علاج الأمراض النفسية والعقلية

أولا – العلاجات المادية

١ – الأدوية النفسية (الأدوية المضادة للذهانات – المهدئات

– مضادات الاكتئاب – أملاح الليثيوم)

٢ – الصدمات الكهربائية

٣ – العلاج الجراحي النفسي

ثانيا – العلاجات النفسية (غير المادية)

١ – العلاج السلوكي :

(إزالة التحسس – الغمر – الارتباطات الشرطية – العلاج التنفيري)

٢ – العلاج العقلاني – المعرفي

٣ – العلاج الجماعي

٤ – التحليل النفسي

الفصل السادس

علاج الأمراض النفسية والعقلية

من الملاحظ أن هناك سوء فهم في علاج الأمراض النفسية أكثر من علاج الأمراض البدنية ، حيث يتصور كثير من الناس أن علاج الأمراض النفسية عبارة عن الاستلقاء على سرير العيادة النفسية ، والحديث عن الأحلام ! بينما نجد تصورات البعض الآخر من الناس منطبعة بما يرونه في بعض وسائل الإعلام من علاجات مخيفة ، كإعطاء المريض النفسي صدمات كهربائية تجعله ينتفض على السرير !

وفي هذا الفصل من الكتاب ، سيكون الحديث عن أنواع العلاجات المستعملة في الأمراض النفسية والعقلية ... وسنرى لماذا تستعمل هذه العلاجات ؟ وتأثيراتها غير المرغوب فيها ...

ويمكن أن نقول أن العلاجات النفسية تنقسم بشكل عام إلى نوعين رئيسيين هما(العلاجات المادية والعلاجات النفسية غير المادية)

وفي الغالب يستعمل الطبيب النفسي أكثر من علاج واحد ، محاولا أن يعالج كل جوانب حياة المريض وبشكل شامل ، وليس فقط المرض أو الأعراض.

أولا – العلاجات المادية : ومنها :

١ – الأدوية النفسية Psychotropic Drugs :

تخفف معاناة الكثير من المرضى الذين يمكن أن يعيشوا وسط مجتمعاتهم والذين لولا هذه الأدوية لأصبح مرضهم لا يطاق ولا يحتمل ولأصبحوا مرضى مزمنين في المشافي والمصحات النفسية والعقلية ...

وتصنف هذه الأدوية كالتالي :

أ – الأدوية المضادة للذهانات Anti-Psychotics :

وهي أدوية تنظم الانفعال والحالة المزاجية وتصحح التغيرات الشاذة التي تحدث في الاكتئاب وتفيد في علاج الأمراض النفسية الشديدة كالفصام والذهانات الأخرى .

ومن التأثيرات الأساسية لهذه الأدوية إزالة الأعراض الشديدة للذهان كالهلاوس السمعية والبصرية والأوهام ، وكذلك تخفيف الاهتياجات الشديدة المشاهدة في عدد من الأمراض النفسية كالفصام والهوس .

وتقوم هذه الأدوية بتعديل أو تخفيف نشاط بعض الناقلات العصبية في الدماغ ، الأمر الذي قد يؤدي أحيانا لزيادة نشاط ناقلات عصبية أخرى ، ككفتي ميزان بحيث تنقص الأولى لتزداد الثانية ..

وهناك من الأدوية ما يستعمل كحقن عضلية بطيئة الامتصاص من العضلات ، بحيث تحقن الإبرة كل (٢ – ٤) أسابيع ، كبديل عن استعمال الحبوب اليومية (٢٣) .

ب – المهدئات Tranquilizers :

وهي من الأدوية التي تحدث أثرا مهدئا (وليس مثبطا) للجهاز العصبي المركزي ، وتؤدي إلى الاسترخاء العضلي والهدوء النفسي الحركي وتهدئ التهيج .. ومن أشهر هذه الأدوية (الفاليوم والليبريوم والأتيفان والموغادون)، وهي أدوية كثيرة الاستعمال ، وخاصة في علاج القلق ، والتخفيف من شدة التوتر النفسي .

ولا يعتبر الإدمان على المهدئات مشكلة إذا كان تناولها محدد لبعض الأيام فقط ، ولكن في حال تناولها المستمر ولمدة أكثر من (٤ – ٥ أسابيع) فإن ثلث الذين يتناولون هذه الأدوية قد يشعرون بعد إيقافها ببعض القلق والأرق .

ج – مضادات الاكتئاب Antidepressants :

ومن أشهر هذه الأدوية ، هي مجموعة مضادات الاكتئاب " الثلاثية الحلقة " وهي (توفرانيل ، تريبتيزول ، بروثايدين) ، ومجموعة مضادات الاكتئاب " الجديدة " وهي (غامانيل ، بروزاك ، سيروكسات ، فافيرين) ، ومجموعة ثالثة وهي (ناردیل ، بارنيت ، مانيريكس) للمرضى الذين لا يستجيبون للعلاج بأدوية المجموعة الأولى والثانية .

د– أملاح الليثيوم Lithium Carbonate :

وهو من الأملاح المعدنية ، وقد وجد له أثر قوي في التخفيف من تكرار نوبات الهوس الاكتئابي ، وفي معالجة حالات الهوس ، وهو دواء يستعمل بمفرده أو مشتركا مع مضادات الاكتئاب السابقة الذكر ، أو مع مضادات الذهان في حالات الذهان الهوسي (٢٣).

٢ – العلاج بالصدمات الكهربائية Electric Convulsive Therapy (ECT) :

وهي عبارة عن تمرير تيار كهربائي صغير عبر الرأس ، ولمدة عدة ثوان ومع مرور التيار الكهربائي تحدث نوبة مشابهة تماما للنوبات الاختلاجية المشاهدة في داء الصرع العصبي .

والشيء الذي يفترق عن النوبات الصرعية أن الصدمة الكهربائية تعطى عادة بعد أن يخدر المريض تخديرا عاما ، كما هو الحال في العمليات الجراحية المعتادة ، لأنه وجد أن معظم

الأعراض الجانبية للصدمة الكهربائية تحدث بسبب الاختلاج دون التخدير العام ، كالكسور العظمية والخلوع المفصلية .

إن الاستعمال الأكثر انتشارا للصدمات الكهربائية هو في معالجة نوبات الاكتئاب الشديد ، وأحيانا تستعمل في حالات الهوس والفصام .

وعدد العلاجات عادة من (٨ – ١٢) صدمة ، عن طريق إعطاء صدمتين أو ثلاثة في الأسبوع .

ومن أكثر التأثيرات الجانبية التي قد يشكو منها المريض بعد الاستيقاظ هي الصداع والغثيان . وهناك قلة منهم من يشكو من اضطراب في الذاكرة ، كعدم القدرة على تذكر بعض الأسماء والمعلومات الجديدة .. ولكن هذه الشكوى تزول عادة بعد عدة أسابيع من انتهاء العلاج.

٣ – العلاج الجراحي النفسي Psycho- Surgery :

يلجأ إليه في بعض حالات الأمراض النفسية المزمنة – بعد فشل بقية أنواع ووسائل وطرق العلاج الأخرى – وكآخر محاولة إلى الجراحة – جراحة المخ ، وهي جراحة عصبية متخصصة جدا .

ويقصد به إجراء عملية جراحية على أقسام من الدماغ للتخفيف من المرض النفسي الشديد المزمن ، والذي لم يستجب للعلاجات الأخرى الدوائية والنفسية ، رغم تطبيقها لسنوات طويلة . والمرضى الذين يحولون للجراحة النفسية عادة يكونون قد قضوا سنوات في المستشفيات النفسية دون تحسن يذكر .

ويقوم الجراح العصبي بإجراء قطع جراحي بين بعض المناطق في الدماغ وخاصة فصل جزء من القسم الأمامي عن القسم المتوسط في الدماغ .

ويستعمل العلاج الجراحي النفسي في الحالات الشديدة المستعصية من الفصام المزمن ، والاكتئاب المزمن ، والقلق المزمن ، وعصاب الوسواس القهري الشديد .

ثانيا – العلاجات النفسية (غير المادية) :

ويقصد بها كل الطرق المستعملة في نطاق الأمراض النفسية ، والتي لا تستعمل الوسائل المادية في العلاج ...وعلى ذلك فيمكن تعريف العلاج النفسي بأنه " وسيلة العلاج التي تعتمد أساسا على العلاقة بين المريض والطبيب والتي يتم من خلالها تغيير في سلوك المريض يجعله أكثر توازنا ، وأقدر على مواصلة الحياة بأبعادها الثلاث : التكيف والإنتاج والرضا بالدرجة التي يستطيعها وبالنوعية التي يختارها " (١٨) .

ويمكن أن نذكر من العلاجات النفسية الأنواع التالية :

١ – العلاج السلوكي Behavioral Therapy :

ويقوم على مبدأ أن سلوك الإنسان ينشأ من التعلم ، ولذلك يمكن تغيير سلوكه من خلال تعلمه سلوكا آخر جديد . ويوجد هناك أنواع متعددة للأساليب السلوكية في العلاج، وكل منها يستعمل في حالات خاصة لمرضى معينين ، وسنذكر هنا بعض الأنواع الرئيسية:

أ – إزالة التحسس Desensitization :

إن المريض الذي يصاب بالرهاب والهلع أو القلق عندما يجد نفسه أمام شيء مزعج ، قد يفيد أن يدرب ويساعد ليصل لحالة من الاسترخاء والهدوء ، حتى بوجود هذا الشيء المزعج ... وكل ذلك عن طريق تعريض المريض بشكل تدريجي متأني ، للإقتراب شيئا فشيئا من هذا الأمر المخيف أو المزعج ، والذي قد يكون قطة ، أو مصعدا كهربائيا ...

وقد نبدأ في البداية بمجرد عرض صورة لقطة ، ومن خلال جلسات العلاج هذه يصل المريض في نهاية المطاف إلى مداعبة القطة دون قلق أو خوف ، وبذلك يغي موقفه من القطط بشكل عام .

ب – الغمر Flooding :

وهو عبارة عن وضع المريض وجها لوجه أمام ما يخافه أو يحذره كالقطة مثلا ، وذلك بعد أخذ موافقته طبعا على هذه النوعية من العلاج...

ففي البداية سيشعر المريض بالاضطراب والقلق ، ولكن من خلال تكرار هذا الأمر ، سيتعلم أن الأمر ليس مخيفا بالدرجة التي كان يتصورها ، وذلك عندما يلاحظ أنه لم يصب بكارثة نتيجة هذه المواجهة وهذا القرب مما يخاف ...

وتكرار هذه العمليات على عدة جلسات ، ويعلم المريض خلالها طرائق الاسترخاء حتى لا يعود يضطرب لوجود الشيء الذي كان يتجنبه .

ج – الارتباطات الشرطية Conditioning :

وهو الأسلوب الذي يستعمل من خلال تعزيز ومكافئة المريض عندما يقوم بنهج السلوك " الصحيح " ، الذي يقربه من السلوك المطلوب تعلمه ، مع إهمال وغض النظر عن السلوك غير المرغوب .

ويكرر هذا الأمر حتى يألف الإنسان هذا السلوك المطلوب .. وتستعمل هذه العلاج كثيرا مع المرضى المزمنين في المستشفيات النفسية ، وكذلك في تقويم سلوك الأطفال ... فكلما قام الإنسان مثلا بتنظيف نفسه أو ترتيب غرفته ، تلقى مكافئة .

د. – العلاج التنفيري Aversion Therapy :

حيث نقرن في هذا العلاج بين السلوك غير المرغوب فيه مع بعض الظروف المزعجة . فالمريض الذي يدمن على المخدرات ، يعطى مادة مثيرة للغثيان والقيء مع المخدر الذي يدمن عليه ، وبذلك يقترن في حسه هذا المخدر مع الغثيان ، مما يضعف من رغبة المريض في تعاطي هذا المخدر ...

وكذلك في بعض الانحرافات السلوكية ، يقرن السلوك المنحرف مع أمر مزعج كتيار كهربائي خفيف ، وبذلك تصبح رغبة المصاب في هذا السلوك المنحرف أقل من السابق .

٢ – العلاج العقلاني – المعرفي Cognitive Therapy :

وهو يقوم على فرضية أن سلوك الإنسان ومشاعره وعواطفه تتحدد من خلال نظرته وأفكاره – المتشائمة – عن الأحداث التي يتعرض لها ...

ويطلب المعالج من المريض ، مراقبة وتسجيل هذه الأنواع السلبية من الأفكار والمواقف ، ومن ثم يقوم المعالج ، باقتراح أفكار أخرى بديلة ، وأكثر إيجابية ...

ومن خلال تكرار لفت نظر المريض إلى أفكاره السلبية واقتراح البدائل الإيجابية يبدأ بالانتباه إلى أن هذه الأخطاء مجرد أخطاء بحجمها الواقعي ، وذلك من خلال تدريبات متدرجة يطلبها منه الطبيب المعالج حتى تتبدل الأفكار السلبية واللاعقلانية بأفكار ايجابية عقلانية .

٣ – العلاج الجماعي Group Therapy :

وهو علاج يركز على " الفرد في المجموعة " ، وتجمع أفراد لا ينتمون لأسرة واحدة ، ولا يعرفون بعضهم من قبل .. وقد تكون المجموعة مكونة من أشخاص لديهم نفس المشكلة أو المرض ، كالإدمان والوسواس القهري والرهاب .

ويهدف إلى الكشف وتعميق الوعي وإطلاق قوى التطور من داخل الفرد ليستمر في نموه إلى مراتب أعلى من الوجود والصحة دون توقف (١٨)

ولا يمكن في المجموعات المغلقة أن يضاف أعضاء جدد بعد بداية العلاج، بينما يمكن في المجموعات المفتوحة قبول الأعضاء في أي وقت من سير العلاج

٤ – التحليل النفسي Psycho-Analysis :

ويقوم على فرضية أن أسباب سلوك الإنسان وتفكيره يرد إلى الصراعات اللاشعورية والاحباطات وخبرات الطفولة المؤلمة .

ويتم التحليل النفسي بأن يطلب المعالج من المريض الاسترخاء على سرير العيادة ، ومن ثم يحاول أن يتحدث عن كل ما يخطر في ذهنه ، من أفكار وذكريات ، دون أن يخفي شيئا من هذه الأفكار والذكريات .

ويجلس المعالج على كرسي إلى جانب المريض ، يستمع إلى كلامه ، من دون أن يحاول توجيه حديث المريض .. ودور المعالج أن يقوم بين الحين والآخر بتفسير كلام المريض محاولا فهم دلالة كلامه ، وعلاقة هذا الكلام بمحتويات اللاشعور لديه ، ومحاولا ربط هذا بالأحداث التي يمر بها في حياته من مشكلات وصعوبات . وقد يستمر هذا العلاج لسنوات .

ومن خلال الوقت يبدأ المريض بالتعبير عن بعض المشاعر تجاه المعالج ، بشكل يشبه بعض المشاعر التي يملكها المريض تجاه الأشخاص الأساسيين في حياته الخاصة (وغالبا ما يكون ذلك الأب أو الأم) ...

ويقوم المعالج بتحليل دلالات هذه المشاعر من حب أو كره أو غضب . ومن خلال تكرار هذا الأمر يصبح المريض أقدر على رؤية حقيقة مشاعره تجاه الآخرين ، وبالتالي يمكن أن يعدل أو يغير بعض خصائصه النفسية ، وأسلوب سلوكه ..

فالهدف من العلاج أن يصل المريض إلى حالة من البصيرة ، والإدراك بالبواعث اللاشعورية ، لسلوكه ، وتصرفاته ، وبالتالي أكثر قدرة على التعامل معها .