اضطرابات طيف الوسواس القهرى

مع أمثلة واقعية من العيادة النفسية

هناك مجموعة من الاضطرابات اصطلح حديثا على تسميتها اضطرابات طيف الوسواس القهري، والأشخاص الذين يعانون من هذه الاضطرابات يركزون بشكل مفرط على أفكار لا يريدونها ولكنها تلح على أذهانهم بحيث لا يستطيعون إخراجها من حيز تفكيرهم إلا إذا تصرفوا بشكل معين .. وقد وُجد أن هذه الإضطرابات تشترك في مكان الإصابة بالمخ .. وتحدد بعض الاضطرابات التي تشكل طيف الوسواس القهري كالآتي: اضطراب نزع الشعر واضطراب قضم الأظافر ومتلازمة توريت، وهي عبارة عن اضطرابات صوتية وحركية ولا إرادية والذعر، هوس السرقة واضطراب التشوه الجسمي، وهو شعور بأن جزءًا من الجسم شكله قبيح جدا وهوس إشعال الحرائق والتسوق القهري والمقامرة المرضية والألم المزمن واضطرابات الإدمان واضطرابات الأكل وأضيف إليها اضطراب التحدي الاعتراضي.

وإليك عينه من الأفكار الهاجسية التي تؤثر بشكل كبير على السلوك

-الألم المزمن: أنني أشعر بألم شديد انني اشعر بألم شديد.

- اضطرابات الأكل : كفقدان الشهية للطعام أو الشره المرضي للطعام انني سمين جدا إنني سمين جدا، على الرغم من فعل ما يتعارض مع هذا .

- اضطرابات الإدمان : إنني بحاجة لشراب إنني بحاجة لشراب.

المقامرة المرضية : سأفوز المرة القادمة سأفوز المرة القادمة سأفوز المرة القادمة.

- التسوق القهري : أحتاج لشراء هذا الشيء أحتاج لشراء هذا الشيء أحتاج لشراء هذا الشيء.

- اضطراب التحدي الاعتراضي : لا لن أفعل لا لن أفعل لا لن أفعل.

وقد صُنفت هذه الاضطرابات بمرض اضطراب الوسواس القهري فعندما تم علاج هؤلاء المرضى بمضاد الوسواس والاكتئاب تحسنت الأعراض كثيرا، وهذا نفسه ما حدث عند معالجة مرضى اضطراب الوسواس القهري بمضادات الاكتئاب والوسواس. ولذلك سُميت بطيف الوسواس القهري.

وإليك بعض الحالات كنماذج لاضطرابات طيف اضطراب الوسواس القهري تعاملت معها في حياتي المهنيه مع ذكر أمثلة واقعية :

الألم المزمن

مريض في الأربعين من عمره يعمل نجارا في أسقف المنازل، وكان قد أصيب في ظهره منذ عشر سنوات إثر سقوطه من فوق أحد الأسطح وخضع بعدها لست عمليات جراحية في الظهر ولكنه ظل يشعر بالألم وقد كان مستسلما للمرض طريح الفراش وكاد يفقد أسرته لأنه لم يكن يفكر إلا في الألم ولكن خوفه من فقد أسرته هو الذي دفعه للذهاب لطبيب نفسي، وقد وُصف له أدوية مضادة للوسواس وبعد ثلاثة أسابيع قال إن الألم مازال موجوداً ولكن تركيزه على هذا الألم قل كثيراً واستطاع النهوض من سريره والعودة للعمل، وقد أشار باحثون آخرون إلى حالات عديدة من الألم المزمن استجابت للعلاج بمضادات الوسواس القهري .

اضطرابات الأكل

ظلت مريضة ذات العشرين عاماً تعاني من شره الطعام مدة ثلاث سنوات إلى حد أنها كانت تستخدم أدوية ملينة عدة مرات لكي تزيد كمية ما تتناوله من طعام بالإضافة إلى أدائها للتدريبات البدنية مدة ساعتين إلى ثلاث ساعات يومياً، كما أصبحت نوبات الشره تحدث بشكل متزايد ولم تسع للعلاج إلا عندما أحست أن الأمور خرجت تماماً عن نطاق سيطرتها وخلال مرحلة التقييم الأولية اعترفت بأن سلوكها غير طبيعي وأنها تكرهه ومع هذا عندما كانت تدعي إلى الطعام كانت تشعر بأنها لاتملك إلا أن تستسلم لهذه الدعوة وبعد الأكل لم تكن تستطيع أن تخرج فكرة الخوف من زيادة الوزن من ذهنها ..وهي لها خالة كانت تعاني من اضطراب الوسواس القهري وبعد عمل الفحوصات تم وضعها في مجموعة تعاني من اضطرابات الأكل وإعطاؤها مضاد الوسواس والاكتئاب Prozac، وتحسنت حالتها بشكل كبير على مدى الأشهر الثلاثة التالية إلى حد أنها كانت تأكل بشكل طبيعي وتوقفت تماماً عن تناول المليّنات وأصبحت تقوم بالتدريبات البدنية يوميا فترة تقل عن الساعة.

إدمان المخدرات أو الكحول

بدأ مريض في تعاطي المخدرات والكحول وهو في السادسة عشرة من عمره، ولم يعرف والداه بهذا إلا وهو في التاسعة عشرة وكان يتناول

حالات عديدة من الألم المزمن استجابت للعلاج بمضادات الوسواس القهرى

الحشيش يوميا، وفي السنة الأخيرة كان يشرب زجاجة من الكحول يومياً على حد قوله وقد صرح بأنه حاول أكثر من مرة الإقلاع عن هذا ولكن دون جدوى، وعندما جاء به والداه اتضح لي وجود تاريخ أسري حافل بإدمان المخدرات والكحول من ناحية الأب وذلك على الرغم من أن أياً من الوالدين لم يتناول المخدرات أو الكحول وقد تم وصف مضاد اكتئاب ووسواس له، بالإضافة إلى العلاج النفسي الفردي والعلاج الجماعي، وقد أشار المريض إلى أنه بعد العلاج كان لايزال يشعر برغبة في تناول هذه المواد المخدرة ولكنه كان يشعر بقدرة على تجنب هذه الرغبة بسهولة أكبر من خلال الوسائل السلوكية التي تعلمها حيث أصبح بمقدوره أن يبعد فكرة الحشيش والكحول عن ذهنه .

المقامرة المرضية

يستمتع الكثيرون بالمقامرة حيث يشعرون بالسعادة عندما يفوزون وبالإحباط إذا خسروا وهم يدركون أن المقامرة لعبة حظ كأشياء كثيرة في الحياة، ولكن هناك البعض يدمنون المقامرة ولربما دمرت حياتهم برمتها.. وقد عرّفت جمعية الطب النفسي الأمريكية المقامرة المرضية بأنها سلوك دائم ومتكرر يتصف بسوء التكيف ويؤدي لإفساد الحياة الشخصية والأسرية والوظيفية ، والمقامرة المرضية عادة ما تبدأ بفوز كبير ويظل هذا الفوز عالقا في ذهن المقامر ويظل يحاول تحقيقه مرة أخرى إلى حد تدمير نفسه .

■ مريض جاء للعيادة بسبب شعوره بالإحباط وذلك بعد أن هجرته زوجته بعد أن أعلن إفلاسه بعد أن أتت المقامرة على ماله، فقد كان المريض رجل أعمال ناجحا يعمل بجد من أجل البدء في مشروعه الخاص، ولكن في السنوات القليلة التي سبقت مجيئه لي كان يقضي معظم وقته في لعب القمار ..

وفي أول جلسة لنا قال لي إنني أشعر بشيء يدفعني نحو المقامرة وأنا أعرف أن هذا سيدمر حياتي، ولكنني أشعر بأنني إذا لم أفعل هذا فإنني سأشعر بتردد متزايد وقبل أن أخسر كل شيء كنت أعتقد أنني قد أفوز وهذا ما كان يسيطر على تفكيري، وقد كان المريض ينتمي لبيت مدمن على الكحول، فوالده وجده لأبيه كانا مدمنين للكحول وعلى الرغم من أنه نفسه لم يكن لديه مشكلة مع الإدمان إلا أنه من الواضح أن لديه إدمانا من نوع ما .. وقد كان لشرح الحالة بالتفصيل للمريض دور مفيد في العلاج حيث أصبح بمقدوره أن يتعرف على العديد من أفراد أسرته ممن يعانون من مشاكل في تحويل الانتباه .. وقد قال لي لابد أن ترى جميع أفراد الأسرة لتعالجهم، فهم دائما في شجار دائم مع بعضهم كما أنهم قد يضمرون الضغائن لسنوات وسنوات، وقد انضم المريض إلى جلسات العلاج الجماعي بالإضافة إلى خضوعة إلى العلاج النفسي المعرفي السلوكي وتناوله إلى جرعة صغيرة من Prozac لمساعدته على التحول عن الأفكار الهاجسية التي تتعلق بالمقامرة، وفي النهاية استطاع أن يعيد علاقته مع زوجته ويعيد بناء مشروعة .

الإنفاق القهري (هوس الشراء)

هو أحد المظاهر الدالة على وجود مشاكل في المخ ، والشخص الذي يعاني من هذا يجد متعه في متابعة البضائع وشرائها وتجده يقضي وقتا طويلا في التفكير المتكرر الوسواسي في أنشطة التسوق، ومثل هذا الإدمان يمكن أن يدمر الوضع المادي للشخص ويضر بعلاقته ويكون له آثار سلبية على عمله .

■ مريضة كانت تعمل كمديرة مكتب بإحدي الشركات الكبرى، وكانت تجد ما يدفعها للذهاب لأسواق مشهورة بالقرب من شركتها وذلك يوميا بعد الانتهاء من العمل وكانت تشعر بنوبه من الإثارة وهي تشتري ملابس لها ولأسرتها، وكانت تستمتع بشراء الهدايا للآخرين حتى وإن كانوا مجرد معارف، المهم عندها أن تتسوق وتشتري.. وعلى الرغم من أنها كانت تشعر بأن عليها ألا تنفق المال إلا أنها كانت تجد متعة في الإنفاق لا تستطيع معها أن تمنع نفسها منه وكثيرا ما كانت تثور بينها وبين زوجها المشاجرات بسبب ما تنفقه في جولات تسوقها المفرطة فيها، وقد وصل بها الأمر إلى اختلاس الأموال من العمل حيث كانت مسئولة عن دفتر شيكات الشركة وبدأت تكتب وتصرف شيكات لبائعين وهميين لتغطية دينها الشخصي، ولكن بعد مراجعة الحسابات

د/ علاء فرغلى
استشاري الطب النفسي

واكتشاف أمرها توقفت عن الاختلاس ولكن إدمانها للشراء لم يتوقف، ولم يجد الزوج أمامه إلا أن يطلقها بعد أن اكتشف ديونا تقدر بثلاثين ألف جنيه.. وحضرت العيادة للعلاج بعد أن شعرت بالخزي والخوف والاكتئاب، وكانت تعاني من قلق مزمن استمر معها طوال حياتها، ففي مرحلة المراهقة كانت تعاني من اضطراب الأكل وكان لها ابن عم يعاني من اضطراب الوسواس القهري .. وعندما كانت تشرع في فكرة أو سلوك الإنفاق والشراء كانت تجد صعوبة كبيرة في التوقف عنه.. وقد أفادها كثيرا تناول دواء مضاد للهواجس والاكتئاب كجزء من عملية الشفاء بجانب العلاج النفسي المعرفي السلوكي.

اضطراب التحدي الاعتراضي

وهو اضطراب سلوكي يوصف به الأطفال والمراهقون الذين يميلون إلى السلبية والعدوانية والتحدي والاعتراض والجدل، كما أنهم يتصفون بسرعة الانزعاج وكثرة الغضب وخاصة عندما لا يحصلون على ما يريدون ومثل هؤلاء الأطفال ما يكونون غير متعاونين ويميلون إلى قول لا، حتى إذا كانت نعم لمصلحتهم .. والسؤال الذي أطرحه على الوالدين لمساعدتي على تشخيص هذا الاضطراب هو من كل عشر مرات تطلب فيها من الطفل أن يفعل شيئاً ما، كم مره يفعل هذا الشيء دون جدال أو شجار، ومعظم الأطفال ينصاعون لسبعة أو ثمانية طلبات من بين كل عشرة طلبات يطلبها الوالدان دون مشاكل، أما الأطفال المصابون باضطراب الوسواس القهري فينصاعون عادة لثلاثة أو أربعة طلبات أو أقل من ذلك ومنهم من لا ينصاع إطلاقاً .

■ طفل مريض يبلغ من العمر عشر سنوات، وكان قد جاءني بسبب سلوكه الاعتراضي المتزايد وقد تم فصله من الدراسة مرتين في الصف الرابع لأنه كان يرفض فعل ما يطلب منه، وقد طلبت المدرسة من والديه ألا يعيداه للمدرسة إلا بعد علاجه، ومن خلال فحص حالته اتضح أنه مصاب باضطراب التحدي الاعتراضي .. وبعد أن تحسنت حالته بشكل بسيط من خلال العلاج السلوكي وُصف له تناول دواء مضاد للوسواس وخلال أسبوعين ظهر تحسن إكلينيكي ملحوظ عليه .. وقد عاد إلى مدرسته ، وفي العام التالي حصل الطفل على درجات مرتفعة.

تناول دواء مضاد للهواجس والاكتئاب يؤدى إلى الشفاء بجانب العلاج النفسى المعرفى السلوكي