كما أن هناك اضطرابات نفسية ترتبط بالتغير الهرموني أو بخلل في الجهاز العصبي وهذا لا بد من التدخل الدوائي، وفي حين أن الضغوطات والفشل وغيرها لا تحتاج إلى الدواء بل إلى إعادة بناء الذات وإعادة رسم خريطة حياته والتكيف مع متطلبات الحياة.

وقال الموسوي إن في الطب النفسي هناك جملة دائما يجب ترديدها ألا وهي «كلنا مرضى نفسيون»، ولكن بدرجات فهناك أمراض يمكن للحالات في أي وقت فأي فشل أو صدمة عاطفية قد تؤثر على تصرفات الفرد لا بل تحدث تغييرا في هذه التصرفات.

اعتراف بجهود «الصحة»

وقال الموسوي إنه لا بد من الاعتراف بجهود وزارة الصحة في تغيير اسم مستشفى «الطب النفسي» الى «مركز الصحة النفسية»، والى وجود معالج وطبيب نفسي في المستوصفات وللتعامل مع الحالات التي تحتاج الى مساعدة مختصين. ولكن لا بد لوزارة الصحة أن تقوم بفرض الرقابة على مراكز الطب النفسي والتي تبغ الوهم للمرضى والتي غالبا ما يكون لها أثر سلبي على المريض، ويجب أن تكون تراخيص هذه المراكز بيد وزارة الصحة وليس بيد وزارة التجارة.

النسبة أكثر من 30% من جهتها، قالت أستاذة علم النفس الحاصلة على دكتوراه فلسفة أخلاق د.عالية الشعيب إنها تتوقع أن النسبة أكثر من 30% ولكن الأمر يعتمد على الدراسة التي أجرتها وزارة الصحة ونوعية الأسئلة التي تضمنها الاستبيان، وقالت: لو حسبنا حجم الديون والقروض والابحار العالية وما نتج عنه من ضيق نفسي وكتابة وهم وتفكير، إضافة الى تأجيل تحقيق الطموحات والأحلام المهنية والشخصية، هذا عدا عن تعطل التنمية والانجازات في الدولة وما تتسبب به من شعور باليأس الوطني والحضاري مقارنة بتطور بقية دول الخليج نجد أن هناك أسبابا كافية لتكون لدينا نسبة مرتفعة من المرضى النفسيين.

وقالت إنه من الأسباب أيضا ارتفاع نسب الطلاق والعنوسة وعزوف الشباب الرجال عن الزواج وما نتج عنه من فراغ عاطفي وانحرافات سلوكية وتعدد للعلاقات وغياب قيمة الحب الحقيقي ومفهوم الأسرة الصحيح، كذلك تردى المناهج الدراسية وعدم موضوعية الاعلام وكيفية سموم الأخبار السلبية يوميا وما تضخه في الفرد من احباط نفسي وعجز عن فعل الاصلاح وانعدام التوازن النفسي وترى أن الحل الأنسب لحل هذه المشاكل النفسية وتفادي زيادة نسبتها هو عبر المكافحة والمصارحة بهذه النسبة المخفية، وتخصيص عيادات للمعالجة قبل تفاقم الوضع مع الاحتفاظ بالسرية التامة لشخصية الحالات، كما يجب وضع خطة نفسية اجتماعية لوضع حلول يمكن تطبيقها على أرض الواقع، لتفكيك الأزمة، والحد من انتشارها وارتفاع النسب ونحول بعضها للحد الأقصى الذي قد يؤدي للانهيار أو الانتحار.

التفريق بين الاضطراب النفسي والمرض النفسي بدوره، قال الاستشاري النفسي والاجتماعي د.حسن الموسوي إن تعرف معايير ومقاييس آية نسب تعطي، وفيما يتعلق بالنسب التي أعلن عنها وكسل وزارة الصحة لا بد وأن تعرف ما إذا كانت تقديرية تقوم على نسب الأمراض العضوية التي تزور العيادات الطبية المتخصصة.

وشدد على أهمية استخدام مصطلح «اضطراب نفسي» وليس «مرضا نفسي» وذلك لأن هذه الحالة تأتي نتيجة العوامل البيئية والجينية والتي تؤدي بدورها إلى حصول اضطراب نفسي لدى الفرد وما يعني أن يخرج بسلوكة الفرد في دائرة السواء أي إنه لا ينسجم بسلوكة مع السلوك العام، وهنا لا بد من التمييز بين أنواع الاضطرابات، فالاضطرابات البسيطة تاتى نتيجة الأزمات والأحداث التي يمر بها الإنسان والاضطرابات المزمنة هي تلك التي ترافقه منذ الصغر نتيجة طريقة تشخيصه أو صراع داخلي أو نتيجة فشل ما الأمر الذي أثر على سلوكة مع نفسه ومع الآخرين.

كما أن هناك اضطرابات نفسية ترتبط بالتغير الهرموني أو بخلل في الجهاز العصبي وهذا لا بد من التدخل الدوائي، وفي حين أن الضغوطات والفشل وغيرها لا تحتاج إلى الدواء بل إلى إعادة بناء الذات وإعادة رسم خريطة حياته والتكيف مع متطلبات الحياة.

وقال الموسوي إن في الطب النفسي هناك جملة دائما يجب ترديدها ألا وهي «كلنا مرضى نفسيون»، ولكن بدرجات فهناك أمراض يمكن للحالات في أي وقت فأي فشل أو صدمة عاطفية قد تؤثر على تصرفات الفرد لا بل تحدث تغييرا في هذه التصرفات.

اعتراف بجهود «الصحة»

وقال الموسوي إنه لا بد من الاعتراف بجهود وزارة الصحة في تغيير اسم مستشفى «الطب النفسي» الى «مركز الصحة النفسية»، والى وجود معالج وطبيب نفسي في المستوصفات وللتعامل مع الحالات التي تحتاج الى مساعدة مختصين. ولكن لا بد لوزارة الصحة أن تقوم بفرض الرقابة على مراكز الطب النفسي والتي تبغ الوهم للمرضى والتي غالبا ما يكون لها أثر سلبي على المريض، ويجب أن تكون تراخيص هذه المراكز بيد وزارة الصحة وليس بيد وزارة التجارة.

النسبة أكثر من 30% من جهتها، قالت أستاذة علم النفس الحاصلة على دكتوراه فلسفة أخلاق د.عالية الشعيب إنها تتوقع أن النسبة أكثر من 30% ولكن الأمر يعتمد على الدراسة التي أجرتها وزارة الصحة ونوعية الأسئلة التي تضمنها الاستبيان، وقالت: لو حسبنا حجم الديون والقروض والابحار العالية وما نتج عنه من ضيق نفسي وكتابة وهم وتفكير، إضافة الى تأجيل تحقيق الطموحات والأحلام المهنية والشخصية، هذا عدا عن تعطل التنمية والانجازات في الدولة وما تتسبب به من شعور باليأس الوطني والحضاري مقارنة بتطور بقية دول الخليج نجد أن هناك أسبابا كافية لتكون لدينا نسبة مرتفعة من المرضى النفسيين.

وقالت إنه من الأسباب أيضا ارتفاع نسب الطلاق والعنوسة وعزوف الشباب الرجال عن الزواج وما نتج عنه من فراغ عاطفي وانحرافات سلوكية وتعدد للعلاقات وغياب قيمة الحب الحقيقي ومفهوم الأسرة الصحيح، كذلك تردى المناهج الدراسية وعدم موضوعية الاعلام وكيفية سموم الأخبار السلبية يوميا وما تضخه في الفرد من احباط نفسي وعجز عن فعل الاصلاح وانعدام التوازن النفسي وترى أن الحل الأنسب لحل هذه المشاكل النفسية وتفادي زيادة نسبتها هو عبر المكافحة والمصارحة بهذه النسبة المخفية، وتخصيص عيادات للمعالجة قبل تفاقم الوضع مع الاحتفاظ بالسرية التامة لشخصية الحالات، كما يجب وضع خطة نفسية اجتماعية لوضع حلول يمكن تطبيقها على أرض الواقع، لتفكيك الأزمة، والحد من انتشارها وارتفاع النسب ونحول بعضها للحد الأقصى الذي قد يؤدي للانهيار أو الانتحار.

وقالت إنه من الأسباب أيضا ارتفاع نسب الطلاق والعنوسة وعزوف الشباب الرجال عن الزواج وما نتج عنه من فراغ عاطفي وانحرافات سلوكية وتعدد للعلاقات وغياب قيمة الحب الحقيقي ومفهوم الأسرة الصحيح، كذلك تردى المناهج الدراسية وعدم موضوعية الاعلام وكيفية سموم الأخبار السلبية يوميا وما تضخه في الفرد من احباط نفسي وعجز عن فعل الاصلاح وانعدام التوازن النفسي وترى أن الحل الأنسب لحل هذه المشاكل النفسية وتفادي زيادة نسبتها هو عبر المكافحة والمصارحة بهذه النسبة المخفية، وتخصيص عيادات للمعالجة قبل تفاقم الوضع مع الاحتفاظ بالسرية التامة لشخصية الحالات، كما يجب وضع خطة نفسية اجتماعية لوضع حلول يمكن تطبيقها على أرض الواقع، لتفكيك الأزمة، والحد من انتشارها وارتفاع النسب ونحول بعضها للحد الأقصى الذي قد يؤدي للانهيار أو الانتحار.

يجعل الفرد لا يستطيع الاجابة او لا يدخل الامتحان، وقلق الام لو زاد كان لا تجعل الطفل يفعل اي شيء او يتحرك من الرعاية الزائدة، هنا يصبح القلق مرضا لا بد من علاجه حسب شدته دون انيا او سلوكيا. وكذلك الاكتئاب، كلما نمرس باوقات من الضيق والحزن بشكل عام ولكن نقوم باداء اعمالنا ولكن في مزاج اكتئابي غير مريح. ولكن لو زادت حدة الاكتئاب لدرجة تجعل الفرد ينطوي ولا يمارس مهام حياته ولا يذهب للعمل ودائم البكاء هنا يصبح الاكتئاب مرضا يجب علاجه.

وتابعت أنه من هذا المنطلق يجب ان نبين ونوضح ما هو المرض النفسي، والفرق بينه وبين المرض العقلي، وما الاضطرابات المصاحبة والسلوكية وغيرها.

فمن الوهلة الاولى يظن القارئ غير المتخصص ان 30% من الكويتيين مضطربون نفسيا وعقليا او ما يسمى بالجنون المصطلح العام ولكن هذا غير صحيح لأن المرض النفسي لا يندرج تحت الاضطرابات العقلية والجنون، بل هو حالة مؤقتة من مجموعة اعراض تستمر لفترة يمكن علاجها دوائيا ونفسيا وسلوكيا ويعود الفرد بعدها سليما مثل الامراض العضوية.

فالقلق والاكتئاب والوسواس القهري والهستيريا واضطرابات المزاج كلها أمراض نفسية يمكن علاجها وهذا ما يقصده المتخصصون عكس الأمراض العقلية كالفصام والذي يساوي الجنون واضطراب التفكير والسلوك. المريض النفسي لا يمكن تمييزه إلا إذا باح برمضه وأعراضه ولكن إذا لم يبع بها تراه انسانا عاديا مثلنا. أي إن نسبة الاضطراب النفسي غير المرض العقلي والاضطرابات الشخصية.

وبالنسبة لزيادة مرضى الاكتئاب قد ترجع لنمط الحياة وسرعة الملل بالإضافة لدخول بعض العوامل الوراثية في ذلك ويجب ان نأخذ بعين الاعتبار هذه النسب بعمل دراسات تبحث في هذه المشكلات وأساليب حلها.

يؤخذ بعين الاعتبار وذلك لأن هذه النسبة كبيرة جدا وتتطلب الالتفات لها. وقالت إن هذا الاعلان عن طريق مدير مركز الكويت البطالة والعزوف عن الزواج ولا يمكن أن نغفل انتشار وسائل الاتصال الاجتماعي ولجوء الشباب اليها للهرب من واقع يعيشون فيه أو من ضغوط الحياة، الأمر الذي يزيد من العزلة في هذه الفئة وهي دورها مؤشر خطر آخر يجب التنبه اليه وتقديره.

وشدد المشعان على ضرورة توعية الافراد حيال مخاطر انتشار هذه الحالات التي ربما لا يعيرونها اهتماما كبيرا في حياتهم الا انها لا بد من التنبيه لها والاسراع في حلها، كما أنه يجب توعية الناس أيضا حول أهمية التعامل مع الأمر بشكل طبيعي، فالمرض النفسي بكل أنواعه وحالاته ليس معيبا بل له سبل ووسائل علاج كالأمراض العضوية وتأخذ فترة زمنية بحسب الحالة ويتم الشفاء منها، وهذه نقطة بغاية الأهمية إذ إن الناس يتعاملون بحذر وخوف مع هذه الحالات، فلا بد من أن نجعل الانفتاح الذي يعيشه العالم اليوم يطول هذا الموضوع أيضا وأن يكون هناك انفتاح فكري وتوعية شاملة وإدراك أهمية التعاطي مع هذه الأمراض والحالات بكل طبيعية مدركين أن بعض الحالات يكون الشفاء منها أسرع من المتوقع.

التعامل مع أنواع الاضطرابات النفسية من جانبها، قالت أستاذة علم النفس د.أمثال الحويلة إن ما تم اعلانه مؤخرا أن 30% من الكويتيين يعانون من أمراض نفسية يجب أن

يؤخذ بعين الاعتبار وذلك لأن هذه النسبة كبيرة جدا وتتطلب الالتفات لها. وقالت إن هذا الاعلان عن طريق مدير مركز الكويت البطالة والعزوف عن الزواج ولا يمكن أن نغفل انتشار وسائل الاتصال الاجتماعي ولجوء الشباب اليها للهرب من واقع يعيشون فيه أو من ضغوط الحياة، الأمر الذي يزيد من العزلة في هذه الفئة وهي دورها مؤشر خطر آخر يجب التنبه اليه وتقديره.

وشدد المشعان على ضرورة توعية الافراد حيال مخاطر انتشار هذه الحالات التي ربما لا يعيرونها اهتماما كبيرا في حياتهم الا انها لا بد من التنبيه لها والاسراع في حلها، كما أنه يجب توعية الناس أيضا حول أهمية التعامل مع الأمر بشكل طبيعي، فالمرض النفسي بكل أنواعه وحالاته ليس معيبا بل له سبل ووسائل علاج كالأمراض العضوية وتأخذ فترة زمنية بحسب الحالة ويتم الشفاء منها، وهذه نقطة بغاية الأهمية إذ إن الناس يتعاملون بحذر وخوف مع هذه الحالات، فلا بد من أن نجعل الانفتاح الذي يعيشه العالم اليوم يطول هذا الموضوع أيضا وأن يكون هناك انفتاح فكري وتوعية شاملة وإدراك أهمية التعاطي مع هذه الأمراض والحالات بكل طبيعية مدركين أن بعض الحالات يكون الشفاء منها أسرع من المتوقع.

التعامل مع أنواع الاضطرابات النفسية من جانبها، قالت أستاذة علم النفس د.أمثال الحويلة إن ما تم اعلانه مؤخرا أن 30% من الكويتيين يعانون من أمراض نفسية يجب أن

المشعان: 30% نسبة لا يستهان بها

فيها هذه الظاهرة أكثر من غيرها هي فئة الشباب وخاصة مرحلة الثلاثينيات وهذا الأمر يعود الى عدة عوامل منها البطالة والعزوف عن الزواج ولا يمكن أن نغفل انتشار وسائل الاتصال الاجتماعي ولجوء الشباب اليها للهرب من واقع يعيشون فيه أو من ضغوط الحياة، الأمر الذي يزيد من العزلة في هذه الفئة وهي دورها مؤشر خطر آخر يجب التنبه اليه وتقديره.

الحويلة: فتح ما يقرب من 2000 ملف سنويا ما بين أطفال ومراهقين

والصحة النفسية وعلاج الإدمان

الموسوي: كلنا مرضى نفسيون ولكن بدرجات وهناك أمراض يمكن السيطرة عليها وأخرى تحتاج إلى تدخل خارجي

شعيب: الحل الأنسب لهذه المشاكل النفسية وتفادي زيادة نسبتها هو عبر المكافحة

بالبارون: الهدف من الإعلان عن هذه النسبة هو تحفيز الناس على التعامل مع الاضطرابات النفسية بشكل طبيعي

