

■ اضطرابات الصدمة والاضطرابات المرتبطة بالضغط Trauma-and Stressor-Related Disorders

إن مكان هذا الفصل يعكس العلاقة الوثيقة بين هذه التشخيصات واضطرابات القلق، والوسواس القهري والاضطرابات ذات الصلة، والاضطرابات التفارقية. فعقب التعرض لحدث صادم يحصل تنوع كبير في أشكال المعاناة النفسية، ففي بعض الحالات، يمكن أن تفهم الأعراض بشكل جيد ضمن السياق القائم على الخوف أو القلق. ومن الواضح مع ذلك، أن العديد من الأفراد الذين تعرضوا لحدث صادم أو مجهود، يحملون النمط الظاهري الذي يستبدل الأعراض القائمة على القلق أو الخوف، بأعراض فقد المتعة أو الكآبة مخرجين أعراض الغضب والعداونية، أو الأعراض التفارقية .

ولأن هذه التعبيرات للمعاناة السريرية تتنوع بعد التعرض لأحداث كارثية أو صادمة، فقد تم تجميع الاضطرابات المذكورة آنفا تحت فئة منفصلة: هي الاضطرابات المتعلقة بالصدمة والاجهاد، ومع ذلك فانه ليس من غير المألوف للصورة السريرية أن تشمل مزيجا من الأعراض المذكورة اعلاه (مع أو دون الأعراض المبنية على القلق أو الخوف).

وتصنف مجموعة اضطرابات الصدمة والاضطرابات المرتبطة بالضغط في التصنيف الخامس كما يأتي:

-اضطراب التعلق التفاعلي Reactive Attachment Disorder

-اضطراب المشاركة الاجتماعية المتحلل Disinhibited Social Engagement Disorder

-اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية Posttraumatic Stress Disorder

-اضطراب الضغط الحاد Acute Stress Disorder

-اضطرابات التوافق Adjustment Disorders

-اضطرابات الصدمة واضطرابات مرتبطة بالضغط المحددة الاخرى Other Specified Trauma-and Stressor-Related Disorder

-اضطرابات الصدمة والاضطرابات المرتبطة بها غير المحددة Unspecified Trauma-and Stressor-Related Disorder

وسيتيم هنا تناول اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) فقط:

سمي هذا الاضطراب بأسماء ومصطلحات عديدة لكن آخرها كان هذا المصطلح الذي جاء في التصنيفات العالمية، وكذلك عرف بترجمات عديدة الى العربية، كما أن هذا الاضطراب لا يشخص الا نادرا -على الرغم من شيوعه- لأسباب عديدة منها أن اعراضه عادة ما تكون مختلطة مثل الصداع واضطراب النوم والتوتر والقلق والاكتئاب واساءة استعمال العقاقير والإدمان الكحولي والهلع.

وتذهب التأثيرات النفسية للصدمة الى ما هو أبعد من الأعراض الرئيسة لاضطراب ال PTSD إذ يظهر لديهم اضطرابات نفسية وعقلية واضحة وسلوك انتحاري ومشاكل عائلية وزوجية واضطرابات في الوظيفة الجنسية ونقص في التكيف ومشاكل جسمية مختلفة وتغيرات في الشخصية مثل عدم الاهتمام بالذات وعدم السيطرة على التعابير والمزاج واضطراب القدرة على التمييز وحدوث اضطرابات في الذاكرة واضطرابات النوم.

ومن الحالات الشائعة للصدمة هي الكوارث الطبيعية كالهزات الأرضية والفيضانات والحرائق الطبيعية.. والكوارث التكنولوجية كالانفجارات والحوادث النووية والحرائق التي تحدث في المباني وحوادث السيارات والقطارات والطائرات والحوادث التي تحدث في الحروب وحوادث العنف والتعذيب والتجريد (من الرتبة أو المنصب) وتجارب الطلاق وموت عزيز وضحايا الاغتصاب الجنسي...الخ.

معايير تشخيص اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية:

A- التعرض للموت الفعلي أو التهديد بالموت، أو لإصابة خطيرة، أو العنف الجنسي عبر واحد أو (أكثر) من أربعة (لامجال لذكرها هنا)

B- وجود واحد أو (أكثر) من الأعراض المقتحمة (خمسة أعراض لامجال لذكرها) المرتبطة بالحدث الصادم، والتي بدأت بعد الحدث الصادم.

C- تجنب ثابت للمحفزات المرتبطة بالحدث الصادم، وتبدأ بعد وقوع الحدث الصادم .

D- التعديلات السلبية في المدركات والمزاج المرتبطين بالحدث الصادم، والتي بدأت أو تفاقمت بعد وقوع الحدث الصادم.

E- تغيرات ملحوظة في الاستثارة ورد الفعل المرتبط بالحدث الصادم، والتي تبدأ أو تتفاقم بعد وقوع الحدث الصادم.

F- مدة الاضطراب (معايير B،C،D،E) أكثر من شهر واحد.

G- يسبب الاضطراب احباطا سريريا مهما أو ضعفا في الأداء في المجالات الاجتماعية والمهنية أو غيرها من مجالات الأداء المهمة الأخرى.

H- لا يعزى الاضطراب الى التأثيرات الفيزيولوجية لمادة (مثل الأدوية والكحول) أو حالة طبية أخرى.

أعراض اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية:

1- خليط مختلف من الأعراض كالقلق المزمن وسرعة الانفعال والأرق وضعف التركيز ونوبات من السلوك العدواني.

2- مجموعة التجنب والانكار وتشمل الاشخاص الذين يذكرونه بالحادث وضعف الذاكرة وأفكار وخيالات اقتحاميه شديدة على شكل صور استرجاعية للأحداث واحلام مزعجة بالحادث.

3- النفور والانعزال والفتور العاطفي وعدم القدرة على الحب وقلة النشاطات الاجتماعية والمهنية عند بعض الاشخاص.

العلاج:

أن كل أنواع العلاج النفسي تكون فعالة بعد التعرض للصدمة، فهناك العلاج النفسي الداعم او الاسنادي والمساعدة على التكيف والعودة للحياة العادية والعلاج بالاسترخاء الذي يكون اكثر استعمالا، ويعطي نتائج مرضية وهناك العلاج بالتحليل النفسي تبعا للخبرات النفسية السابقة، وهناك العلاج المعرفي في ترميم المفاهيم المعرفية وتأسيس مرونة في كيفية مواجهة الاحداث المختلفة.