

-اضطرابات العرض الجسدي والاضطرابات المرتبطة بها Somatic Symptom and Related Disorders

أن الاضطرابات التي تكون فيها الأعراض الجسدية بارزة تشكل فئة جديدة في الدليل الخامس تسمى العرض الجسدي والاضطرابات ذات الصلة. وإن جميع الاضطرابات في هذا الفصل لديها سمة مشتركة وهي بروز أعراض جسدية مرتبطة بمعاناة وتدهور كبيرين. فالأفراد الذين يعانون من اضطرابات مع أعراض جسدية بارزة، غالباً ما يشاهدون في مواقع الرعاية الصحية الأولية والأماكن الطبية الأخرى، ولكن تواجدهم أقل شيوعاً في عيادات الصحة العقلية والنفسية،

يتم تشخيص هذه الفئة بالأساس على الأعراض والعلامات المؤكدة (أعراض جسدية مقلقة بالإضافة إلى الأفكار والمشاعر والسلوكيات غير الطبيعية استجابة لهذه الأعراض الجسدية) بدلاً من عدم وجود تفسير طبي لهذه الأعراض الجسدية. السمة المميزة للعديد من الأفراد المصابين باضطراب الأعراض الجسدية ليست الأعراض الجسدية في حد ذاتها ، ولكن بدلاً من ذلك طريقة ظهورها وتفسيرها من قبل المصابين. فدمج المكونات العاطفية والمعرفية والسلوكية في معايير اضطراب الأعراض الجسدية يوفر تصور سريري أكثر شمولاً ودقة مما يمكن تحقيقه من خلال تقييم الشكوى الجسدية وحدها.

قد تساهم عدد من العوامل في ظهور الأعراض الجسدية والاضطرابات ذات الصلة، وتشمل هذه الضعف الجيني والبيولوجي (على سبيل المثال ، الحساسية المتزايدة للألم) ، والتجارب الصادمة المبكرة (مثل العنف ، والإساءة ، والحرمان) ، والتعلم (على سبيل المثال ، الانتباه الذي يتم الحصول عليه من المرض ، ونقص تعزيز التعبيرات غير الجسدية للضيق) ،

وكذلك كأعراف ثقافية / اجتماعية تقلل من قيمة المعاناة النفسية وتوصمها مقارنة بالمعاناة الجسدية. تؤثر الاختلافات في الرعاية الطبية عبر الثقافات على تقديم هذه العروض الجسدية والتعرف عليها وإدارتها. من المحتمل أن تكون الاختلافات في عرض الأعراض نتيجة تفاعل عوامل متعددة ضمن السياقات الثقافية التي تؤثر على كيفية تحديد الأفراد وتصنيفهم للأحاسيس الجسدية ، وإدراك المرض ، والتماس العناية الطبية لها. وبالتالي ، يمكن النظر إلى العروض الجسدية على أنها تعبيرات عن معاناة شخصية مدرجة في سياق ثقافي واجتماعي.

ربما بسبب التركيز السائد على الافتقار إلى التفسير الطبي لهذه الأعراض لدى مرضى هذه المجموعة ، يعتبر الأفراد تشخيصهم بهذه المجموعة تحقيراً وإهانة ، لكون هذا يعني ضمناً أن أعراضهم الجسدية لم تكن "حقيقية"، لذا يرفض غالبية المرضى تشخيصهم بهذه المجموعة من الاضطرابات. ومع ذلك ، تظل الأعراض غير المفسرة طبياً سمة رئيسية في اضطراب التحويل والاضطراب المفتعل (أعراض جسدية أخرى محددة والاضطراب المرتبط بها) لأنه من الممكن إثبات بشكل قاطع في مثل هذه الاضطرابات أن الأعراض لا تتوافق مع الفيزيولوجيا المرضية الطبية.

تم إدراج اضطراب قلق المرض ضمن هذه المجموعة نظراً للتركيز الشديد على المخاوف الجسدية (المرضية) لدى هؤلاء المرضى ، ولأن اضطراب القلق المرضي غالباً ما يتم مواجهته في البيئات الطبية. أما في اضطراب التحويل فأدرج ضمن هذه المجموعة، لكون السمة الأساسية في هذا الاضطراب هي الأعراض العصبية التي على أساسها تم إنشاء الشكوى ، وبعد التقييم العصبي المناسب، تكون هذه الأعراض غير متوافقة مع الأمراض العضوية العصبية. ومثل الاضطرابات الأخرى ضمن هذه المجموعة، يجسد الاضطراب المفتعل مشاكل مستمرة تتعلق بإدراك المرض وهويته. ففي الغالبية العظمى من حالات

الاضطراب المفتعل المبلغ عنها ، سواء المفروضة على الذات أو المفروضة على شخص آخر ، يظهر الأفراد أعراض جسدية وقناعة بمرض طبي محدد.

وتصنف مجموعة اضطرابات العرض الجسدي والاضطرابات المرتبطة بها على وفق التصنيف الخامس كما يأتي:

-اضطراب العرض الجسدي Somatic Symptom Disorder

-اضطراب قلق المرض Illness Anxiety Disorder

-اضطراب التحويل(اضطراب العرض العصبي الوظيفي) Conversion Disorder
(Functional Neurological Symptom Disorder)

-العوامل النفسية المؤثرة في الحالات الطبية الاخرى Psychological Factors
Affecting Other Medical Conditions

-الاضطراب المفتعل Factitious Disorder

-اضطراب العرض الجسدي والاضطرابات المرتبطة بها المحددة الاخرى Other
Specified Somatic Symptom and Related Disorder

-اضطراب العرض الجسدي والاضطرابات المرتبطة بها غير المحددة Unspecified
Somatic Symptom and Related Disorder

وسيتم هنا تناول اضطراب العرض الجسدي **Somatic Symptom Disorder** : هو أحد الاضطرابات التي تصيب حوالي 5%-7% من الناس. وذلك لأن ظاهر أعراض الاضطراب جسدي بينما أصله نفسي.

وأهم ما يميز اضطراب الأعراض الجسدي هو شكوى المريض من أعراض جسمية دون وجود مرض حقيقي يفسرها. ولذلك يقوم المريض بزيارات متكررة للمستشفيات، والأطباء، ولكنه لا يجد سبباً لعلته. وهذا ما يبعث في نفسه المزيد من الحيرة والقلق، ويجعله يتنقل من مستشفى إلى مستشفى، ومن طبيب إلى طبيب.

الأسباب المؤدية للإصابة باضطراب الأعراض الجسمية:

1-الوراثة: لا يبدو أن للوراثة دور مهم في هذا الاضطراب. ولكن الذي قد يورث هو نمط التفكير والاهتمام المبالغ فيه بالنواحي الصحية.

2-الجنس: يظهر هذا الاضطراب في النساء بنسبة أكثر من الرجال، كما أن الأعراض والشكاوى تكون في النساء أكثر منها في الرجال.

3-العمر: يبدأ هذا الاضطراب من سن الطفولة حيث تكثر الشكاوى من آلام البطن والرأس، ويمكن أن تحدث في المسنين حيث تكثر عادة الشكاوى الجسمية التي قد تكون طبيعية في هذه المرحلة من العمر أحياناً.

4-طبيعة الشخصية: ليس هناك نمط شخصية محدد له علاقة وثيقة باضطراب الأعراض الجسمية، لكن الشخصية التي يغلب عليها القلق والتفكير السلبي والاهتمام المبالغ فيه

بالصحة، يمكن أن تكون -على الأقل من الناحية النظرية- أكثر عرضة للإصابة من غيرها .

5-العوامل الاجتماعية: المعنى الذي يعطيه الشخص للأعراض يختلف بحسب الثقافة والمستوى الاجتماعي، لذلك ينبغي ألا تقيم حالة المريض بمعزل عن بيئته الاجتماعية والثقافية.

6-الضغوط النفسية: قد تكون الضغوط النفسية مثل الوفاة والطلاق وغيرها، سبباً في انخفاض عتبة التحمل، والشعور بالأعراض التي تكون مدار اضطراب الأعراض الجسمية.

علامات اضطراب الأعراض الجسمية:

يعاني الأشخاص المصابون من أعراض جسمية كثيرة تشمل أعضاء كثيرة من الجسم مثل:

- الألم: كالصداع، وآلام الظهر، وآلام في المعدة، وآلام المفاصل، وآلام في الصدر.
- أعراض الجهاز الهضمي: كالغثيان، والتقيؤ، والإسهال، وصعوبة البلع.
- أعراض جنسية: كضعف الانتصاب، وعدم الاهتمام، وألم أثناء الجماع.
- مشاكل الدورة الشهرية: مثل عدم انتظام الدورة الشهرية، وآلام الطمث الحادة.
- أعراض عصبية: مثل مشاكل التنسيق أو التوازن، والشلل، والخدر، والضعف، والنوبات.

معايير تشخيص اضطراب الأعراض الجسمية:

يتم التشخيص حسب الدليل الإحصائي التشخيصي للاضطرابات النفسية الذي تصدره

الجمعية الأمريكية للطب النفسي، في نسخته الخامسة، كما يأتي:

A- واحد أو أكثر من الأعراض الجسدية المؤلمة أو التي تؤدي الى تعطل كبير في الحياة اليومية .

B- أفكار ومشاعر أو سلوكيات مفرطة متصلة بالأعراض الجسدية أو المخاوف الصحية المرتبطة بها كما تتجلى بواحد على الأقل مما يأتي:

1-أفكار غير متناسبة مستمرة حول خطورة أعراض الشخص.

2-استمرار مستويات القلق المرتفعة حول الصحة أو أعراض الشخص.

3-الوقت والطاقة المفرطين والمخصصين لهذه الأعراض أو المخاوف الصحية.

C- على الرغم من أن عرضاً جسدياً واحداً قد لا يكون حاضراً باستمرار، فالحالة العرضية تبقى ثابتة(عادة أكثر من 6 أشهر).

أشكال اضطراب الأعراض الجسمية:

اضطراب الأعراض الجسمية له شكلان وثلاث درجات:

الشكلان هما:

1-الشكل الذي يغلب عليه الشعور بالألم: وكان سابقاً يسمى اضطراب الألم النفسي، إذ أن الألم هو الشكوى السائدة.

2-الشكل الذي تستمر فيه الأعراض مدة طويلة تتجاوز 6 أشهر، يعاني فيها المريض من أعراض شديدة أو معيقة.

الدرجات هي:

1-الدرجة الخفيفة :وتتحقق فيه واحدة فقط من المظاهر المذكورة في النقطة (B) من بنود التشخيص المذكورة في الفقرة السابقة حول طريقة التشخيص.

2-الدرجة المتوسطة :ويتحقق فيها بندان أو أكثر من البنود المذكورة في النقطة (B) من بنود التشخيص المذكورة في الفقرة السابقة حول طريقة التشخيص.

3-الدرجة الشديدة :ويتحقق فيها بندان أو أكثر من البنود المذكورة في النقطة (B) من بنود التشخيص المذكورة في الفقرة السابقة حول طريقة التشخيص، إضافة لشكاوى جسمية كثيرة أو شكاوى جسمية واحدة شديدة.

الاضطرابات الأخرى المشابهة لاضطراب الأعراض الجسمية:

ان ما ينبغي القيام به هو التأكد من عدم وجود مرض عضوي حقيقي لدى المريض. كما أن هناك عدد من الاضطرابات النفسية التي قد تشبه هجاس المرض منها:

1-الأمراض العضوية: فلا يجوز أبداً التركيز على الجانب النفسي ما لم يتم استبعاد الجوانب العضوية.

2-الاكتئاب النفسي: الذي قد تظهر فيه شكاوى جسمانية، ولكن المحور الأساسي في تشخيصه هو وجود انخفاض المزاج وأعراض الاكتئاب الأخرى مثل عدم القدرة على الاستمتاع واليأس وخلافه.

3-القلق النفسي: وتظهر فيه أعراض جسمية كثيرة لكن الشعور بالخوف هو الأصل في وجود هذه الأعراض وليس العكس كما في حالة وسواس المرض.

4-اضطراب قلق الأمراض: ويتسم بوجود قلق شديد حول وجود أو احتمال حدوث مرض جسدي.

علاج اضطراب الأعراض الجسمية:

بالرغم من أن الأشخاص المصابين باضطراب الأعراض الجسدية قد يواجهون صعوبة في قبول العلاج النفسي، إلا أنه في الحقيقة يمكن أن يقلل من الأعراض، ويساهم في تحسين نوعية الحياة.

فالعلاج السلوكي المعرفي (CBT) يمكن أن يساعد في تقليل الأعراض أو معالجة القلق أو الاكتئاب المصاحب، إذ يساعد العلاج المعرفي السلوكي في إدارة الإجهاد باستعمال تقنيات الاسترخاء على سبيل المثال. ويساهم كذلك في تعليم المريض كيفية التعرف على الأفكار والمشاعر التي ترتبط بأعراضه الجسدية.