

## المحاضرة السابعة:

### الاكتئاب (النفسي والذهاني)

الاكتئاب هو حالة من الحزن العميق يشعر فيها المريض بعدم الرضا، وعدم القدرة على الإتيان بنشاطه السابق، ويأسه في مواجهة المستقبل وفقدان القدرة على النشاط وصعوبة في التركيز واضطراب في النوم والشهية للطعام وأحلام مزعجة. وتحدث استجابة الاكتئاب في المواقف العصبية الشديدة في حالة الشخصية السوية، وفي المواقف البسيطة في حالة الشخصية العصابية المهياة لذلك.

ويعد الاكتئاب في العصر الحالي من أكثر الاضطرابات النفسية شيوعا لدى الأفراد في كل أنحاء العالم، فقد ورد في الإحصائيات التي صدرت عن منظمة الصحة العالمية أن ما يقارب (7%) إلى (10%) من سكان العالم يعانون من الاكتئاب. وتؤكد الإحصائيات أيضا أنّ العالم يعيش عصر الاكتئاب، فقد ورد في إحصائيات منظمة الصحة العالمية أن ما يقارب من (800) ألف شخص في العالم يقدمون على الانتحار نتيجة مباشرة للإصابة بالاكتئاب.

ويعتقد أنّ هذه النسب في تزايد مستمر نتيجة لزيادة الضغوط النفسية والاجتماعية التي يتعرض لها الفرد، وإلى مختلف مظاهر الإحباط وانتشار الصراعات بين الأفراد، وإلى تدهور القيم الأخلاقية والدينية، وسيادة القيم المادية والفردية.

#### 1- تعريف الاكتئاب:

أثارت ظاهرة الاكتئاب وتعريفه اهتمام العديد من الباحثين، فيرى أيزينك (1972) أن الاكتئاب يتم استخدامه للإشارة إلى مركب من الأعراض: حالة من القنوط وعدم الاستجابة وفقدان الدافع، والكف النفسي والحركي، وأفكار اكتئابية نمطية واضطرابات جسمية محددة.

أما وولمن (1973) Wolman فيعرف الاكتئاب بأنه شهور بالعجز واليأس والدونية، والحزن، ومع ذلك فإنّ هذه المشاعر تحدث أيضا للأفراد العاديين.

ويعرف بيك (1982) Beck الاكتئاب بأنه اضطراب في التفكير نتيجة لنشاط النماذج المعرفية السالبة التي تؤدي إلى تكوين نظرة سلبية عن الذات والعالم والمستقبل.

ويذكر دريفر (1982) Drever أن الاكتئاب حالة انفعالية، تنطوي على شعور بالنقص، واليأس، ويصاحب تلك الحلة انخفاض في النشاط النفسي والجسمي السيكوفيزيقي. (سليمان عبد الواحد ابراهيم، 2014: 123)

#### 2- تشخيص الاكتئاب وفق DSM-5:

يشمل الأعراض التالية:

- الشعور بالحزن أو الانفعال معظم اليوم
- قلة الاهتمام بمعظم الأنشطة التي استمتع بها من قبل.
- فقدان الوزن أو اكتسابه فجأة أو تغيير في الشهية.
- صعوبة النوم أو الرغبة بالنوم أكثر من المعتاد.

## 1- الاكتئاب الذهاني:

الاكتئاب الذهاني هو نوع من أنواع الاكتئاب يسبب اضطراب الحالة النفسية والمزاجية للشخص، يعاني الشخص من أعراض اكتئاب شديدة وحادة إلى جانب أعراض أخرى تميز الاكتئاب الذهاني. وتظهر على الشخص أعراض تشبه أعراض الاكتئاب الحاد مثل الشعور بحزن عميق، الإحساس باليأس وعدم المبالاة، العزلة والانعطاء.

كما يفقد الشخص القدرة على الكلام، ويهمل الشخص نفسه ويعاني من الأوهام والأفكار السلبية ويسمع أصوات تخبره أنه لا قيمة له. كما يشعر بأعراض ذهان متناقضة مع أعراض الاكتئاب، حيث يعاني الشخص من كل أعراض الاكتئاب والحزن والكآبة ونفس الوقت يتنامى لديه شعور بالغرور والعظمة وأنه يعرف ما لا يعرفه أحد.

يعاني الأشخاص المصابون بالاكتئاب الذهاني من أعراض الاكتئاب الشديد إضافة إلى أعراض الذهان، وتشمل هذه الأعراض ما يلي:

## 1- الإنهاك واضطرابات النوم:

عدم قدرة المكتئب الذهاني على القيام بالأشياء المعتادة شعوره بالتعب الشديد، فغالبًا ما يأتي الاكتئاب مصحوبًا بنقص في الطاقة وشعور غامر بالإرهاق، والذي يمكن أن يكون من بين أكثر [أعراض الاكتئاب](#) الموهنة للجسد والعقل، وهذا يؤدي إلى النوم المفرط.

## 2- التهيج:

تظهر الأبحاث أن الرجال المصابين بالاكتئاب يعانون من أعراض مثل [التهيج](#)، الاندفاع، أو السلوك الخطر، تعاطي [المخدرات](#) أو الغضب في غير محله ويعد الرجال أقل عرضة من النساء في هذا العرض.

## 3- صعوبة التركيز:

يرتبط الاكتئاب [بالأرق](#) لذا يمكن أن يؤدي نقص النوم المريح وتزاحم الأفكار إلى شيء من نقص التركيز وقلة الوعي بالعالم المحيط.

#### 4- مشاعر انعدام القيمة أو كره الذات:

نتيجة لمشاعر العزلة الاجتماعية ومشاعر اليأس المفرط وتزاحم الأفكار، يعاني المصاب بالاكتئاب الذهاني من مشاعر انعدام القيمة وكراهية الذات وتحميلها سبب كل ما يحدث.

#### 5- فقدان الاهتمام بالنفس والأنشطة:

يمكن للاكتئاب أن ينتزع المتعة من الأشياء التي تحبها ابتداء من المظهر وانتهاء بالانسحاب من الأنشطة التي كان المكتئب يتطلع إليها ذات يوم من رياضة، هوايات، أو خرجات، ولا يتوقف الأمر هنا بل تفقد الاهتمام بالجنس أيضا وتجرب انخفاض الدافع الجنسي والضعف الجنسي.

#### 6- تغيرات في الشهية:

تتقلب الشهية والوزن للمصاب بالاكتئاب الذهاني وتلك تجربة تختلف من شخص لآخر فتزداد الشهية لدى بعض الأشخاص ويزداد وزنهم بينما لا يشعر آخرون بالجوع فيفقدون الوزن.

#### 7- تهديدات بالانتحار:

يرتبط الاكتئاب السريري أحيانا بالانتحار وفي عام (2013) وحده توفي أكثر من (42000) شخص بسبب الانتحار في دولة واحدة هي الولايات المتحدة، وغالبا ما تظهر الأعراض على الأشخاص الذين يموتون بالانتحار فيتحدثون عن ذلك أو يقومون بمحاولة أولى قبل النجاح في إنهاء حياتهم. (مستشفى الأمل للطب العقلي وعلاج الإدمان: 2022)