

كلمة العدد

أحمد يا باشا



بقلم

د. محمود أبو العزائم رئيس التحرير

التي قد تقيد عند الأطفال بسن ما فوق الثامنة والمراهقين.

وتستهدف تقنيات التفكير الموجه في حصر تفكير المريض عند وجود الألم في شأن محدد، بحيث ينغمس فيه تماما وبكل حواسه، بغية صرف تفكيره عن الشعور بالألم، ومن أفضل طرق توجيه التفكير لدى الأطفال المرضى هي القراءة الجهرية للقرآن الكريم، وذلك بحث الطفل على القراءة بنفسه ومما يحفظه من القرآن، ومراجعتة في الحال عند وجود أخطاء بأحكام التلاوة، وحثه على الإعادة والتصحيح، مما سيحصر تفكيره بالقرآن ويصرفه عن الشعور بالألم، إضافة إلى أن قراءة القرآن الكريم ستدعمه نفسيا وتهدئ من خوارطه. وتعد تمرينات الاسترخاء البسيطة، مثل تمرين التنفس العميق، من الطرق المفيدة في التخفيف من الألم، ويمكن تعليم المريض طرق أدائها من قبل أخصائي العلاج الطبيعي.

والتخيل الموجه طريقة لتوجيه ذهنه لخلق تصورات ذهنية متخيلة ومتعددة، مثل تخيل الجنة وما فيها من مسرات، أو أماكن مبهجة ومحبوبة أو مناظر مريحة للنفس، فالتركيز على التصورات المتخيلة يحول ذهن المريض بعيدا عن التفكير في الألم.

ويمثل الهدف الأساسي لأدوية معالجة الألم في تحقيق أفضل معالجة ممكنة، باستخدام أقل قدر من الدواء وبأقل قدر ممكن من التأثيرات الجانبية، وتجدر الإشارة إلى أن الجرعات اللازمة من هذه الأدوية تتفاوت بشكل كبير جدا بين المرضى، حتى عند وجود نفس أنواع الألم، وبصفة عامة يتم البدء بجرعات صغيرة تتم زيادتها بالتدريج إلى أن يتم تحقيق التسكين الكافي.

ويجدر بالذكر أن معالجات الألم كانت تتم في الماضي بإعطاء الأدوية حسب الحاجة وعند الضرورة، أي يتم الانتظار لحين الشعور بالألم ليتم تناول الأدوية، مما يسمح بالطبع بمعاناة المريض لدورات من الألم الحاد، وعلى العكس من ذلك تتوخى الخطط العلاجية الحديثة إعطاء العقاقير بجدولة زمنية تستمر على مدار الساعة، لضمان وجود نسبة ثابتة من الأدوية بالجسم طوال اليوم، مما يعني تناول العقاقير طوال الوقت بغض النظر عن شعور المريض بالألم من عدمه، وقد تتم التوصية عند بعض الحالات بتناول أدوية مسكنة إضافية عند الشعور بالألم.

والتسبيح والصلاة على الرسول صلى الله عليه وسلم، وأخيرا استطاع الطبيب إنهاء العلاج بعد أن شعرت بالقرب من فقدان الوعي نتيجة لشدة الألم المستمر.

وهنا نناقش قضية هامة من قضايا العلاج الطبي في مصر واضطرار الكثير من المرضى لتحمل المزيد من الألم في مراحل العلاج المختلفة وصولا للشفاء بإذن الله. ومع تسليمنا بأن الصبر على الابتلاء والألم له أجر كبير من الله تعالى إلا أن عدم التمتع بما يسره الله لنا من وسائل وسبل إزاله الآلام هو بمثابة إهمال الحقوق والواجبات التي علينا أن نؤديها نحن الفريق الطبي تجاه المرضى حتى نستطيع أن نخفف عنهم الآلام.

ووظيفة الألم هي التنبيه بوجود مرض معين أو خلل في الجسم، ولكن قد يكون الألم في حد ذاته مرضا عندما يستمر بعد الشفاء من المرض، وتوجد عدة طرق للحد من تأثير الألم منها استخدام التخدير أو مسكنات الألم وفي دراسة علمية توصل باحثون نفسيون إلى أن الذكريات المؤلمة المرتبطة بالتجارب العاطفية أكثر إيلا من تلك المتعلقة بالألم البدني.

ولعل الأمر الأساسي والمهم أن الألم المرتبط بالمرض هو شيء عارض من الممكن السيطرة عليه ومعالجته، والتخفيف من آثاره، وأحيانا يمكن تجنب حدوثه تماما، وبطبيعة الحال تتم معالجته بنهج خاص بكل مريض حسب وتيرة ونوع الألم الذي يعانيه وتأثيراته، ومع أنه يتعذر التخلص من عوارضه دائما بشكل نهائي، إلا أن معالجته تعطى نتائج فعالة عند معظم المرضى وفي أغلب الأحوال، وينبغي عدم تجاهله أو دفع المريض إلى تحمله مهما كان بسيطا، وبذل كل الجهد الممكن للتخفيف من معاناته خلال فترات المعالجة، وتجدر الإشارة إلى أن الدراسات الطبية تقيد بعدم تلقي نسبة كبيرة جدا من المرضى (سواء البالغين أو الأطفال) لأية معالجات للألم رغم معاناتهم، أو أنهم يتلقون علاجات غير كافية وبالتالي غير ناجعة.

ويصنف الألم من حيث موضعه بالجسم إلى ثلاثة أنواع:

باطني: ويتعلق بالأعضاء الحيوية، مثل الكبد، ويصفه المرضى عادة بالرجفة أو بالتشنج أو الألم النابض أو الموجع أو الحاد.

جسدي: ويرتبط عادة بالعظام والعضلات، ويتركز في موضع محدد، ويصفه المرضى عادة بالألم النابض، أو الحاد أو الضاغط.

عصبي: وهو مرتبط بالأعصاب، حيث ينتج عن تأذي الأعصاب أو ضغط الورم عليها.

وثمة وسائل متعددة لمعالجة الألم، وتتراوح الوسائل العلاجية بين استخدام الأدوية المسكنة للألم والمخدرة كخط علاج أساسي، إضافة إلى علاجات لا تعتمد على الأدوية، مثل العلاج الطبيعي، وتقنيات التفكير الموجه وأساليب الإلهاء وتشيت التفكير، وتقنيات الاسترخاء والتخيل،

النفس البشرية هي من صنع الله سبحانه وتعالى، ويجري عليها جميع الخصائص الإنسانية التي جبلها الله عليها بما فيها من أهواء وأفراح وأحزان والشعور بالخوف والألم، ومن لا يعاني من كل تلك المشاعر لا نستطيع أن نطلق عليه لفظ إنسان، فليس هناك إنسان على وجه الأرض لم يشعر في لحظة من لحظات حياته بالفرح أو الحزن أو الألم، ولكن هناك من يبالي في إظهار مشاعره في بعض الأوقات، وهناك من يستطيع التحكم بدرجة نسبية في تلك المشاعر، وهناك من يتسامى ويكبت تلك المشاعر وهو من الفئة القليلة الصابرة.

وعند حدوث لحظات الكرب والمرض فالواجب الديني عند تلك الأوقات إظهار الرضا بأمر الله سبحانه وتعالى وعدم الجزع والقنوط والمبالغة في الحزن والانقياد للنفس. والصبر على المرض له أجر كبير كما قال صلى الله عليه وسلم: (ما يُصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم حتى الشوكة يشاكها إلا كفر الله بها من خطاياها) رواه البخاري.

وفي أحد الأيام استيقظت من النوم في وسط الليل على درجة عالية من ألم الأسنان جعلني لا أستطيع مواصلة النوم إلا باستخدام مسكن قوي ظل مفعوله عدة ساعات ثم رجع الألم مرة أخرى مما استدعى العرض على طبيب أسنان وهو صديق لي حضر لعيادته في غير موعد العمل كنوع من المجاملة وبدأ الكشف قائلا:

- خيرا.. ما الذي تشككي منه.
- ألم شديد في أسنان الفك السفلي من الناحية اليسرى.

- ولكنني من الفحص أجد أن الالتهاب منتشر أكثر في الفك العلوي وهو الذي يحتاج العلاج أولا.
- هذا ما أشعر به يا دكتور وأنت ذو خبرة وافعل ما تراه الصواب.

- سوف أعطيك لك مخدرا قويا حتى نستطيع بدء العلاج بدون ألم، وسوف يمتد مفعول المخدر فترة من الوقت.

وبعد إعطاء المخدر الموضعي بدأ الطبيب في العمل لإصلاح الضرس المصاب، وهنا بدأت رحلة العذاب والألم.

- يا دكتور أشعر بازدياد معدل الألم كلما تعمقت في العلاج.

- أحمد يا باشا خليك رجل واصبر.

- ولكن الألم شديد وأصبح غير محتمل.
- باقي عدة دقائق وننجز العمل بإذن الله، ولقد أعطيتك جرعة مخدر كافية عليك الصبر بضعة دقائق حتى لا تضطر لإنجازه في جلسة علاجية ثانية.

وتحت تهديد الحاجة لجلسة ثانية ومزيد من التخدير اضطررت للصبر وتحمل المزيد من الألم القاسي مدة من الزمن حتى أنجز الطبيب عمله بشق الأنفس، وظلت طوال الوقت أحاول أن أشتت انتباهي عن الألم بالإكثار من الاستغفار