

أسباب المرض النفسي

د.تائر حيدر

أستاذ الطب النفسي وعلم النفس السلوكي في
كلية الطب البشري جامعة دمشق

• المرض أو الاضطراب النفسي تعريفا هو خلل يصيب الحالة العقلية للفرد ويؤدي إلى :

• إعاقة في حياته الخاصة

• وازدياد نسبة المعاناة

• أو فقد الاستقلالية

• أو حتى الموت .

• أسباب المرض النفسي متعددة وتختلف حسب

المرض النفسي وحسب المريض .

- عدد من العوامل
- البيولوجية ,
- النفسية , والشخصية
- الاجتماعية , والبيئية
- تساهم في حدوث المرض النفسي .
- ومعظم الاضطرابات النفسية هي نتيجة اجتماع عدة عوامل وليس عامل واحد .

أولاً. العوامل البيولوجية

- تتكون العوامل البيولوجية من أي عامل فيزيائي وفيزيولوجي يمكن أن يؤثر على الحالة العقلية للفرد . هذا يشمل :
- الجينات ,
- الأذيات خلال الحمل و الولادة ,
- الانتانات ,
- التعرض للسموم ,
- رضوض و أذيات الدماغ ,
- خلل في البنية التشريحية للدماغ ,
- سوء استعمال بعض المواد ,
- الخلل الكيميائي في النواقل العصبية الدماغية .

- من أجل فهم العوامل البيولوجية وأهميتها لأبد
- من إلقاء نظرة سريعة على علمين أساسيين متعلقين بالسلوك الإنساني :
- الكيمياء الحيوية
- الفيزيولوجيا والتشريح

الكيمياء الحيوية والمرض النفسي

- ثبت حاليا ومنذ خمسينيات القرن الماضي أن المرض النفسي هو نتيجة خلل في النواقل العصبية neurotransmitters الموجودة في الدماغ . وهذا الخلل موجود عند الفرد منذ ولادته ويشكل التربة الموهبة لظهور الاضطراب النفسي لاحقا

- يعتبر العصبون أو النورون هو الوحدة الأساسية للنظام العصبي . ويحتوي دماغ الإنسان الملايين من هذه العصبونات . والمعلومات الأساسية للحالة النفسية تنتقل داخل وبين العصبونات بواسطة مواد كيميائية تسمى النواقل العصبية .
- هذه الوسائط الكيميائية المسماة نواقل عصبية تتحرر من النورون قبل المسافة المشبكية لتقوم بالارتباط بمستقبلات خاصة بها في النورون بعد المسافة المشبكية . بعد ارتباطها بمستقبلاتها تقوم إما بتنشيط أو تثبيط ذلك النورون .

• النواقل العصبية التي تهتمنا في المرض النفسي هي التالية :

• الدوبامين ,

• النورأدرينالين ,

• الأدرينالين ,

• السيروتونين ,

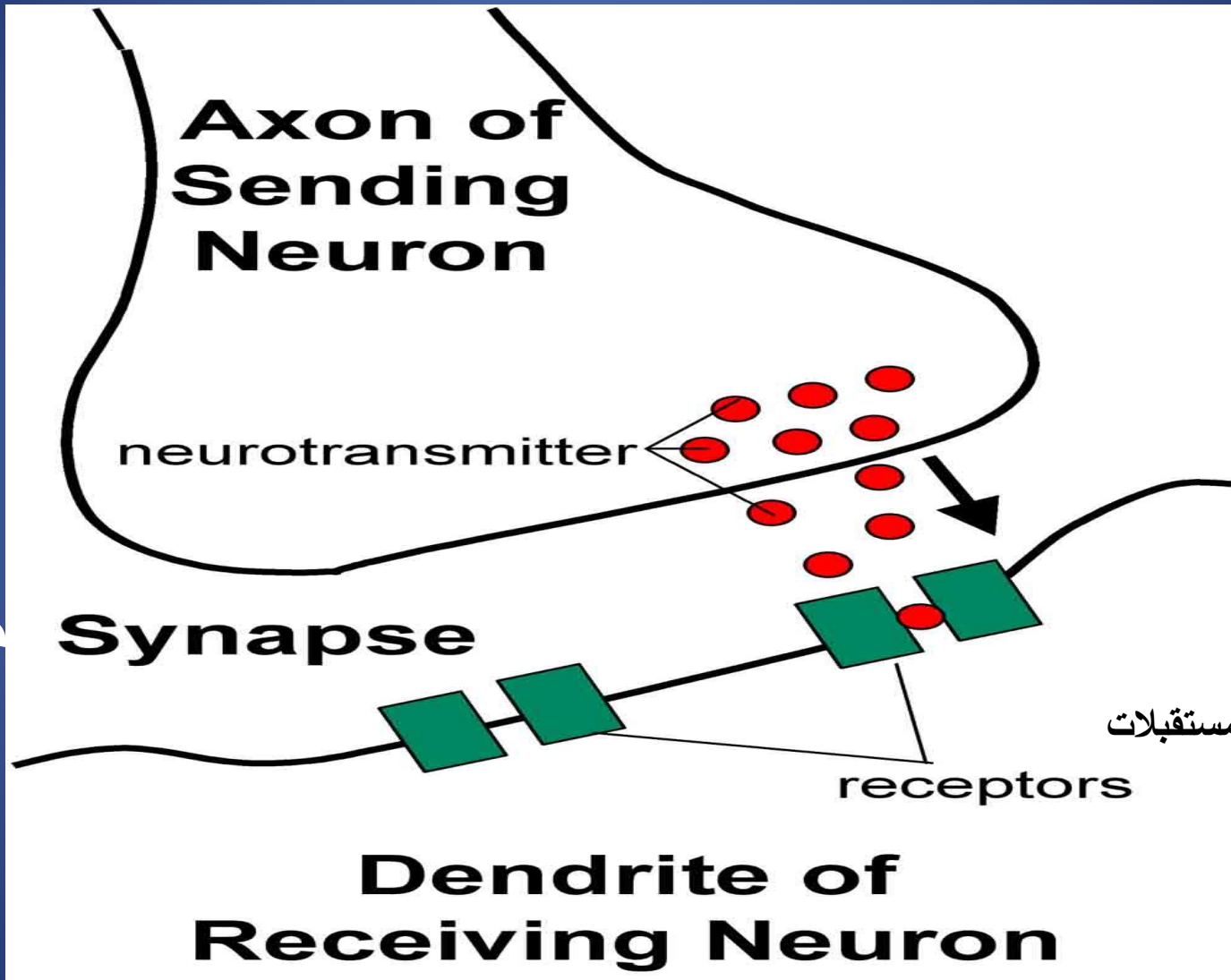
• ال GABA

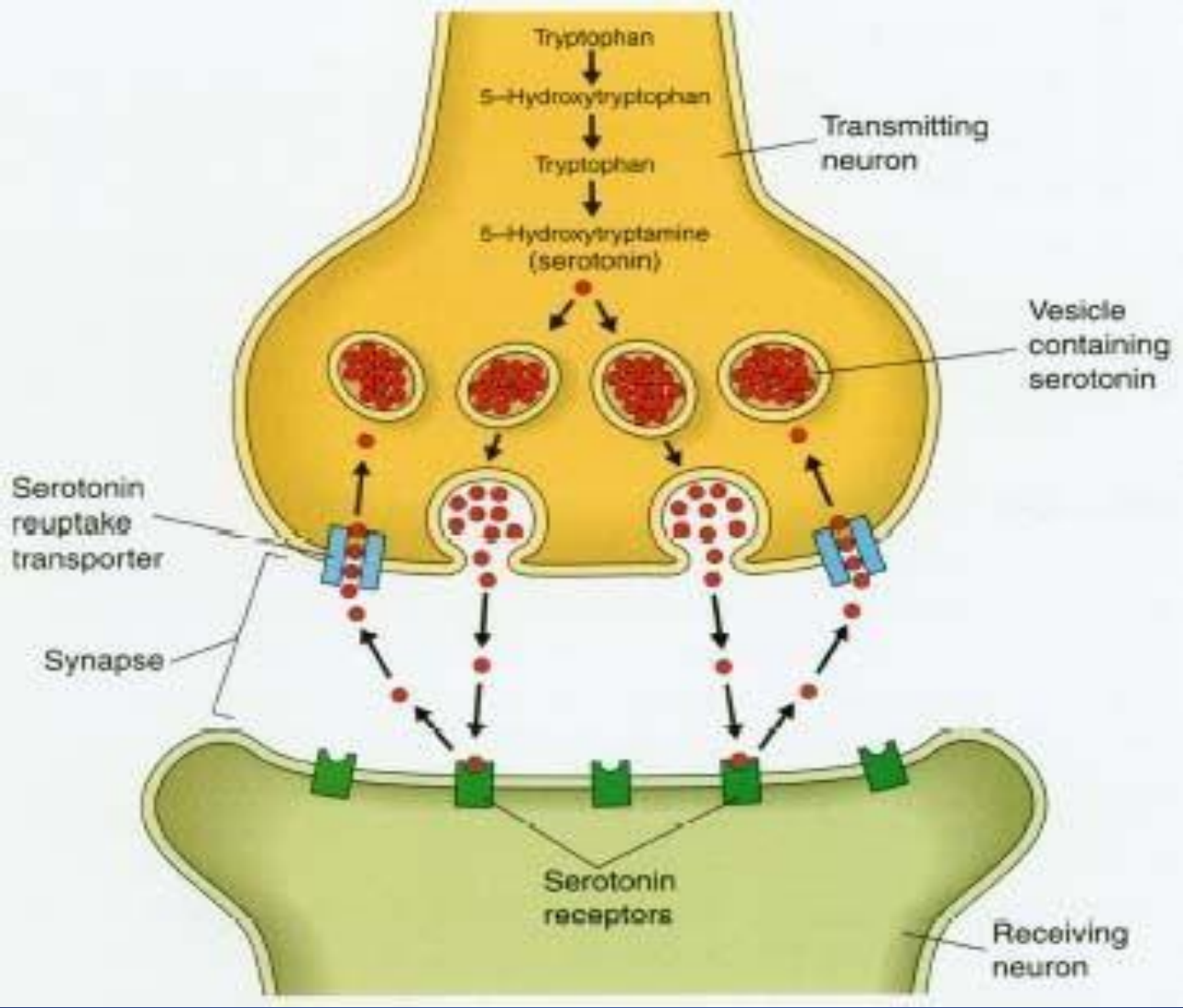
• و الغلوتامات .

• الدوبامين مثلا مسؤول عن تنظيم التفكير والشعور . وزيادته في الدماغ تسبب أمراضا نفسية أهمها الفصام .

• النورأدرينالين مسؤول عن دورة النوم والاستيقاظ والقلق والمزاج .

• السيروتونين مهم في العدوانية والقلق والمزاج وخاصة انخفاضه في الدماغ يسبب الاكتئاب .





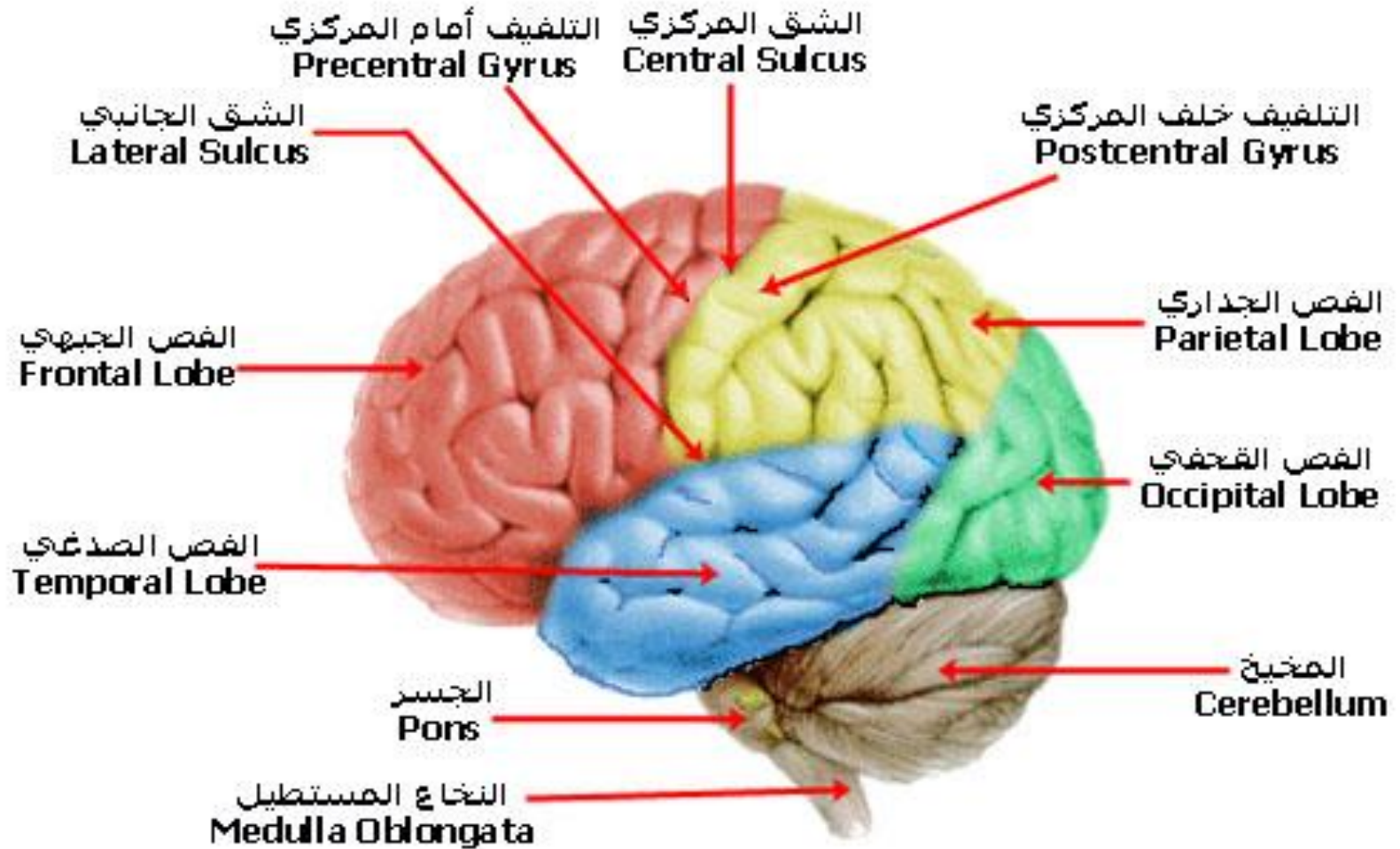
تشرح و فيزيولوجيا المرض النفسى

• الفص الجبهي مسؤول عن تنظيم الحركات الإرادية , التحكم الحركي بالكلام , بعض الوظائف العقلية الذهنية كالمحاكمة وحل المشاكل والسلوك الاجتماعي .

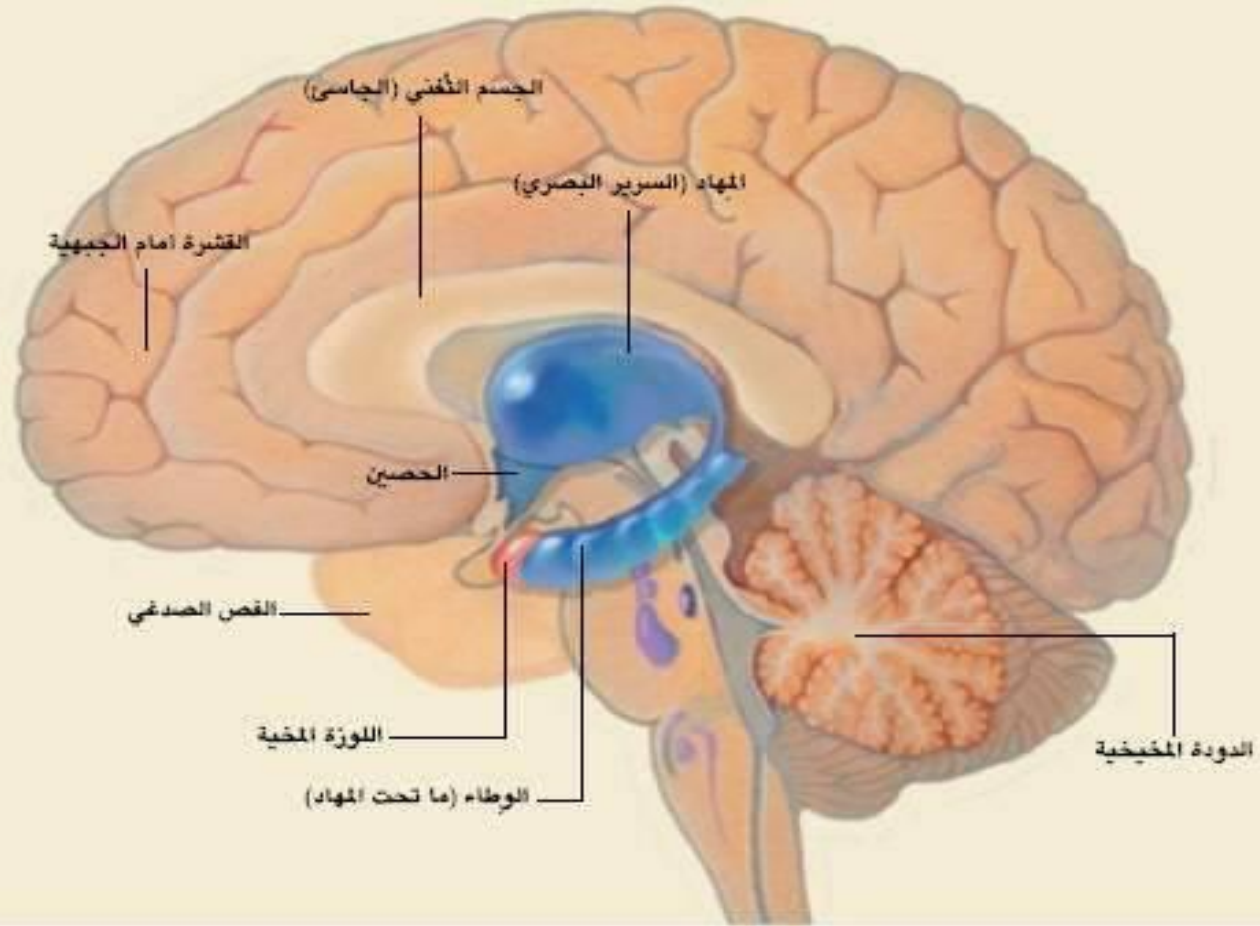
إصابته تؤدي لاضطرابات في شخصية المريض وسلوكه كالتصرفات الطفولية والبلادة والغباء والهيياج والاندفاعية وصولا للفصام والاكتئاب .

- الفص الصدغي مسؤول عن فهم الكلام والذاكرة والمشاعر والمزاج والتفكير وغيرها .
- الجهاز اللمبي limbic system ويتكون من عدة بنى تشريحية أهمها الحصين واللوزة . مسؤول عن مشاعر الخوف والفرح . خلل وظيفته يسبب العنف والعدوانية و الأهلـاسات .
- لوحظ كذلك ومن خلال طرق تصوير الدماغ الحديثة التي تستند لاستقلاب و أكسجة و استهلاك السكر من النسيج الدماغى اضطرابات فى دماغ المرضى النفسيين لا توجد عند الطبيعيين . وستذكر بعد قليل

فصوص الدماغ



الجهاز اللمبي



• بعد الاطلاع على الكيمياء الحيوية والتشريح و
الفيزيولوجيا المتعلقة بالمرض النفسي نعود
للأسباب البيولوجية :

1. الجينات :

- دراسات التوائم والروابط الأسرية دلت على الدور المهم للعوامل الجينية في حدوث المرض النفسي . لكن التحديد الموثوق لجينات محددة مسؤولة يعتبر أمرا صعبا .
- الأبحاث أشارت إلى أن عددا من الأمراض النفسية هي متعددة جينات polygenic بمعنى أن عدة جينات مسؤولة عن حدوثها وليس جين واحد.
- دراسة حديثة نشرت في ال 2013 أكدت على تشارك خمس أمراض نفسية في وجود خلل جيني مسبب لها . هذه الأمراض هي الفصام , ثنائي القطب , الاكتئاب الجسيم , التوحد , اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه ADHD .
- التغيرات لوحظت في مناطق معينة من الصبغيات 3 و 10 .

2. أذية الحمل و الولادة :

- أي أذية يمكن أن تحدث للجنين و الوليد يمكن اعتبارها عاملاً مساعداً على ظهور المرض النفسي :

استخدام الحامل للكحول أو المخدرات ,
تعرض الحامل لمرض جهازى أو انتانات ,
تعرض الحامل لسوء تغذية ,
تعرض الحامل لشدات ورضوض نفسية ,
نقص أكسجة الوليد حول الولادة ,
رضوض رأس الوليد أثناء الولادة ,
الخداج .

3. الانتانات و السموم :

- هناك افتراض أن السموم والانتانات تغير في البنية الكيميائية للدماغ مما يؤدي لمرض نفسي . تم اتهام المكورات العقدية وبعض الفيروسات خاصة ال HIV وبعض الطفيليات خاصة التوكسوبلازما . لكن البرهان العلمي القاطع لم يثبت .

4. رضوض وأذيات الدماغ :

- أي أذى للدماغ ممكن أن يسبب اضطراب نفسي كون الدماغ هو كما نعرف المنظم الرئيسي لكل الجسم .
- لوحظ ارتفاع معدلات اضطرابات المزاج و اضطرابات الشخصية وإدمان المواد وحتى الأمراض الذهانية بعد التعرض لرض دماغي سواء كان رض رأس مفتوح أو مغلق وهو الأشيع طبعا
- في كلا الحالتين , أي الرض المفتوح و المغلق , الأعراض قد تستمر مع الوقت أو تتحسن . ولكن لوحظ أنه كلما طالت فترة الغياب عن الوعي أو حتى فترة فقد الذاكرة بعد الرض على الرأس كلما كان الإنذار أسوأ .

• من أذيات الدماغ : أورام الدماغ : والتي تصنف عادة إما خبيثة أو سليمة. وإما داخلية أي أنها تميل للارتشاح في النسيج الدماغي أو خارجية أي أنها تنمو على السطح الخارجي للدماغ وتعطي أعراض نتيجة ضغطها النسيج الدماغي . قد تسبب الأورام الدماغية الأعراض التالية :
تخليط ذهني, أعراض ذهانية كالأهلاسات والتوهيمات,
اضطرابات في الذاكرة, وحتى عته. كما أن أورام الفص الجبهي تحديدا تؤدي لاضطرابات سلوك, وخلل في التفكير والمحاكمة, وتغيرات في الطباع الشخصية السابقة .
لذلك يجب التأكيد على فكرة هامة : أي اضطراب نفسي حديث عند مريض ليس لديه سوابق نفسية يستدعي نفي السبب العضوي وخاصة الورم الدماغي .

5. تغيرات تشريحية دماغية :

• لوحظ في بعض الاضطرابات النفسية العقلية كالفصام وثنائي القطب والاكتئاب الشديد وجود تغيرات في دماغ المريض ليست موجودة في الشخص الطبيعي . ويسمى هذا دراسة المرونة العصبية **neuroplasticity** . وهناك تساؤل دائم حول كون هذه التغيرات التشريحية هي سبب لنشوء المرض النفسي أم نتيجة له :

1. توسع في البطينات الدماغية .

2. نقص حجم الدماغ بشكل عام والحصين

hippocampus بشكل خاص .

3. زيادة حجم اللوزة **amygdale** .

6. الخلل الكيمياءى :

- وهو خلل فى النواقل العصبية الموجودة فى الدماغ سواء زيادة أو نقصا . النواقل العصبية المتهمة هى الدوبامين , السيروتونين , النورأدرينالين , الGABA غاماأمينوبوتيريك . وقد ذكرناها بالتفصيل سابقا .

7. إدمان بعض المواد :

- ثبتت العلاقة المرضية بين إدمان بعض المواد وظهور المرض النفسى :

1. إدمان الكحول يؤدي لاكتئاب وخلل فى الذاكرة والتفكير .
2. إدمان القنب , الحشيش , يؤدي لاكتئاب .
3. إدمان الأمفيتامين والكوكائين يؤدي لاضطراب ذهاني خاصة الزورانية .

ثانيا.العوامل البيئية و الاجتماعية

- المقصود بالعوامل البيئية و الاجتماعية : كل الشدات و الرضوض النفسية التي يتعرض لها الشخص خلال حياته منذ الطفولة الأولى وحتى الوفاة

1. الرضوض النفسية خلال مرحلة الطفولة :

كل الأحداث الراضة نفسيا التي يتعرض لها الفرد خلال طفولته يمكن أن تنتج اضطرابا نفسيا عند الكبر والقائمة طويلة ولا يمكن حصرها:

- العنف الجسدي , النفسي , اللفظي , الجنسي
- الخلافات العائلية الدائمة
- التتمر
- التمييز بين الأبناء
- الحرمان العاطفي
- الحرمان المادي

- غياب أحد الأبوين لأي سبب سواء سفر أو وفاة أو طلاق,
- إصابة أحد أفراد الأسرة بمرض نفسي ,
- انعزال الأسرة عن العلاقات الاجتماعية ,
- الدلال الزائد ,
- فرط الحماية ,
- التعرض لعاهة جسدية خلال الطفولة ,
- التربية الدينية الصارمة جدا .
- غياب الأم لأي سبب كان قبل عمر الخمس سنوات يعتبر أكثر العوامل أهمية في زيادة حدوث الاضطراب النفسي عند الطفل .
- الأم المكتئبة كونها لا تتواصل ولا تتكلم ولا تعتني ولا تشجع طفلها بسبب وضعها النفسي تزيد أيضا احتمال حدوث الخلل النفسي عند الطفل .

- مثلا تعرض الإنسان خلال الطفولة للعنف الجسدي أو مشاهدته للعنف الجسدي في المنزل يؤدي في الكبر إلى اضطرابات نفسية كأن يصبح هو نفسه عنيفا ومعادي للمجتمع وسادي أو على العكس ذو شخصية خجولة اجتنابية فاقدة للثقة بالنفس وتشعر بالدونية .
- كذلك , ففرط الحماية للطفل من قبل الأهل , وخاصة إذا كان هذا الطفل مصابا بمرض أو عاهة ما , ومنعه من الاختلاط بالآخرين أو الذهاب في نزهات مدرسية خوفا عليه سوف يؤدي في الكبر إلى نشوئه ضعيف الشخصية قليل الخبرة معتمدا على الغير .

• تعرض الطفل للاعتداء والتحرش الجنسي وخاصة لفترة طويلة يسبب في الكبر اضطرابات جنسية لديه بكافة أشكالها , مشاعر اكتئابية , أفكار انتحارية بسبب كرهه لنفسه وجسده .

• الأسرة كثيرة العدد عادة ما تنقص فيها الرقابة و المتابعة للأبناء مما قد يكون سببا في تراجع مستواهم الدراسي أو انحرافهم دون الانتباه لهم من قبل الأهل .

• الدلال الزائد المترافق بالتلبية الفورية لحاجيات وطلبات الطفل ينشئ في الكبر شخصية اعتمادية اتكالية لا تطيق الصبر ولا تتحمل الإحباط وتريد تلبية حاجاتها بدون انتظار لأنها لم تتعود على كلمة لا من الآخرين .

2. الشدات النفسية فى مراحل الحياة التالية للطفولة :

- الفقر : المرض النفسى أعلى نسبة فى الفقراء من الأغنياء أو متوسطى الدخل . الفقراء يجب عليهم التعامل مع الرضوض المادية كالبطالة وتأمين البيت المناسب للسكن وانتشار الإدمان والمرض والجهل وكثرة عدد الأفراد فى المنزل وغيرها كثير من التفاصيل .
 - وفاة شخص عزيز و خاصة أحد الأبناء
 - التعرض للحروب و الكوارث الطبيعية
 - الطلاق أو الترمل
 - الاصابة بمرض جهازى
 - الاصابة بعاهة جسدية
 - بعض المجتمعات :
- الاضطرابات النفسية أكثر حدوثا فى المهاجرين وفى الأقليات العرقية والدينية . السبب هو انتشار الفقر بكل مساوئه فى هذه المجتمعات والعزلة الاجتماعية التى يعيشونها وتعرضهم للتمييز العنصرى .

ثالثا. العوامل النفسية والشخصية

- يقصد بالعامل النفسي الطبيعة الشخصية لكل فرد ومدى قدرة هذا الفرد على التعامل مع صعوبات الحياة . فمثلا نجد بعض الأشخاص يصابون بالانهيار في مواجهة موقف ما في حياتهم بينما نفس الموقف قد لا يحرك ساكنا في أشخاص آخرين .
- ارتكاسات الأفراد المختلفة تجاه صعوبات الحياة سببها الطبيعة الفريدة للفرد التي تميز شخصا عن آخر . يتعلق ذلك ب :
 - نمط تفكير الشخص ,
 - وقدرته على التأقلم ,
 - ونظرته لنفسه self esteem ,
 - وقوة الأنا لديه ,
 - ووجود دعم من المحيط له ,
 - والمصاعب التي واجهها في حياته , فكلما زادت هذه المصاعب وتراكت كلما نقصت مع الوقت قدرته على التأقلم وزادت امكانية تعرضه لاضطراب نفسي

نظريات المرض النفسي

1. بعض النظريات تعطي العامل الجيني 40
بالمائة من استعداد الفرد للمرض النفسي و60
بالمائة للعوامل النفسية والبيئية . تسمى هذه

النظريات bio psycho social

:بيولوجية نفسية اجتماعية . الحقيقة أن هذه
النظرية لها تطبيق مفيد في الأمراض الجسدية
أيضا وليس كتفسير للمرض النفسي فقط .

مثلا مريض مصاب بالسرطان أو السكري أو الايدز أو أي مرض جهازي آخر : إذا تعاملنا معه بشكل بيولوجي بحت دون اعتبارات للأبعاد الأخرى النفسية والبيئية فإننا نخسر مكونات هامة تساعد في السيطرة على مرضه الجسدي وضبطه . بالتالي فإن أخذ الأبعاد الثلاثة بعين الاعتبار سوف يحسن بالتأكيد من إنذار المرض ويحسن من نمط ونوعية حياة المريض . وكأنا هنا نطبق القاعدة الطبية الذهبية : العقل السليم في الجسم السليم وكذلك الجسم السليم يحتاج لعقل سليم . الاهتمام بالعوامل النفسية للمريض يجعله أكثر التزاما بتناول الأدوية وإجراء الاستقصاءات اللازمة وإتباع الحمية الموصوفة والقيام بالفعاليات الرياضية والفيزيائية المطلوبة منه

2. النظريات التحليلية

- تقول أن سبب المرض النفسي هو الصراعات النفسية الداخلية التي لم يستطع الفرد أن يجد لها حلا , وتثبيتته fixation في مرحلة من المراحل الفرويدية الخمس لتطور الشخصية .
- فإذا تثبت في الفموية أصبح اعتماديا فاقدا للاستقلالية سريع الغضب لا يطيق الإحباط ولا يطيق الانتظار والصبر وقد يتطور إلى شخصية ادمانية أو معادية للمجتمع ,
- وإذا تثبت في الشرجية أصبح وسواسيا عنيدا متصلبا مترددا في اتخاذ القرارات
- وإذا بقي أسير مركب أوديب ولم يستطع الخروج منه بسلام فقد تتطور لديه شخصية هستريائية أو حدية وقد تتطور لديه اضطرابات جنسية في الكبر

3. نظرية التعلق attachment :

- وتقول أن طبيعة العلاقة بين الطفل والقائم على رعايته في السنوات الأولى من العمر هي المحدد الرئيسي لظهور أو عدم ظهور المرض النفسي. فإذا قامت هذه العلاقة على مبدأ التعلق الآمن أي شعور الطفل بالاستقرار وبأن الذي يرعاه لن يفارقه وسيبقى بجانبه فسوف تكون شخصيته عند الكبر متوازنة وقليلة التعرض للاضطراب النفسي .
وبالعكس , فنمط التعلق غير الآمن وغير المستقر والمترافق دوماً بتهديدات واحتمالات لتتركه والتخلي عنه سوف تنتج في الكبر شخصية مضطربة غير متوازنة وأكثر عرضة للإصابة بالخلل النفسي .

شكرا لإصغائكم