

الذهان والعصاب

من انجاز المنسق أنس

تعريف الذهان (Psychosis)

يجب علينا أولاً فهم طبيعة مرض الذهان، حتى نستطيع معرفة الفرق بين المرض الذهاني والمرض النفسي.

- يؤثر الذهان في رؤية الشخص للواقع؛ فتلاحظ أن المريض يسمع أو يرى أشياء غير موجودة، ويصدق هذه الأوهام ولا يستطيع أن يفرق بينها وبين حياته الحقيقية.
- لا يعرف الأطباء سبباً محدداً للإصابة بالذهان، ولكن تشير بعض الأبحاث إلى أن التغيرات الكيميائية في الدماغ هي سبب الهلوس المستمرة التي يشعر بها المريض.

أعراض الذهان

تظهر على المريض بعض الأعراض التي تشبه الحمى، ولكن لا تبدأ هذه الأعراض فجأة، إذ يمر المريض ببعض المراحل حتى يصل إلى الشكل التقليدي للمرض.

أولاً: أعراض ما قبل الذهان

نلاحظ في هذه المرحلة تغيراً في طريقة تفكير المريض، وبعض السلوكيات غير المعتادة، وهي:

- صعوبة في التركيز.
- الرغبة في العزلة.
- عدم الاهتمام بالنظافة الشخصية.
- فقدان الثقة بالنفس.
- عدم إدراك الواقع ومحاولة الهروب منه.
- الشعور بعواطف قوية غير مبررة.
- فقدان الشعور تماماً في بعض المواقف الأخرى.

ثانياً: علامات الذهان المبكر

- سماع أو رؤية أشياء غير موجودة بالواقع.
- الانفصال عن العائلة والأصدقاء.
- فقدان القدرة على الانتباه والتركيز.
- الإيمان ببعض المعتقدات الخرافية والتمسك بها بشدة.

ثالثاً: أعراض الذهان المزمن

نلاحظ جميع الأعراض التي ذكرناها سابقاً؛ بالإضافة إلى:

- الهلوس السمعية والبصرية المستمرة.
- التحدث مع أشخاص غير موجودين.
- عدم القدرة على وصف مشاعره أو التحدث عن أفكاره.
- الانفصال التام عن الواقع.
- الاعتقاد بأنه يمتلك قدرات خارقة.

أنواع الاضطرابات الذهانية

يمكن أن تحدث الاضطرابات الذهانية نتيجة لمرض معين، أو التعرض لأزمة نفسية عنيفة، أو تعاطي المخدرات والكحول. ومن أهم هذه الاضطرابات:

1. اضطراب ثنائي القطب

يشعر المريض بتقلب مستمر في المزاج، إذ تتأرجح حالته النفسية بين السعادة الشديدة ونوبات الاكتئاب والحزن. وقد يواجه المريض بعض الأفكار الانتحارية بسبب هذه التقلبات المزاجية العنيفة.

2. الاضطراب الضلالي

نلاحظ في هذه الحالة أن المريض يؤمن باعتقاد واحد أو أكثر من الاعتقادات الكاذبة، ويجب أن تستمر هذه الاعتقادات لمدة شهر واحد على الأقل، حتى يستطيع الطبيب تشخيص هذا الاضطراب.

3. الاكتئاب الذهاني

يعاني مريض الاكتئاب الذهاني أعراض الاكتئاب والذهان في نفس الوقت، ويُعدُّ هذا النوع أصعب أنواع الاكتئاب.

بعد أن ناقشنا الفرق بين أعراض وأنواع الذهان والعصاب في السطور السابقة، أعتقد أننا نعلم الآن الفرق بين العصاب والذهان في علم النفس.

ما هي مضاعفات العصاب والذهان؟

تحدثنا عن الفرق بين الاضطرابات النفسية العصابية والذهانية، ولكن المضاعفات التي قد يواجهها المريض تتشابه كثيراً في الحالتين؛ مثل:

1. الرغبة في الانتحار

عندما يتجاهل المريض الأعراض المبكرة للمرض، من الممكن أن تزداد حدة هذه الأعراض، وربما يستسلم المريض للأفكار الانتحارية، ويفقد الأمل في الحياة.

2. الهروب من المشكلات

قد يفضل المريض حالة الانفصال عن الواقع، ويلجأ إلى تعاطي المخدرات والكحول حتى يهرب من معاناته.

3. التصرفات العدوانية

عندما تتدهور الحالة النفسية للمريض، يشعر بالغضب دائماً دون سبب واضح، ويتصرف بعدوانية مع أسرته وأصدقائه، وربما يؤدي ذلك إلى تدمير علاقاته الاجتماعية.

4. الإصابة ببعض الأمراض الجسدية

لا تقتصر معاناة المريض النفسي على المشاعر والأفكار السلبية فقط؛ فقد تتدهور الحالة أحياناً ويصاب ببعض الاضطرابات الجسدية، مثل: آلام الأسنان، ومشكلات المعدة، وارتفاع ضغط الدم.

ما الفرق بين الذهان والفصام؟

تتشابه الاضطرابات النفسية أحياناً، لذلك ربما تجد صعوبة في معرفة الفرق بين الذهان والفصام. وقد تحدثنا عن تعريف الذهان وأعراضه، والاضطرابات النفسية المتعلقة به.

بينما الفصام اضطراب عقلي مزمن يصعب علاجه، وفيه تظهر أعراض الذهان على المريض؛ فالذهان هو نمط الأعراض التي تظهر على مريض الفصام.

كيفية التعامل مع المريض

بعد معرفة الفرق بين العصاب والذهان في علم النفس، لعلك تريد معرفة كيفية التعامل مع المريض النفسي وتقديم الدعم له، ويمكنك اتباع الخطوات التالية:

1. تقبّل المرض

سيتمكن المريض من تقبل معاناته عندما يشعر أنك بجانبه ولا تنتقده وتتقبل مرضه، سيساعده هذا القبول في الشعور بالأمان، ويمنحه الأمل في الشفاء.

2. طلب المساعدة

شجّع على الذهاب للطبيب وطلب المساعدة، ويمكنك أن تخبره بالمضاعفات التي قد يواجهها إن لم يبدأ العلاج في مرحلة مبكرة.

3. عدم السخرية

لا تسخر من المريض أو من الأوهام التي يشعر بها، بل تعامل مع الأمر ببساطة حتى لا يشعر بالحرج؛ فقد يخجل المريض من التحدث عن مرضه إن تعرض للسخرية والاستهزاء، ومن الممكن أن تتدهور حالته دون أن تعلم.

في النهاية: نعلم جيداً صعوبة المرض النفسي وعدم قدرة المريض على التعايش معه، ولكن يوجد دائماً أمل في الشفاء، مهما كانت شدة المعاناة!

العصاب neurosis

هو اضطراب نفسي يتميز بشدة الاستثارة والانفعالية، والقلق الشديد وسيطرة مشاعر الذنب، وعدم الكفاية والفاعلية في المواقف الاجتماعية، ويمكن أن يؤثر في واحد أو أكثر من الجوانب الآتية:

- الجانب المعرفي
- الجانب الوجداني (الانفعالي)،
- الجانب السلوكي.

وفي الحالات كلها نقف في العصاب عند اضطراب نفسي يفوق في شدته الغضب المألوف، والخوف المقبول. ومن هذه الجهة يظهر العصاب انحرافاً ملحوظاً عن المقبول والمألوف.

وإذا حُلِّل العصاب من حيث تأثيره في الانفعال والسلوك والمعرفة؛ وجد أنه في النهاية حالة من حالات سوء التكيف بلغ درجة واضحة من الشدة والأثر.

تشمل حالات العصاب، أو الانحرافات العصابية، فئة معينة من الاضطرابات النفسية تبدو عند بعض الأشخاص وتتميز بأعراض أساسية. ولكن تنوع هذه الأعراض، وتداخلها أحياناً، ساعداً معاً على إيجاد بعض الصعوبات في الوصول إلى تمييز قاطع بين بعضها. وساعد على ذلك أيضاً تنوع الثقافة في المجتمعات الإنسانية، والاختلاف حول ما هو سليم ومقبول، وما ليس كذلك، وهذا سبب التفاوت في التحديد.

وفي القول أن العصاب اضطراب في السلوك، أي يظهر لدى الشخص فيؤذيه، ويجرح صحته النفسية، وكفايته الإنتاجية، وفائدته في المحيط الذي يعيش فيه، من غير أن يجعله عاجزاً عن الإنتاج، أو عدواً للمجتمع، ومن غير أن يجعل الصلة بينه وبين المحيط حوله منقطعة.

والعصاب لا يؤدي إلى تعطل المحاكمة العقلية السليمة لدى الفرد، وكثيراً ما يحدث أن تمضي أيام عديدة من دون أن تظهر أعراض بعض حالات العصاب لدى الفرد المصاب حين يبقى بعيداً عن تلك المناسبات التي تتصل بالعصاب لديه.

الأسباب والعوامل في العصاب

هناك أكثر من اتجاه في البحث العلمي لتفسير الأسباب التي تؤدي إلى العصاب، وذلك حسب المدرسة أو الإطار النظري الذي تنتمي إليه. فيذهب بعضهم إلى تركيب الجسم وأجهزته ليرى العوامل والأسباب فيه كما يرى جانيت Janet، وقد تكون في إفراز بعض الغدد، ولاسيما الغدة الصنوبرية كما يذهب أفاريز

Afarez. ويرى بافلوف Pavlov وأصحاب المدرسة الروسية أن الأعصاب أمراض وظيفية في الجهاز العصبي المركزي، ويذهب فرويد Freud - وهو صاحب المدرسة التحليلية - إلى أن الكبت والمشكلات النفسية التي يتعرض لها الفرد في السنوات الخمس الأولى من عمره هي الأسباب الرئيسة وراء كل عصاب، والقلق صفة مميزة لكل العصابات النفسية، لأنه يمثل نواة كل عصاب.

والغالب في العصاب أن يقوم على أساس من صراعات لم يجد الفرد لها حلاً، فيتخذ العصاب طابع الحل المرضي. والأسباب سالفة الذكر تسمى الأسباب المهيئة للعصاب، ولكن هناك الأسباب التي تؤدي إلى ظهور الأعراض المرضية وتسمى «المناسبة الأساسية» أو الموقف المنطوي على الخطر.

والغالب في العصاب أن يتوضع فوق أرضية من شخصية قلقة وشديدة الحساسية، والعوامل التي تكون قد أدت بالشخص إلى مثل هذا كثيرة يدخل فيها تكوين جسده، ونوع التربية التي أحاطت به، وخبرات الطفولة المؤلمة الخاصة التي مر بها، ويدخل في ذلك ما يكون الطفل قد حُرِمَ منه من حب وقبول ونمو نفسي سليم ومتوازن، وهذا الصراع في العادة يكون بين جهاز الأنا من جهة، وبين الأنا العليا والهو من ناحية أخرى.

وللتعلم الخاطيء أثر كبير في نشأة العصاب، لهذا كان القول بإمكان تكوين العصاب تجريبياً بالتعلم، وإعادة علاجه بالتعلم أيضاً قولاً لا يخلو من الصحة. وفي النهاية يكون للسبب المباشر الذي أدى إلى تفجر الأعراض المرضية أهمية كبيرة في تناول المعالج للعصاب، وهي نقطة البداية لدراسته.

أنواع العصاب وحالاته

هناك حالات للعصاب عدة، وتشترك الأعصاب في بعض الأعراض، وتختلف في بعضها الآخر؛ لهذا كانت هناك كثير من المحاولات لتصنيف الأعصاب. وحتى مطلع القرن العشرين كان العصاب يصنف إلى أربع حالات أساسية: الهستيريا، والقلق العصابي والوهن النفسي (السيكاثينيا) والوهن العصبي (النيوراستينيا neurasthenia). ولكن مزيداً من البحث في الوهن النفسي قد قاد إلى جعله في عدد من حالات العصاب هي: المخاوف المرضية phobia، والوساوس والسلوكيات القهرية obsessive compulsive neurosis.

ثم إن حوادث الحرب والاضطرابات النفسية التي نجمت عنها قد قادت إلى البحث في عصاب الحرب، وعصاب الصدمات.

أكثر الأعصاب شيوعاً :

- الهستيريا،
- القلق العصابي،
- المخاوف المرضية،
- الوسواس المتسلطة
- الأفعال القهرية،
- الوهن العصبي (النيوراستينيا)،
- عصاب الحرب.

علاج العصاب

يقوم علاج العصاب بناءً على الإطار النظري الذي يفسر نشأته وتطوره، فمدرسة التحليل النفسي تعتمد على تقانات معينة مثل التنفيس والتداعي الطليق والطرح ومضاد الطرح وتحرير المكبوتات عن طريق كسر المقاومة التي تظهر لدى المريض في أثناء التحليل.

أما المدرسة السلوكية، فتعتمد على تقانات كثيرة مثل: التحصين التدريجي والتنفير والغمر والتفجر الداخلي وغيرها.

وهناك أيضاً العلاج المتعلق بالمريض، ويعتمد على التقبل غير المشروط من المريض والاعتماد على القوة الداخلية له. وغيرها من التقانات.

وعلى سبيل المثال لا الحصر، هناك العلاج الجشثالتي، والعلاج القائم على تكوين التأكيدات، والعلاج التحليلي الجماعي.