

أكتب لكي نيابة عن أخي الذي كان مريض مند شبابه في طننا السابق. لم يوجد حل لمشكلته بشكل صحيح. عُدّه عادة كونه جد دقيق ومضبوط في البيت و كلّ الأمور. لا يترك أي شخص في البيت أن يلمس أواني المطبخ. إذا فعل شخص ما ذلك، يجب أن يغسل الصحون وأواني المطبخ ولوقت طويل. هو جد حذر في عمل هذا، ولم يكون جاهز إلا في العديد من الساعات. بالطريقة نفسها يُنظف نفسه. عندما يستعمل شخص عادي في الحمام نصف ساعة، فهو يقضي ثلاث ساعات. إذا طلب منه التّعجيل أو مقاطعة عمله ويُمنع بطريقة ما، يصبح غاضب طول اليوم. هو يُصلي أيضاً بدقة وبانتظام. غسل الأيدي له نوع من الطقوس، لم أرى أبداً أي شخص يغسل الأيدي لوقت طويل وبعناية. أحياناً نحترمه بنظافته و خصوصاً كشخص مُتدين، لكنّي أرى بأنه لا يتمتع بالحياة. هو لم يتزوج أيضاً. أتوقع من ناحية أخرى بأن المسألة، أننا نعتبره كشخص مزاجي واستثنائي، لهذا لم يُريد أحداً أن يتزوج معه. أحياناً يُفكر ويتأمل بنفسه في المسألة التي يعرف أن هذه الطرق والهوس تكون مشكلة كبيرة له، لكن لا يستطيع عمل أي شيء. ما هي الطريقة التي يمكن أن تُساعده؟

الأخت المحترمة

لقد وصفت الحالة التي نتجت مُعانات كثيرة بالتأكيد إلى أخيك. نفهم من ذلك أنه جد سيئ وسجين من طقوسي الغسيل و الأمور الأخرى المرتبطة بالنظافة. هذه الطقوس تأخذ منه الوقت بشكل غير مقبول وتؤثر عن الأمور الأخرى المهمة في حياته. لم تخبرين هل عنده عمل أو كيف يُعيّش نفسه، لكن هذا النوع من الأعراض والاضطراب اليومي يتناسبان سوية بشكل سيئ جداً. إذا كان مُعرضاً دائماً لهذه الأعراض، السؤال هنا يمكن أن يكون من أعراض الاضطراب الإلزامي. صورة هذه الاضطرابات يمكن أن تعود إلى الوسخ المرتبط بالخوف، الذي يُؤدّي خصوصاً إلى الحاجة لغسل شامل. الشخص أيضاً يمكن أن يكون في حاجة لإبقاء الأمور والأشياء المتماثلة المعروفة بالترتيب دائماً أو يمكن أن يَشْكُكُ بشكل مستمر، بأنه نسي شيئاً أو همل لهذا يُدقق جداً حتى النهاية. على سبيل المثال مغادرة البيت يمكن أن تُدوم عند الأشخاص الذين يعانون من هذه المشاكل وقت طويل عندما تبقى الأمور على المراقبة مراراً وتكراراً. أيضاً عند بعض الأشخاص يمكن أن تكونوا الأفكار الإلزامية مرتبطة بمرض ما، لهذا يخافون بجدية أن يُصبحون مرضى بشيء أو لأن فقط التفكير أن يصبح مريضاً. الخوف الطبيعي على سبيل المثال الخوف من الأمراض التناسلية والسرطان. هذا النوع من الأشخاص يمكن أن يزور الطبيب أحياناً وكثيراً بشكل غير معقول. هذا النوع من أعراض الاضطرابات الإلزامية يُمكن أن تكون أيضاً للمعانيين منها أفكار الإحساس بذنب بفعل الضرر في مكان ما وإلى هذه الأفكار تُنضم الحاجة إلى مراقبة الأمور بشكل مستمر.

اضطرابات الأعراض الإجبارية، التي من النوع المختلف هي اضطرابات التي تنتمي إلى الظروف. المعاناة التي تُعُودُ أعراضهم الأكثر مركزية هي الأنواع السابقة منها أفكار إلزامية وإجراءات إجبارية. الأفكار الإلزامية هي أفكار تتكرر وتتسلل إلى الذهن، والشخص الذي في موضع السؤال ليس قادر على إزالتها من الذهن، بالرغم من أنها تبدو مضايقة. الإجراءات الإجبارية هي سلسلة من النشاطات المُتكررة، التي مهمتها أن تُخفّض الأفكار الإلزامية المرتبطة بالمعانات. في أغلب الأحيان الأشخاص الذين يعانون من هذه الاضطرابات هم أيضاً مُكْتَنِبُونَ.

وصفت بأن أخيك يعاني من مشكل خطير. الأشخاص الذين يعانون بشعور المرض من هذه الاضطرابات، بكلمة أخرى قدرة الفهم العميق لعلاقة حالتهم الخاصة تتغير كثيراً أيضاً. عندما يكون السؤال معانات لوقت طويل مثل الحالة التي وصفت، هذه الأعراض تسبب و تؤثر بشكل ضار في العلاقات الإنسانية وتؤدي بشكل حساس إلى الافتراق الاجتماعي. الأعراض في هذه الحالات يمكن أن تُسوء ببطء. مثل ما وصفت في الوقت السابق احترام أخوك كشخص حذر ومستقيم، لكن بمرور الوقت ومن الواضح تبدأ الحالة في الصعوبة. الكثير من المرضى يخلون من الأعراض وهم ليسوا مُتأكدون من هذه العلاقة هل يمكن لأي شيء أن يُساعدهم. المساعدة متوفرة على أية حال في هذه الحالة. كلاً العلاج بالدواء وأشكال العلاج بالتحليل النفسي يُشار إليهم كعناية فعّالة وكفاءة الأشكال. لا يمكن أن يكون ذلك من الميل بالتصرّف بهذا الأسلوب أن يكون الفصل النهائي من هذه الأعراض، لكن الأكثر صعوبة دواء الأعراض الإلزامية التي تؤثر على الحياة تجلب المساعدة. يجب على أقاربك مُرافقة أخيك إلى زيارة الطبيب ويُخبرون هناك عن كلّ هذه الأعراض. المساعدة يمكن أن تُعير حياته كثيراً.