

روانشناس محترم،

میخواهم در مورد یکی از خویشاوندانم مطالبی را با شما در میان بگذارم. او قریب ده سال است که از دردهای مختلف بدن و سیستم اعصابش رنج می برد. این عوارض و دردها که مرتباً در نقاط مختلف بدن او بروز می کنند عبارت از: درد پاها، درد مفاصل، سر درد، درد کمر و درد دستها می باشند. او همیشه بعد از غذا دچار سوء هاضمه می شود، دل پیچه های بسیار سختی می گیرد، دل درد و حتی گاهی حال تهوع هم به او دست می دهد. علاوه بر اینها، او دچار عوارض و مشکلات خاصی می باشد که شرم دارد از آنها با ما صحبت کند. گاهی هم دچار سرگیجه شده، مشکل دید پیدا می کند، قدرت شنوایی او کم شده و مثلاً حس لامسه او چنان مختل می شود که انگار تمام اعضای بدنش به خواب رفته اند. در سالهای اخیر، در فنلاند از او معاینات مختلف و فراوانی؛ از جمله رادیوگرافی و عکسبرداریهای دیگر و آزمایشات خون بسیاری به عمل آمده است. اما نشانه های هیچ نوع بیماری در آنها یافت نشده؛ و پزشکان اظهار داشته اند که نتایج تمام آزمایشات خون خیلی خوب می باشند. همچنین فشار خون و میزان چربی یا کلسترول *kolesteroli* خونش متعادل؛ و نتیجه تمام عکسبرداریها نیز معمولی است. با این وجود، او هم در زمان خوشحالی و هم در ساعات بد زندگانی، مرتب از همین دردهایش شکایت دارد. من شخصاً هیچ فردی را نمی شناسم که به اندازه او به پزشک مراجعه کرده باشد. او خودش معتقد است که همیشه بیمار است؛ و به دلیل همین بیماریها، بی حس و بی حال شده و قادر به انجام وظایف روزمره خود نمی باشد. بعضی اوقات، بقیه اعضای خانواده واقعاً از دست او خسته و کلافه می شوند. در زمانهای گذشته، در کشور متبوعه قبلی ما، چون دارو در دسترس نبود، او برای درمان دردهایش به انواع معالجات و طب سنتی متوسل می شد. حتی یکبار هم - بدون هیچ علت موجهی - روی او عمل جراحی صورت گرفته است. به نظر می رسد که او تا حال، به اندازه انبار چندین داروخانه، داروهای مسکن مصرف نموده است. سؤال من این است: "آیا وقتی برای چنین دردهائی، تا حال در هیچ کشوری، هیچ گونه توجیه علمی پزشکی یافت نشده؛ ممکن است که ناراحتیهای فرد مزبور فقط ذهنی و روانی باشد؟"

با احترام، یک خویشاوند

پرسش کننده محترم،

اگر واقعاً بی شک و تردید برای ناراحتیهای خویشاوند شما، هیچ نقصان جسمی یا مرضی که موجب بروز این همه درد و عوارض مختلف شود پیدا نشده؛ پس به احتمال زیاد، علت اساسی آن می تواند ذهنی و یا روانی باشد. اختلالات روانی، که در واقع فقط به شکل عوارض و علائم جسمی ظاهر می گردند، انواع مختلفی دارند. این اختلالات را در اصطلاح علمی اختلالات "سوماتیزاسیون" *somatization*؛ یعنی تبدیل و تغییر رویدادها یا حالات ذهنی و روانی، به علائم و نشانه های بدنی و جسمی، می خوانند. چون نشانه های این بیماری به شکل عوارض جسمی نمودار می گردند، در نتیجه بیمار هم به پزشک عمومی یا متخصص بیماریهای بدنی مراجعه نموده و از رنج و درد جسمی خود شکایت کرده و از او خواستار معاینات و آزمایشات بدنی بیشتری می شود. بسیار نادر است که یک چنین بیماری، منشأ عوارض جسمی مشهود را، ناشی از شرایط و حالات بد ذهنی و روانی خود بشناسد. یکی از بزرگترین مشکلات پزشکان امروزه این است که؛ چگونه چنین بیمارانی را بر خلاف عقاید خودشان به نزد روانپزشک اعزام داشته و در عین حال، عزت نفس آنها را نیز جریحه دار نکنند. دلایل بروز اختلالات "سوماتیزاسیون" به خوبی روشن نیستند. طبیعتاً، این اختلالات موجب رنج و اذیت فراوانی برای بیمار شده و توانائی او را در انجام امور زندگانش کاهش می دهند. از طرفی، اطرافیان این بیمار نیز باید توجه داشته باشند که بیمار به هیچ وجه تظاهر به رنج و درد نمی کند؛ و خود به تنهایی قادر نیست تا به نیروی اراده اش از شدت درد و عوارضی که به آنها دچار است، بکاهد.

هنوز روش مسلمی برای درمان عوارض و ناراحتیهای جسمی ناشی از اختلالات ذهنی و روانی یافت نشده است. عموماً در این مواقع، اعتماد و اعتقاد بیمار به حذاقت و تشخیص پزشک معالج خود، می تواند بزرگترین عامل مؤثر در درمان او باشد. همچنین می توان به بیمار یاد داد که چگونه با دردهای خود کنار آمده و با آنها بسازد؛ و در حین این کار، با استفاده از داروهای مناسبی که پزشک معالج او برایش تجویز می کند، دردهایش را قدری تسکین هم بدهد. بعضی اوقات، گفتگو با پزشک در باره مسائل و مشکلات اجتماعی و روانی موجود و گذشته، می تواند بیمار را در یافتن عوامل ناراحتی خود - و اثرات آنها در رابطه با شدت و نحوه ظهور عوارض مذکور - کمک نماید. برای پیشبرد درمان؛ و به منظور درک و شناخت اینکه، آیا آغاز بروز عوارض و دردهای بیمار، ارتباطی با زمان تغییرات شدید در زندگی خانوادگی وی داشته؛ بهتر است که اعضای خانواده بیمار هم همراه با وی در گفتگو و مشاوره با پزشک شرکت نمایند.

"سیرگو سویگانن" *Sirkku Suikkanen*

روانشناس