

علم النفس الفسيولوجي
الصف الثاني- الفصل الدراسي الأول
قسم رياض الأطفال
(الدراسة الصباحية)- (2019- 2020)م

مدرسة المادة: م.د. إيمان يونس إبراهيم العبادي

أسباب عدم التوازن البدني



عدم الاتزان:

قد يشعر البعض بدوران وعدم المقدرة على الحفاظ على توازن الجسم، وكأن جسمه يدور أو الأرض وكل ما حوله يدور، وهذا ما يسمى بعدم الاتزان، ولتوازن الجسم علاقة مباشرة مع أجهزته المختلفة كالأذن والعيون والمفاصل، ويقوم الدماغ بالتحكم بكافة المعلومات المقدمة من هذه الأجهزة، وتقدير الحركات المناسبة للجسم، كما أنه يحدث خلل في توازن الجسم عند وجود أي مشاكل في تلك الأجهزة. وتظهر على المريض العديد من الأعراض التي تصاحب عدم المقدرة على الاتزان، كأن يشعر المريض بالدوران، والشعور بالرغبة بالتقيؤ، وعدم المقدرة على السير بشكل ثابت والتأرجح، والشعور بخفة الرأس، التعب وعدم المقدرة على بذل أي مجهود بدني أو عقلي، الشعور بغشاوة في العيون، وخصوصاً عندما يتحرك الرأس بشكل سريع، وقد يصل الأمر حد الإغماء.

أسباب عدم الاتزان:

تتعدد الأسباب التي تؤدي إلى عدم الاتزان بتعدد المشاكل التي تصيب الأجهزة المسؤولة عن الحفاظ على توازن الجسم، ومن هذه الأسباب:

- وجود مشاكل في منطقة الأذن الخارجية أو العصب المسؤول عن الاتزان، مما يؤدي إلى حدوث ضعف في حاسة السمع نتيجة للإصابة ببعض الأمراض كداء منيير، أو التهابات فيروسية في قوقعة الأذن، بالإضافة إلى تضاعف مشكلة التهابات الأذن الوسطى، وكذلك الأمراض التي لا تسبب ضعف السمع؛ كالتهاب العصب المسؤول عن الاتزان بفعل الفيروسات.

- وجود مشاكل في الأذن الداخلية المركزية، والتي تنتج عن وجود مرض يفقد الشخص توازنه الذي له علاقة بالمخ أو جذع المخ، أو المخيخ.

- وجود خلل في وظائف بعض الأجهزة الرئيسية في جسم الإنسان كالجهاز العصبي، أو الجهاز الدوري؛ للإصابة بفقر الدم أو ضغط الدم أو السكري، أو ارتفاع الكوليسترول بالدم.

- حدوث خشونة في فقرات الرقبة أو خلل في أداء الغدة الدرقية.

- الدوار وفقد الاتزان غير المرضي، كأن يفقد الشخص توازنه نتيجةً لصعوده مناطق مرتفعة، أو الدوار الذي يصاحب ركوب البحر أو الجو.

- فقد التوازن بسبب وجود مشاكل نفسية لدى المريض، أو نتيجةً للتعرض لصدمة نفسية أو معنوية.

علاج عدم الاتزان:

يجب التوجه للطبيب المختص في حال التعرض لفقد التوازن والدوار بشكل متكرر، وعلى الطبيب القيام بعدة فحوصات لمعرفة السبب الرئيس وراء هذه المشكلة الصحية، كأن يقوم بفحص الأذن والسمع، وفحوصات مخبرية للدم، وفحص الأعصاب والقلب، وسيقدم العلاج المناسب لكل سبب حتى يختفي الدوار أو يقل أثره، ويمكن للمريض اتباع النصائح الآتية لتخفيف حدة الأمر:

- عدم السير عند الشعور بالدوار وفقد الاتزان، بل يجب الوقوف في المكان والتمسك بشيء ثابت، ومن ثم محاولة الجلوس في المكان نفسه.

- عند الشعور بالدوار أثناء سواقة السيارة، يجب التوقف حالاً وطلب المساعدة.

- إيقاف التدخين والكحول بالإضافة إلى الأطعمة المالحة.

- التوجه إلى الطبيب بشكل فوري.