



P.O. Box: 48577, DUBAI, U.A.E.

Tel: 04 267 8866, Fax: 04 267 8855

P.O. Box: 457, SHARJAH, U.A.E.

Tel: 06 565 8866, Fax: 06 565 6699

E-mail: info@zulekhahospitals.com • Website: www.zulekhahospitals.com

ص ب: ٤٨٥٧٧، دبي، إ.ع.م.

هاتف: ٠٤ ٢٦٧ ٨٨٦٦، فاكس: ٠٤ ٢٦٧ ٨٨٥٥

ص ب: ٤٥٧، الشارقة، إ.ع.م.

هاتف: ٠٦ ٥٦٥ ٨٨٦٦، فاكس: ٠٦ ٥٦٥ ٦٦٩٩

## Conversion Disorders اضطرابات التحول



وتعرف أيضاً بردة الفعل المتحولة، أو الهستيريا، أو ردة الفعل الهستيرية

الاضطراب المتحول هو الحالة التي يظهر فيها الضغط النفسي على بأشكال جسدية. وهي حالة تحدث نتيجة للتعرض للضغط النفسي إثر مواجهة موقف مرعب أو مخيف، أو التعرض لأزمة مالية أو عاطفية تخرج عن نطاق سيطرة المريض.

في الاضطراب المتحول قد تصاب ساقك بالشلل مثلاً بعد سقوطك من على الحصان، على الرغم من أنك لم تتأذى جسدياً. وتظهر علامات وأعراض الاضطراب المتحول بالرغم من عدم وجود أسباب جسدية كامنة، ولا يمكنك السيطرة عليها. فأعراض الاضطراب المتحول تؤثر عادةً على حركتك أو حواسك، كالقدرة على المشي، أو البلع، أو الإبصار أو السمع. وقد تكون أعراض الاضطراب المتحول شديدة، ولكن بالنسبة لمعظم الناس فإنها تتحسن تدريجياً في غضون بضعة أسابيع.

### الأعراض

وعادة ما تظهر أعراض اضطراب التحويل فجأة بعد التعرض لحدث مفاجئ مخيف أو مرعب. ويمكن أن تشمل الأعراض الشائعة على:

- ضعف في التنسيق أو التوازن
- شلل في الذراع أو الساق
- صعوبة في البلع أو " غصة في الحلق "
- عدم القدرة على الكلام
- مشاكل في الرؤية، بما في ذلك الرؤية المزدوجة والعمى
- الصمم
- التشنجات أو النوبات

وتشمل أعراض اضطراب التحول الأخرى على:

- فقدان التوازن
- خدر أو فقدان الإحساس باللمس
- عدم القدرة على الشعور بالألم
- الهلوسة
- الصعوبة في المشي
- احتباس البول

### متى أذهب لزيارة الطبيب

من الأفضل أن تذهب لزيارة الطبيب في أقرب وقت بمجرد أن تلاحظ أي أعراض قد تكون نتيجة للاضطراب المتحول. وإذا كان السبب الكامن وراء ظهور العلامات أو الأعراض التي لاحظتها هو جسدي، يجب عليك المباشرة بعلاج السبب بعد تشخيصه فوراً. وإذا كان التشخيص المترتب على الأعراض هو حالة اضطراب متحول، من المهم جداً أن تحصل على مساعدة نفسية من مختص لتجاوز الأعراض وتقادي التعرض لنوبات في المستقبل.

### الأسباب

تبدأ نوبات الاضطراب المتحول بعد التعرض لموقف قوي جداً خارج عن سيطرة الشخص. كالصراع العاطفي أو أي اضطراب آخر نفسي كالاكتئاب مثلاً. وبالرغم من أن السبب الفعلي للاضطراب المتحول غير معروف بدقة، إلا أن الجزء من الدماغ الذي يتحكم بالعصلات والحواس قد يكون مسؤولاً عن هذه الحالة. وهو وسيلة للدماغ للتعامل ضد ما يبدو له وكأنه تهديد أو خطر.

## عوامل الخطر

- الإرهاق الشديد أو التعرض لصدمة عاطفية
- النساء أكثر عرضة بكثير للتعرض لإضطرابات التحول من الرجال.
- فئة المراهقين أو الشباب المبكر عرضة-أيضاً للاضطراب المتحول في أي وقت، لكنه الأكثر شيوعاً خلال فترة المراهقة أو البلوغ المبكر.
- الإصابة بحالة صحية عقلية، كتبدل المزاج والقلق، والاضطراب الفصامي واضطرابات الشخصية الأخرى.
- وجود أحد أفراد الأسرة الذين يعانون من الاضطراب المتحول
- التعرض مسبقاً لأي شكل من أشكال الإعتداء البدني أو الجنسي
- المشاكل المالية

## المضاعفات

بالنسبة لمعظم الأشخاص، تتحسن أعراض الاضطراب المتحول دون أي علاج أكثر من الاطمئنان إلى أن ليس لديهم أي مشاكل صحية خطيرة. ومع ذلك، قد تسوء حالة الأعراض أكثر مع مرور الوقت، أو تزول لتعود مجدداً في غضون عام تقريباً. وعليه فإن الحصول على العلاج في أقرب وقت ممكن بعد ظهور الأعراض قد يساهم في الحصول على نتائج أفضل على المدى الطويل.

## ما يمكنك القيام به

- أكتب أي أعراض تكتشف ظهورها لديك، بما فيها أي أعراض قد تظن أن لا علاقة لها بالسبب الذي قمت بحجز موعد مع الطبيب لأجله.
- دون جميع المعلومات الشخصية الرئيسية عنك، بما في ذلك أي ظرف شديد مررت به أو تغييرات رئيسية في حياتك مؤخراً.
- دون جميع الأدوية والفيتامينات والمكملات الغذائية التي تتناولها في قائمة.
- خذ معك أحد أفراد العائلة أو صديق مقرب إليك ليقوم بمرافقتك للطبيب إن أمكن. فقد يتذكر تفاصيل قد تنساها أنت.
- دون جميع الأسئلة التي تود طرحها على طبيبك .

بما أن وقتك مع الطبيب سيكون محدوداً، فإن إعدادك لقائمة من الأسئلة في وقت مبكر ستساعدك على الاستفادة القصوى من وقتك مع الطبيب. فيما يلي أمثلة لبعض الأسئلة الأساسية التي قد ترغب توجيهها لطبيبك:

- ما هو السبب المرجح كونه المسؤول عن ظهور الأعراض أو الحالة هذه لدي؟
- هل هناك أسباب أخرى محتملة لتسببها هذه الأعراض؟
- ما هي أنواع الاختبارات التي أحتاج إلى إجرائها؟
- ما هو العلاج الذي توصي به في حالتي؟
- إذا كنت توصي بأدوية معينة، هل هناك أي آثار جانبية محتملة؟
- ما هي مدة العلاج المقترحة؟
- ما الذي يمكنني القيام به للحد من خطر تكرار الأعراض ؟
- هل يجب علي مراجعة طبيب مختص؟ ماهي التكلفة المادية لذلك؟ وهل سيغطي التأمين تكاليف زيارتي للطبيب الأخصائي ؟
- هل هناك بدائل أخرى للأدوية التي اقترحتها لي؟
- هل هناك أي نشرات تثقيفية أو غيرها من المطبوعات التوعوية بخصوص هذا الموضوع يمكنني أخذها معي إلى البيت؟ وهل هناك مواقع إلكترونية محددة تتصحنى بمتابعتها؟

بالإضافة إلى مجموعة الأسئلة التي وردت أعلاه، لا تتردد أبداً في طرح أي أسئلة أخرى تجول بخاطرك أثناء زيارتك لطبيبك.

## التحليل والتشخيص

ليتم تشخيصك بالإصابة بالاضطراب المتحول، يجب أن:

- يجب أن يكون لديك واحد أو أكثر من الأعراض التي لا يمكنك السيطرة عليها بحيث تؤثر على حركة جزء من جسمك أو حواسك. على أن تبدو هذه الأعراض كما لو أنها ناجمة عن حالة عصبية أو صحية غيرها.
- أن تظهر هذه الأعراض لديك بعد تعرضك لحادثة قوية أو مرعبة.
- أنت لا تعتمد التظاهر بالأعراض.
- صعوبة تفسير الأعراض الخاصة بك أو تصنيفها كحالة طبية، أو ناتجة عن استخدام الأدوية أو بمقاييس السلوكيات المقبولة اجتماعياً، كروية تخيلات معينة في الطقوس الدينية.
- يجب أن تتسبب الأعراض التي ظهرت لديك بإجهاد كبير لك أو صعوبة في ممارسة حياتك الاجتماعية، ومزاولة العمل أو القيام بممارساتك المعتادة الأخرى.
- الأعراض الخاصة بك لا تقتصر على الشعور بالألم أو المشاكل الجنسية، ولا تتحسن نظراً لتعلقها بمشكلة صحية عقلية أخرى.
- لا توجد اختبارات محددة للكشف عن الاضطراب المتحول. إن الاختبارات التي سيستخدمها طبيبك ستعتمد على نوع الأعراض التي ظهرت لديك. والتي تشمل:

- الاختبارات السريرية البسيطة. حيث سيقوم الطبيب بالتحقق من ردود الفعل الطبيعية لجسمك لاستبعاد الأسباب البدنية للأعراض التي ظهرت لديك. وهذه الاختبارات لا تتطلب أي أجهزة خاصة وهي سريعة وغير مؤلمة. يعتمد الإختبار الذي سيجريه الطبيب على نوع العرض لديك.
- الأشعة السينية أو اختبارات التصوير الأخرى. هذه الاختبارات قد تساعد الطبيب على التأكد من أن الأعراض ليس سببها إصابة أو مشكلة في الأعصاب أو ظروف مادية أخرى سببت ظهور الأعراض المماثلة.
- تخطيط كهربية الدماغ. قد يلجأ الطبيب لعمل تخطيط للدماغ كي يساعده في استبعاد وجود مشكلة في الأعصاب بعد التعرض للنوبة. إن هذا الاختبار هو إجراء غير مؤلم يكشف عن النشاط الكهربائي للدماغ. ويستخدم لاختبار فعالية علاج الصرع واضطرابات الدماغ الأخرى.
- قد يكون التشخيص في بعض الأحيان غير واضح، فقد يعتقد الطبيب بعد الفحص بأن السبب نتيجة لحالة مرضية جسدية وليست اضطراباً متحولاً.
- العلاج والأدوية

للعديد من الأشخاص، فإن أعراض اضطراب التحول تتحسن لوحدها دون علاج، خصوصاً بعد الاطمئنان من الطبيب أن الأعراض لا تشكل مشكلة خطيرة كامنة. 70٪ تقريباً لديهم نتائج جيدة بالتحسن.

## العلاج:

العلاج يفيد للأشخاص الذين لديهم علامات أو أعراض للاضطراب المتحول أو تزول وتعود مجدداً. وإذا كان لديك أعراض شديدة، أو كنت تعاني من ظروف صحية عقلية أو بدنية أخرى، فإن نجاح العلاج يعتمد على العلامات والأعراض التي لديك، والعلاج يشتمل على:

- إستشارة (الطب النفسي). إن زيارة الطبيب النفسي والحصول على إستشارة منه يفيد في علاج أعراض الاضطراب المتحول وبقي من عودتها. كما يساعدك في التخلص من مشاعر القلق والاكتئاب التي تعاني منها أو المشاكل الصحية العقلية الأخرى.
- العلاج الطبيعي. يفيد العلاج الطبيعي في التخلص من أعراض الاضطراب المتحول وبقي من التعرض لمضاعفات الحالة. على سبيل المثال، الحركة المنتظمة للذراعين أو الساقين تساهم في منع شد العضلات والضعف إذا كان المريض مصاباً بالشلل أو فقدان الحركة.
- علاج التوتر والحالات المرضية الأخرى. إن الاضطراب المتحول قد يتحسن كثيراً في حال علاج التوتر والقلق، والحالات المرضية الأخرى إن وجد. قد يقوم الطبيب بوصف بعض الأدوية المضادة للقلق والاكتئاب أو غيرها من الأدوية المخدرة كجزء من العلاج، على حسب حالتك الصحية.
- التنويم المغناطيسي. يساعد التنويم المغناطيسي للمريض مع خبير متخصص بهذا المجال على تحديد المشاكل النفسية التي يعاني منها وحلها. وعادة ما يتم التنويم المغناطيسي مرتبطاً بنوع آخر من علاجات اضطراب التحول.

## الوقاية

يظهر اضطراب التحول كردة فعل نتيجة التعرض لأي نوع من التوتر أو الضغط النفسي. وعليه فإن ممارسة بعض النشاطات كالتأمل واليوغا من دورها أن تساهم في تخفيف حدة التوتر والترويح عن النفس، وبالتالي تقي الشخص من التعرض لإضطراب التحول أو أعراضه. إذا كان لديك أي ظروف صحية عقلية أخرى، تأكد من حصولك على العلاج المناسب والذي قد يشتمل على الأدوية أو تقنيات علاجية أخرى.