الطب النفسي الجسدي

06 د. ثائر حيدر

علم النفس السلوكي | Behavioral Psychology

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

نرحّب بكم زملاءنا في مقرّر علم النفس السلوكي في السنة الثانية لهذا الفصل، حيث سنقوم بكتابة المادة بأسلوب سلس ومُبسّط، شاملين كل معلوماته ومعلومات السلايدات التي تُعرض، وكافّة ملاحظات الدكاترة التي تُذكر في المدرّج، راجين من المولى أن تنال إعجابكم.

العنوان	رقم الصفحة
عوامل نفسية تسبب أو تفاقم المرض الجسدي	2
أمراض جسدية تسبب اضطراب نفسية	6
استخدام الأدوية النفسية في علاج بعض الأمراض الجسدية	11

Al kamal
21020411

تمهيد

- عُرفت العلاقة الوثيقة بين النفس والجسد منذ آلاف السنين وحتى يومنا هذا.
- كل من عمل في المجال الطبي لاحظ وكتب وألّف وتحدث عن هذه العلاقة.
- وما مقولة "العقل السليم في الجسم السليم"، والتي يمكن عكسها وتبقى أيضاً صحيحة لتصبح "الجسم السليم في العقل السليم" إلّا دلالة مختصرة عن الإدراك القديم للتأثيرات المتبادلة بين النفس والجسد.
- المشاهدات الطبية اليومية تثبت العلاقة بين النفس والجسد حيث نصادف الكثير من المرضى الذين يعانون من مشاكل جسدية مختلفة ويراجعون عدة أطباء ويخضعون لاستقصاءات مخبرية وشعاعية، ثم في النهاية وبعد الوصول لمرحلة العجز عن فهم السبب الحقيقي لأعراضهم، يطلب لهم استشارة نفسية ليكتشف أن معاناتهم الجسدية المزمنة هي **نفسية المنشأ**، وتختفي هذه المعاناة بعد مراجعة الطبيب النفسي.

أمثلة ذلك: الدوار، ضيق النفس، الخفقان، الصداع، النسيان، آلام الدورة الطمثية، التعب الدائم، تشنجات عضلية متكررة، آلام البطن و الصدر المبهمة، تشويش في الرؤية.

- العكس أيضاً صحيح حيث أن بعض الأشخاص المصابين باضطراب نفسي يتطور عندهم أمراض جسدية ذات صلة واضحة بمرضهم النفسي مما يستدعي الاستعانة بالاختصاصي المناسب.

عوامل نفسية تسبب أو تفاقم المرض الجسدي

من المعروف أن الشدات النفسية تحرّض ظهور بعض الأمراض العضوية، وكم سمعنا قصصاً عن أشخاص أصيبوا بداء السكري أو ارتفاع التوتر الشرياني أو احتشاء العضلة القلبية أو حادث وعائي دماغي أو حتى الانفلونزا بعد تعرضهم لشدة نفسية ما (أجاه المرض بعد الرعبة أو الزعلة).

من التفسيرات المقترحة:

الشدة النفسية تحرّض زيادة إفراز الأدرينالين والنورأدرينالين والكورتيزول.

مما يؤدي لتسريع النبض ورفع التوتر الشرياني ورفع سكر الدم وإضعاف مناعة الجسم بشكل عام.

مما يعرضه للانتانات وللأمراض الجسدية المختلفة.

لوحظ وجود ارتباط بين أنماط شخصيات معينة وبعض الإصابات الجسدية:

الداء الإكليلي وارتفاع التوتر الشرياني:

أكثر شيوعاً في الشخصية ذات النمط A المتميزة بالقلق المستمر والاستعجال والتنافسية الشديدة والغيرة والعدوانية، هذه الشخصيات معرّضة للإصابة بتصلّب الشرايين ونقص تروية.

السرطان:

أكثر حدوثاً في الشخصيات التي تحتفظ بانفعالاتها وأحزانها وتوترها في داخلها ولا تعبّر عنها.

البدانة:

أكثر ما تصيب الشخصيات البليدة البطيئة أو الشخصيات التي لديها ردود فعل نكوصية حيث تلجأ لتناول الطعام وخاصةً الحلويات كلما كانت مزعوجة.

أمراض أخرى:

الشخصيات القلقة أو الاكتئابية لديها شكاوى جسدية مختلفة كمتلازمة الأمعاء الهيوجة والشقيقة والتشنجات العضلية "خاصة في الكتفين وأسفل الظهر"، والصداع التوتري والدوار وتشوش الرؤية وكثرة التبول والتعب الدائم والاضطرابات الجنسية سواء عند الذكور أو الإناث.

- من المعروف أيضاً أن معظم الأمراض الجسدية المزمنة والمضبوطة على العلاجات الدوائية الموصوفة تمر بفترات من النكس إذا ساءت الحالة النفسية للمريض لسبب ما والأمثلة على ذلك عديدة كالربو والقرحة الهضمية والصرع وخنّاق الصدر والأمراض الرئوية المناعية وبعض الأمراض الجلدية كالحزاز المسطح والثعلبة إضافة لما ذكرناه سابقاً كالسكري وارتفاع التوتر الشرياني.
- الحمل الكاذب هو أيضاً مثال عن العلاقة بين النفس والجسد فالزوجة هنا وبسبب رغبتها الشديدة بالحمل يحدث عندها كل مظاهره من انقطاع الطمث وانتفاخ البطن وغثيان واقياء وكبر بحجم الثديين لتكتشف عند مراجعة الطبيب أنها غير حامل (**هذه الحالة كما هو واضح ليست تمثيلاً من المريضة لأن ما تحس به هو حقيقي تماماً**).

يعد الاضطراب التحويلي مثالاً مهماً أيضاً على المرض النفسي الجسدي:

المريضة هنا (حيث أنه مرض النساء بامتياز) لديها بالأساس شخصية هستريائية بما تحمله من صفات النرجسية الشديدة والأنا الضعيفة والتكلّف والقابلية للإيحاء وحب الظهور وأن تكون مركز الاهتمام وإلقاء اللوم على الآخرين فيما تشعر به من تعاسة وقلق.

يقصد بالأنا الضعيفة هنا (توضيح آربيسيزي):

- شخصية تبحث عن اهتمام الآخرين ولديها مشاعر زائدة، تبالغ في ردات فعلها الدرامية وغالبا ما تكون مدللة ابيها وهذا الدلال يجعلها نرجسية مهزوزة، (من كلمتين بتنهز كرامتها والكل بدرايها وبخاف تزعل :3)، وبالتالي هي ليست تضاداً لكلمة النرجسية.

هذه الشخصية في بعض الأحيان عندما تتعرض لشدة نفسية ما فإنها **تحوّل** ومن دون أن تشعر معاناتها النفسية لعرض جسدي.

بالتالي فكل الأعراض الجسدية الحركية أو الحسيّة ممكن أن تحدث هنا من خزل وشلل وعمى وطرش وخرس ونوبة اختلاج واضطراب حس كالخدر والنمل.

المريضة هنا مثل حالة الحمل الكاذب، لا تمثل أو تتمارض لأن ما يصيبها حقيقي تماماً لكن مشكلتها أن الأنا الضعيفة لديها لا تقدر على مجابهة المواقف والشدات المزعجة أو غير المحتملة فتفضّل الهروب للمرض الجسدي.

لتحقق بذلك منفعتين وهما:

- **المنفعة الأولى**: هي الارتياح من التوتر أو القلق الذي سيحدث عند مجابهتها للموقف المزعج بتحويله إلى عرض جسدي.
- **المنفعة الثانية**: هي نيل تعاطف واهتمام المحيطين بها كونها أصيبت بشلل أوعمى أو خرس.

من الأمثلة المهمة أيضاً هي الاضطرابات المفتعلة:

- الشخص المصاب بهذا الخلل النفسي يحب لعب دور المريض حتى يتم الاهتمام به من قبل الوسط الطبي وبالتالي فهو إما أن يدّعي أو يُحدث في جسده أعراض وعلامات معينة ويراجع المشفى طالباً التشخيص والعلاج.
- فقد يزيّف آفة جلدية ما أو يضع قليلاً من الدم في عينة من بوله أو يسخن ميزان الحرارة أو يأخذ دواء يسبب تسرع قلب أو يتناول مميعات لإحداث نزوف أو يتناول مسهلات أو مقيئات أو يقول أنه أصيب بألم بطني في مكان الزائدة الدودية أو المرارة أو بألم صدري خناقي الصفات، وكل ذلك حتى يتم إخضاعه لاستقصاءات وحتى عمليات جراحية لا عمل لها.
- هذا المرض النفسي المسمى أحياناً **مونكهازون** على اسم الطبيب الذي اكتشفه، له نوع اسمه **مونكهازون بالوكالة** حيث المريض هنا لا يدّعي المرض في جسده وإنما في جسد آخر يقع تحت وصايته كطفله أو أحد أبويه المسنين، هذه الحالة تدخل ضمن سوء المعاملة والعنف وتستدعي الإجراءات القانونية.

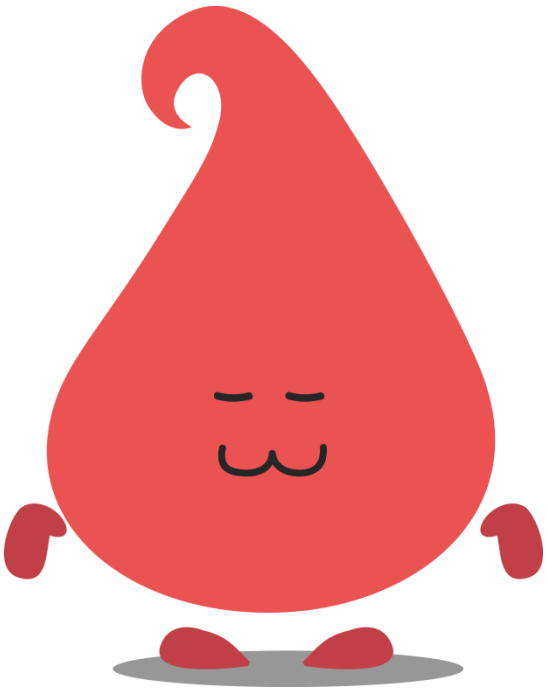
بعض الأمثلة على الامراض النفسية الجسدية (ذُكرت في الأرشيف):

الحقيقة أن الأمثلة على المرض النفسي الجسدي عديدة جداً ولا يمكن الحديث عنها كلها:

- الاضطرابات جسدية الشكل مثل داء المراق أو توّهم المرض.
- اضطراب التجسيد.
- اضطرابات الألم.
- اضطراب تشوّه الجسد.
- النساوة التي ليس لها سبب عصبي.
- خلل الذاكرة.
- خلل الانتباه والتركيز.
- الأهلاسات الحشوية في المرضى النفسيين.
- السلس البولي اللاإرادي.
- صرع الفص الصدغي.

أمراض جسدية تسبب اضطرابات نفسية

- الأمراض الجسدية التالية تؤدي إلى أعراض تشبه أعراض القلق أو نوبات الهلع بما تحدثه من خفقان ورجفان أطراف وتعرّق وتوتّر:
  - ✓ انسدال التاجي.
  - ✓ اضطرابات النظم.
  - ✓ ورم القواتم.
  - ✓ فرط نشاط الدرق.
  - ✓ انخفاض سكر الدم.
  - ✓ داء كوشينغ.
  - ✓ فقر الدم.
  - ✓ اضطراب الشوارد وخاصة الصوديوم سواء انخفاضاً أو ارتفاعاً.
- الكثير من الأمراض الجسدية المزمنة تسبب اكتئاب لدى المصابين بها بسبب الآلام المستمرة والخضوع لاستقصاءات مزعجة ومراجعات الأطباء أو قبولات المشفى المتكررة وحتى كآثار جانبية لأدويتهم.
- لكن الملاحظ أن بعض الأمراض الجسدية تسبب هي نفسها الاكتئاب بما تحدثه من خلل في النواقل العصبية الدماغية وليس فقط كرد فعل ارتكاسي للإصابة بها وهذه الأمراض هي:
  - ➢ أورام الدماغ "خاصة في الفص الجبهي وخاصة الأيسر".
  - ➢ قصور الدرق.
  - ➢ التصلّب اللويحي.
  - ➢ داء باركنسون.
  - ➢ داء أديسون.
  - ➢ داء هنتغتون.
  - ➢ داء كوشينغ.
  - ➢ الذئبة والايدز.
- كذلك لوحظ أن البورفيريا الحادة المتقطعة والتصلّب اللويحي والذئبة وكوشينغ قد تسبب أعراض نفاسية.



اضطرابات نفسيّة محرضة بالأدوية

✓ الكثير من الأدوية يمكن أن تحدث اضطرابات نفسية كآثار جانبية لها وخاصة باستعمالها لفترة طويلة أو بكميات كبيرة، ولذلك كان للقصة الدوائية أهمية كبيرة عند استجواب المريض الذي يراجع بقصة نفسية:

- مضادات الالتهاب اللاستيروئيدية: يمكن أن تسبب اكتئاب أو أوفوريا أو قلق أو حتى أعراض نفاسية وخاصة الساليسيلات و الاندوميتاسين.
- أدوية ارتفاع التوتر الشرياني: وخاصة الرزربين والمدرات والبروبرانولول والمتيل دوبا وحاصرات الكلس يمكن أن تسبب تخليط ذهني واكتئاب وتعب عام وأعراض نفاسية.
- بعض مضادات اضطرابات النظم: كالكينيدين والبروكائين أميد قد تسبب تخليط ذهني.
- الليفو دوبا: المستخدم في علاج داء باركنسون، يسبب أعراض نفاسية أو هوس أو اكتئاب.
- الديجتال: قد يؤدي إلى تعب عام أو اكتئاب.
- بعض أدوية الربو: وخاصة التيوفيللين والتربوتالين قد تسبب تخليط ذهني وقلق.
- مضادات الإنتان: قد تسبب أيضاً تخليط ذهني أو اكتئاب أو قلق أو خلل ذاكرة أو أعراض نفاسية وأهمها أدوية التدرن والمترونيدازول والكلورامفينيكول والتتراسيكلين.
- مضادات الكولين: المستخدمة كما هو معروف في العديد من الأدوية:
  1. كمضادات تشنج للعضلات الملساء التي تعالج القولنجات الهضمية والصفراوية والكلوية.
  2. في السلس البولي الإلحاحي الناجم عن مثانة مفرطة الحركية وتشنجية.
  3. في علاج داء باركنسون.
  4. تسبب أيضاً خلل ذاكرة ونعاس وهياج بالجرعات الخفيفة لتصل إلى الأعراض النفاسية في الجرعات العالية (نفاس الأتروبين).
- الستيروئيدات القشرية: (الكورتيزون وأشباهه) يسبب استخدامها أوفوريا وحتى تحت هوس. أما قطعها الفجائي فيسبب تخليط ذهني واكتئاب وأعراض نفاسية وقد يسبب أيضاً صداع واقياءات مشابهة لأعراض الورم الدماغي ولهذا يسمى أحياناً اعتلال الدماغ الورمي الكاذب.
- الأندروجينات: (يستخدمه لاعبو كمال الأجسام مثلاً) يؤدي إلى هياج وعدوانية.
- البروجسترون: (يستخدم كمانعات الحمل الفموية وغيرها) يؤدي إلى اكتئاب وتعب.
- هرمون الدرق: قد يسبب استعماله المديد قلق وأعراض نفاسية.

❖ الواقع أن الاضطرابات النفسية المحرضة بالأدوية لا تأتي فقط من الأدوية التي تعالج الأمراض الجسدية، فحتى الأدوية المستخدمة في علاج الاضطرابات النفسية تسبب هي نفسها اضطرابات نفسية:

- مضادات النفاس: تسبب اكتئاب، تخليط ذهني، هياج، تهدئة، أرق، نعاس.
- البنزوديازبينات: تسبب خلل ذاكرة، تهدئة، خلل تركيز وانتباه.
- مضادات الاكتئاب: قد تقلب المزاج إلى هوس أو تحت هوس وقد تسبب هياج وتخليط ذهني وأرق.
- المنشطات النفسية ومنها الأمفيتامينات التي تستخدم طبياً في علاج بعض اضطرابات النوم وعلاج متلازمة فرط الحركة ونقص الانتباه قد تسبب قلق وأرق ومع الاستخدام المديد أعراض نفاسية زورانية.

❖ من الواضح طبعاً أن ما ذكر عن الآثار الجانبية النفسية لعدد من الأدوية لا يعني بث الخوف أو الريبة من استخدامها لأن نسبة حدوث هذه الاضطرابات النفسية قليلة جداً كما أن فائدة هذه الأدوية تفوق بالتأكيد آثارها الجانبية.

الفكرة المهمة مما سبق هي لفت انتباه الزملاء الأطباء للتفكير بالإحتمال الدوائي عند مصادفتهم لتطور أعراض نفسية أثناء علاجهم لمرضاهم وبالتالي القيام إما بتخفيف الجرعة أو بتغيير الدواء المستخدم، مما قد يحسن أعراض مريضهم النفسية دون الحاجة لإرساله لطبيب نفسي

أمثلة على ما ذكر

↙ أنثى في الثلاثينات من عمرها لديها منذ عدة شهور نوبات من الخفقان وإحتقان الوجه تدوم لدقائق ثم تزول لوحدها وشُخص لها نوبات هلع وعولجت على هذا الأساس دون تحسن ليكتشف فيما بعد أنها مصابة بورم قواتم أو بانسدال تاجي مع اضطرابات نظم مرافقة، أو بالعكس، فنفس المريضة بنفس الشكوى أخضعت لاستقصاءات مختلفة لمعرفة سبب هذه النوبات ليتبين لاحقاً أنها مصابة باضطراب هلع.

- رجل في الستينات من عمره لديه منذ حوالي السنة تعب دائم وأُخضع لاستقصاءات مخبرية وشعاعية وعولج بالفيتامينات دون تحسن، إلى أن حاول الانتحار في صباح أحد الأيام كون حالته كانت اكتئاب ولم يتم تمييزها، أو بالعكس، فنفس المريض السابق عولج بمضادات اكتئاب على أساس أن تعبه نفسي المنشأ ثم تبين لاحقاً أن سبب التعب أو الوهن هو فقر دم متوسط الشدة ناتج عن ورم كولون نازف.

- مريض خنّاق صدر مستقر ازداد تواتر آلامه الخناقية اثر شدة نفسية مؤخراً وبالتالي أخضع لقثطرة قلبية ثانية دون موجودات مختلفة عن القثطرة السابقة، بعد إضافة مهدئ خفيف تحسن الألم الصدري كثيراً.

- شاب في الثلاثينات لاحظ أهله منذ عدة أسابيع تغيرات في شخصيته حيث أصبح جريئاً لدرجة الوقاحة بعد أن كان خجولاً جداً وسرعة تعصيب وهياج بعد أن كان معروفاً بهدوئه، أجري له طبقي محوري للدماغ فتبين أن لديه ورم دماغي على حساب الفص جبهي.

- مريض باركنسون معالج، تطور لديه في الفترة الأخيرة توهمات مراقبة وأهلاسات سمعية، سبب هذه الأعراض النفاسية الحديثة هو إما مرضه الأصلي الذي يسبب هذا الاضطراب النفسي أو أدويته وخاصة الليفو دوبا أو الاثنين معاً.

- مراهقة عمرها 17 سنة لاحظ أهلها نحولاً واضحاً في جسمها ووجهها وأُجري لها العديد من الاستقصاءات لمعرفة السبب ثم اعترفت أخيراً أنها تقاوم الرغبة في تناول الطعام لاعتقادها أنها بدينة (قمه عصبي).

- رياضي سابق، لاحظت زوجته أنه أصبح مؤخراً عنيفاً في تعامله معها ومع أولاده وسريع الانفعال لأي تعليق أو كلمة ثم تبين أن سبب هذه التغيرات تناوله للأمفيتامينات والأندروجينات وقيامه بتمارين عضلية مجهدة لأنه يريد أن يستعيد لياقته وشكل جسمه الرياضي سابقاً.

اضطرابات جسدية محرّضة بالأدوية النفسية

- ❖ حال الأدوية النفسية كحال جميع الأدوية من حيث احداثها لآثار جانبية تتراوح شدتها من الخفيفة للخطرة.
- ❖ يستوجب هذا الأمر من الطبيب النفسي الماماً ليس فقط بالأدوية النفسية وإنما أيضاً بتداخلاتها الدوائية مع الأدوية القلبية والهضمية والعصبية وغيرها إضافة لمعرفة مضادات استطبابها المطلقة والنسبية.
- ❖ معدلات المزاج المستخدمة في اضطراب ثنائي القطب وبعض الاستطبابات النفسية الأخرى (والتي هي في معظمها مضادات اختلاج مثل الكاربامازبين وفالبروات الصوديوم واللاموتريجين) بالإضافة إلى الليثيوم لها سمية دموية وكلوية وكبدية وقلبية مما يستوجب المراقبة المخبرية بشكل دوري.
- ❖ مضادات الاكتئاب لها خواص مضادة كولين وبالتالي تسبب جفاف فم وإمساك واحتباس بول وخفقان وزرق وهبوط ضغط انتصابي، كما أنها تخفض عتبة الاختلاج وتسبب نزوف إذا أعطيت مع المميعات والأسبرين وتؤثر على الوظيفة الجنسية للرجل تحديداً وتزيد الوزن.
- ❖ مضادات النفاس تسبب بركنسونية دوائية وزيادة وزن واضطراب تحمل سكر الدم وارتفاع الكولسترول والشحوم وتخفض عتبة الاختلاج ولها آثار مضادة للكولين وترفع بروﻻكتين الدم مما يؤدي لاضطراب طمث وثرّ حليب، وتسبب تطاول QT، وبعضها له سمية دموية خطرة أحياناً.

استخدام الأدوية النفسية في علاج بعض الأمراض الجسدية

مركبات الـ BZD (مركبات البنزوديازيبين / المهدئات الصغرى):

- ↙ تستخدم في علاج الصرع والحالة الصرعية.
- ↙ التحضير للتخدير والجراحة.
- ↙ التحضير لأي استقصاء كالتنظير الهضمي أو القصبي.
- ↙ بما أنها مرخي عضلي ممتاز فتستخدم لهذا الأمر عند التعنيد على المسكنات والمرخيات العضلية المعروفة لكن لفترة زمنية محدودة "كونها تسبب اعتياد".

مضادات الاكتئاب ثلاثية الحلقة:

- مفيدة في السلس البولي اللاإرادي والآلام عصبية المنشأ والشقيقة.
- مضادات الاكتئاب بكل زمرها الدوائية مفيدة في الأمراض الجسدية التي فيها مكون نفسي هام مثل IBS والداء الإكليلي والأمراض الرثوية.

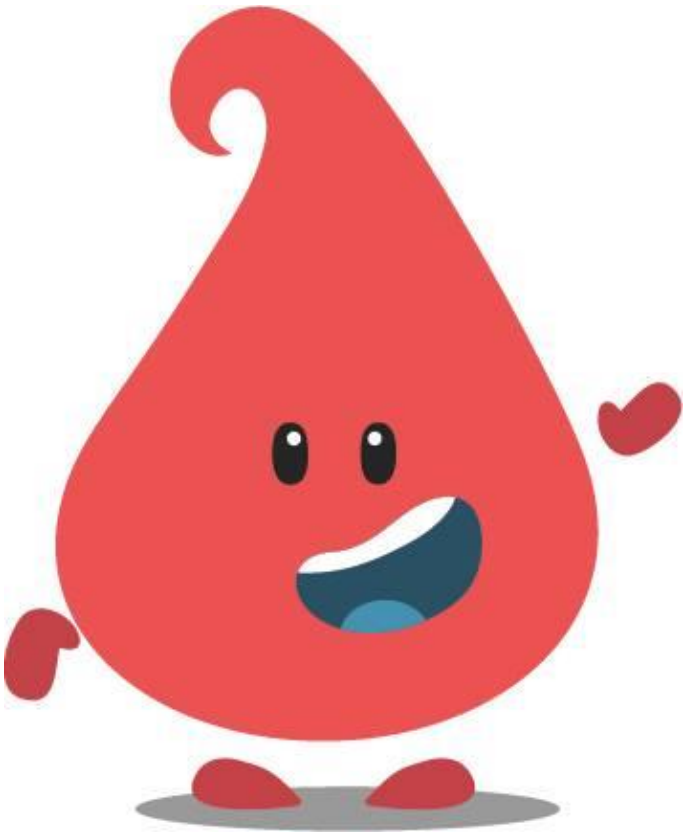
الكاربامازبين:

- هو معدل مزاج، مضاد صرع.
- يستخدم في ألم مثلث التوائم والآلام العصبية خاصة المرافقة للسكري.

بعض مضادات الذهان:

- مفيدة في الغثيان والاقياء والفواق (الحزقة :p) خاصة المعندة على العلاجات المعروفة وخاصة الحادثة في سياق العلاج الكيماوي.
- كما أنها تعالج داء الرقص والعرّات.

نصل وإياكم لنهاية محاضرتنا
نرجو من الله أن نكون قد ساعدناكم على فهم وترتيب الأفكار
لا تنسونا من صالح الدعاء ^_^



RBCs