

اضطراب توهم المرض | مع د. أنس ابن عوف وياسر الحزيمي | الحلقة (١٠١) | وفي أنفسكم

ياسر الحزيمي

الخوف انه يكون عنده مثلاً قرحة في المعدة أو سرطان في المعدة الى انه عنده حموضة يروح يسوي مثلاً منظار الطبيعى كان معتقد تماماً. ايه. اللي هي حلقة اضطراب كان المعتقد تماماً انه عنده مرض في المثانة. وفي كل تحليل ما يصدقه - [00:00:00](#) هو يثبت على رأيه. هذا الدكتور ما يعرف. انا عارف انا حاسس. طيب حاسس بالم في الركبة يمكن في تمزق في الرباط الصليبي يمكن في كذا يمكن احياناً يقرأ وصفة دواء معين ثم يتوهم آ الأعراض الجانبية حقته يسمع واحد صار له مشكلة مرض معين وكذا - [00:00:20](#)

طاقمت بدا يحس. نعم. ان اه الأعراض نفس اللي عندي قد جتني. القولون سليم المشكلة في العصبي هذا استثارة الاعصاب القصد انه توهم المرض جزء من القلق كل مضاعفات القلق - [00:00:40](#) آ قد تحدث السلام عليكم. وعليكم السلام ورحمة الله. الله يحييك يا دكتور مرة أخرى في اه قناة خطوة. بارك الله فيك الله يجزيك خير. الله يسلمك. اليوم اه اتكلم عن - [00:00:57](#)

اضطراب اه توهم المرض جميل. لو تحدثنا عنه تفاصيل اقسام اعراضه كما يعني عودتنا جزاك الله خير. تمام طيب توهم المرض واحياناً يسمى آ اضطراب المرق كلمة غريبة طبعا مراق. ترجمة حرفية ولا فصحي ولا هذي؟ اه جاية من اه ترجمة كلمة اه الكلمة اللاتينية - [00:01:15](#)

اه اللي هي منطقة معينة في اعلى جانب البطن. يعني جانب البطن جانبيين. هم. المنطقة العلوية منها يسموها اه بالعربي يسموه المرق قالوا انه اصلها في الطب القديم الاغريقي او اليوناني او كذا انها كان اطباءهم يعتقدون ان معظم الامراض تأتي من هذه - [00:01:41](#) فينسبون اليها المرض يعني وجرى الاسم بعد كذا اه على ذلك انها اه انها لاتيني اه عربوا الكلمة مباشرة صارت المراق. لكنها غير شائعة اه استخدام توهم المرض اكثر شيوعاً واضح واضح واضح وان كان يشتبه بعدين في تطبيق القاعدة انه هو توهم المرض اصلاً هو المرض - [00:02:07](#)

هو عبارة عن اه انشغال الزائد بالخوف من وجود مرض ما. مرض خطير في جسم الانسان مرض عضوي. مم. ينشغل بذلك ويبحث عنه اه اه ليس اه وهم بمعنى ضلالة وانما اه نوع من المقصود انه خوف من المرض - [00:02:38](#) التوهم ليست دقيقة لكن مصطلح شافع نعم اتفق عليها. طيب اه يعني كاني فهمت انه انشغال مبرر يعني هل في مرض فعلاً؟ لا يوجد انشغال على الرغم من عدم وجود ما يدل على - [00:02:59](#)

المرض لا يوجد دليل عن المرض لا يوجد مبرر اه واضح احياناً قد يكون هناك اعراض بسيطة عادية لكنه آ يخاف ان يكون وراءها مرض خطير. يعني نفرة هنا نبخة. نعم. يظن انها خلاص هذي سرطان مثلاً - [00:03:16](#) آ ورم حبة احمرار في الجلد كحة مرة مرتين مما يعرض الانسان عادة فيخاف منها ربما يكون فيها كن دلالة على امراض خطيرة في الرئتين في القلب في الكذا في الكذا على حسب العرض نفسه - [00:03:37](#)

ينشغل بذلك يؤثر على الوظيفة بمعنى انه لو مجرد يعني فكرة عابرة مثلاً خلنا نقول واحد يخاف من كورونا. مهم وما يلمس الاشياء وما وكذا وكذا هل ممكن نقول هذا اضطراب توهم المرض؟ طبعا كورونا آ يعني باعتبار انه جائحة عالمية له خصوصية - [00:03:51](#)

الخوف من كورونا كان في لحظة من اللحظات كان مبرر يعني كل الناس كانت تخاف صح؟ اه لذلك لا يصلح هو مثالا لتوهم
والمرض ربما يصلح بعد ما انحسرت الموجة الان مثلا لوجدت واحد يخاف من مجرد الخروج من البيت - [00:04:13](#)
بسبب هذا بسبب هذا او اه خرينا نقول مش يخاف مجرى الخروج لا هذا قد يدخل فيه نوع من التجنب اللي هي يعطيك خوف
مرضي لكن اردنا نطبق عليه مثلا توهم المرض انه هو يخاف ان يكون هو فعلا مصاب بكورونا - [00:04:32](#)
كحة بسيطة يقول خلاص انا اذا فيني كورونا الان في وقت آآ تقريبا حالات محدودة جدا تصل في بعض ايام الى صفر طيب اه يعني
كونه ينشغل بشدة انه انا فيني كورونا ويروح يحلل في هذا الوقت ربما يكون - [00:04:50](#)
زائد من معتاد لكن آآ اضطراب توهم المرض ليس آآ لحظيا مش في يوم واحد يعني يومنا كذا. مم. يعني وانما ممتد لفترة طويلة مثلا
تجد فترة طويلة مع الخوف انه يكون عنده مثلا قرحة في المعدة او سرطان في المعدة - [00:05:11](#)
الى انه عنده حموضة يروح يسوي مثلا منظار اطلع طبيعي يقول يا اخي يمكن المنظار ما كان دقيق. يروح واحد ثاني ويعمل اه
وممكن يعني في اول ما تطلع النتيجة يعني سلبية ما في حاجة. في لحظتها ممكن يعني يرتاح شوية. ها - [00:05:34](#)
بعد فترة ثانية اخي ما يمكن طيب انا بعدها حسيت بحموض. يعني ماشي يعني صدق النتيجة. صدق يعني هذا هو الفرق يعني اللي
بينها وبين الفكرة الظلالية حق ايوه. مثل صاحبنا حق المئانة مثلا. اها. حق المئانة اللي - [00:06:00](#)
مع الحلقة حققت المئانة كان معتقد تماما. ايه اللي هي حلقة اضطراب كان المعتقد تماما انه عنده مرض في المئانة. وفي كل تحليل ما
يصدقه ويثبت على رأيه. لا هذا الدكتور ما يعرف. انا عندي وانا عارف انا حاسس يعني انت انا حاسس وانا عارف وخلاص. وباني
على هذا الاساس سنين طويلة - [00:06:17](#)
اه اما هذا فهو خايف انه يكون عنده مشكلة ما بمكارمه. هم. طيب خايف؟ يعني هذا معتاد اكثر. الانسان يخاف من المرض. لكن مم
طيب شايف النتيجة؟ نتيجة ايجابية؟ نتيجة سلبية طبعا سلبية يعني كويسة. ايه. الحمد لله طيب والله - [00:06:37](#)
بعد شوية يبدأ يخاف مرة ثانية بعد فترة ممكن اه يكون عنده اه كان في الاول خائف مثلا من اه سرطان المعدة واطمن بعد
اسبوعين مثلا اه شاف اه كان ضربات قلب فقال اه - [00:06:58](#)
طيب القلب يمكن في مشكلة في القلب. خرينا نشوف كيف في حاجة. يمكن طيب في شوف تتغير يتغير المخاوف ربما على حسب
العرض اللي لاحظ. هم. بخلاف صاحب الضلالة هي ضلالة. ثابتة. في في جزء واحد. في جزء واحد - [00:07:17](#)
ما حتننتهي. اما هذا لانه عنده خوف طيب حاسس بالم في الركبة يمكن في تمزق في الرباط الصليبي يمكن في كذا يمكن في كذا
احيانا يقرأ وصفة دوا معين ثم يتوهم - [00:07:34](#)
الاعراض الجانبية حقته يسمع واحد صار له مشكلة مرض معين وكذا تفاقت بدأ يحس نعم انه الاعراض نفس اللي عندي قد جتني
صار لي قد كذا يبدأ كذا هو؟ جدا. هم. تلقى انه دايم اه بيتابع اخبار الامراض. اه برامجه الطبية تخش على الانترنت - [00:07:48](#)
شوف اعراض امراض الفلاني وهذا عندي هذا مو عندي. طيب اجل انا عندي كذا ولا يكتفي بمجرد المطالعة يبدأ يبحث عن تشخيص
يراجع الاطباء يعيد التحاليل مرة بعد مرة عشان ايش يطمن - [00:08:08](#)
يعني هو خوف وانشغال بالفكرة اكثر من كونه ضلالة يقينية. لكن هو مو بنفس هذي اللي هو متلازمة الرغبة في المرض. فيحب يروح
المستشفى لا يحب الشي يكون عليه يحب وانا اعرف اعرف امرأة بهذه الطريقة يعني - [00:08:27](#)
يومية يوميا تروح المستشفى يعني كأنها رايحة آآ فسحة نزهة اش عندك يا ام فلان اليوم؟ والله ما ادري شوفوا كأني كذا يعني اذا ما
راحت المستشفى احيانا تروح برا مدينتها تسافر فتتوتر. ابغى اروح المستشفى - [00:08:53](#)
يعني هذي الرغبة المستمرة في الاطمئنان على النفس. هذي هي نفسها توهم اه شوف اللي يراجع المستشفى على طول وما عنده
حاجة. هم انواع انواع عدة آآ يعني امراض نفسية - [00:09:09](#)
آآ منها هذا المرض لتوهم المرض. وخايف يبغى يشوف. منها آآ المتلازمة اللي اه اه احيانا يحدث المرض. ايه ايه يعني يوم مثلا اذا
في يعبت بجروح معينة عنده اه ايوة. يدمي نفسه هذا غير توهم المرض - [00:09:29](#)

يريد ان يمارس يلعب دور المريض طيب لاي سبب اما النزعة داخلية الاهتمام غير يريد ان يلعب دور المريض. ويريد ان يبقى في المستشفيات يحدث المرء ممكن زي ما قلتي يفتح الجرحه - [00:09:49](#)

ممكن يشرب شئ يسبب او يمنع شئ يسبب مرض ليحدث ماذا اخطر؟ آآ في ايضا اللي هو اللي هو الاضطراب بالإجابة. اللي هو يحدث المرض لطفله طفلها آآ مش المستشفى برضه عشان هي اللي هتتنوم مع الطفل. مم. وهذي مشكلة اكبر - [00:10:07](#)

لكن اه توهم المرض ابسط منه خوف من المرض لا لسبب اخر. وهذا يفرق ايضا بين اه واحد ثاني بيراجعه المستشفى اه هي اضطرابات كثيرة سموها النفسية الجسدية لانه عنده مثلا اه الام في الظهر - [00:10:32](#)

عنده الام فعلا يحس بالام لكنها سببها قلق. مم. وسببها الاكتئاب اعراض جسدية لمرض عضوي عنده قلق او اكتئاب فزاد عنده الام الظهر او سبب احساس بدع. او مثلا فيما يسمى اضطراب - [00:10:51](#)

مش نفسه هو نفسه يعني غير توهم المرض لا مش اه هو امراض نفسية اه امراض جسدية سببها نفسي راديو زيزا بنفسه عدة اشكال. هم. منها اه جسدنا بمعنى انه - [00:11:07](#)

مثلا يقول واحد عنده قلق او كتاب يجي بالـ لكن في واحد مشكلة التعريب جسدية الشكل زي الشكل اللي هي مثلا يكون عنده اه عرض هنا وعرض هنا وعرض هنا - [00:11:28](#)

وما في كتاب ولا قلق عدة اعراض في اجهزة مختلفة. لكن ما في اكتئاب ولا قلق طيب المسبب نفسي بمعنى انه مثلا موضوع

مختلف يعني مثلا يجيك واحد التراب في اعراض متعددة وفي اضطراب الالم الجسدي. الم - [00:11:46](#)

فتاة بالـ في اليد اليد وهي مش من اعراض الشائعة ان يكون في الم في ظاهر الايد من غير اصابة ولا جرح ولا شئ لكنها تتألم بشدة ولا عندها اي اعراض نفسية اخرى - [00:12:09](#)

ولا هي يعني سابق شخصت بشئ وفحوصاتها سليمة اشعة سليمة بالضبط يعني حتى طبيب الباطنية تابع معاه لانها شخصت بسكر

قريب فكر في اشياء لها علاقة بالسكر فكر في الاعصاب فكر سوي دراسة اعصاب كذا هذي كلها سليمة - [00:12:25](#)

آآ في النهاية استشاري الطبيب النفسي شفقتها يعني العوامل النفسية كانت تشير الى انه في اه في مؤشرات الاضطراب اضطراب الالم الجسدي الم الشكل النهاية منشأ نفسي كان في اشياء محيطة تزامن مع تشخيص السكر وهي لا زالت فتاة ما ما تزوجت وكذا يعني في اشياء معينة المهم آآ - [00:12:46](#)

رجحت اعطاءها دواء نفسي تحسنت كانت يوميا تصرخ من الم ما تهدأ الا بآبرة مهدئة. مهم. اخذت ادوية نفسية فانتهى الالم هذا

يصنف اشياء هذي كلها تسمى اضطرابات النفسية الجسدية. هم - [00:13:14](#)

الالم الجسدي النفسي الاضطراب الجسدي الشكل هي من اعراض من اجهزة مختلفة. اضطراب توهم المرض انه عان الان اه مجموعة حقيقة ربما التفاصيل الداخلية تحتاج عدة حلقات. لا بس هذا علاجها من مضادات الاكتئاب ولا مضادات الذهان؟ هذي كلها من اه من

قائمة الامراض العصبية اللي ما لها علاقة - [00:13:34](#)

الا اذا كان اه اللي هو براءة ضلالي انه عنده التشخيص الفلاني. ايه هذا دهني. ايوه. ولاحظ الدهاني ذاك بيتكلم عن تشخيص عندي

سرطان مثانة عندي مرض مثانة فقط انتهى على قوله هذا خايف انه يكون عندي كذا هل انا عندي كذا او عندي كذا توه من مرض

يقول لك هل انا عندي مثلا هل يمكن - [00:14:01](#)

عندي مرض في القلب بعد شهر ممكن يكون الموضوع هل يمكن يكون عندي سرطان في العظام الفكرة هي مجرد تخوف اكثر من

كونها اعتقاد جازم اعراضه يا دكتور؟ الاعراض هي الشكوى المرضية - [00:14:23](#)

التخوف تضخيم هو تضخيم العرض زي ما قلنا حبة او احمرار او كذا هل يمكن الاكثر من القراءة سواء المراجع الطبية او يعني اذا

وجد او المواقع الطبية وكذا السؤال - [00:14:43](#)

آآ التنقل هل ممكن يكون عرض؟ اللي هو مرة هنا مرة راسه مرة رجله مو بزي هذا مثانة بس. بالزبط ممكن يكون كل مرة معاه مرض

مرض معين كثار من مراجعة الاطباء وتغيير الطبيب احيانا اعمال التحاليل بما يؤثر على الوظيفة - [00:15:03](#)

الشخصية سواء اه عمله او وظيفته الاجتماعية او نحو ذلك. يعني بدأ يعيق حياته. بالضبط. وبدأ هو يتركز حول هذا لهذه التوهومات. بالضبط ما هو مريض كل يوم مثلا ماخذ اذن او اجازة مرضية عشان يراجع عشان يتحريش مكان فلان يضيع ماله ويضيع جهده وكذا طيب هل نطاوعه في قضية - [00:15:23](#)

اه اذا طلب عمل تحاليل انا عندي مريض مثلا او قريب او صديق او كذا ابن زوج زوجة نطاوعه تحليل كل شوي تحليل بعدين بقينا لعلاج تعامل الاسرة لكن الاصل انه لا - [00:15:48](#)

آآ كل ما يطلب آآ سوي لي تحاليل لا اها كذا انا سويت يعني انا ما ما عالجتة ولا الهدف انه يتوقف عن هذه العملية لكن كيف احلها لازم يكون ضد برنامج العلاج - [00:16:03](#)

يعني لست او الطب ليس مع الاسترسال مع طلباته. اكيد هذا يزيد التوهم وهذا بالضبط وفي النهاية نفس اذا تركته هو حيسوي التحاليل يعني كانك انت ما سويت شيء انت ما عالجت انت مشيت معاه في اراد يعني طيب شو الفرق بينه وبين - [00:16:16](#) بس عشان نوضحها الان بشكل اوضح بينه وبين الاضطراب الظلالي وبينه وبين التمارض. بينه وبين اضطراب الضلالي اللي هو فكرة ثابتة الطلالة ثابتة هذا ما عنده ضلالة جازمة هذا الجازم وهذا ما عنده ضلالة ما عنده اعتقاد معين ابدأ عنده خوف من من مرض من الامراض يعني احنا احيانا يهنا يهدأ - [00:16:37](#)

بعدين ترجع ثاني له. ارجع وممكن ترجع شيء مختلف. ايه في جزء اخر. بالضبط. طيب والتمارض؟ التمارض رجل كذاب هذا كذاب وعارف نفسه كذاب يعلم انه يكذب يعني يبغى يجذب انتباه مثلا او يعني في الغالب مثلا واحد عنده اختبار يطلع كذا يسوي نفسه مريض عشان ياخذ - [00:16:57](#)

شهادة مرضية او كذا عشان ما او عشان يغيب من العمل او كذا لسبب يعني التمارض كذب. وهو يعلم انه يكذب. هم. ولذلك التمارض ادعاء المرض. ادعاء المرض ليس مرضا. هم - [00:17:18](#)

نفسية هو شيء مخالفة نظامية نسميها اه سوء سلوك لكن ليس مرضا نفسيا ادعاء المرض التحاليل على لكن توهم المرض هو مرض وهما مرض مرض ولذلك يمكن ان يسمى مرض توهم المرض - [00:17:33](#)

فهذا هو الفرق. منتشر يا دكتور بحكم تجربتك. اه هو منتشر منتشر. في دراسات كثيرة لكنها مختلفة في تحديد النسبة حسب اه ظروف الدراسة وعلى اي شريحة من الناس اجريت. ففي دراسات طلعت واحد في المئة. دراسات طلعت الى عشرة في المئة -

[00:17:54](#)

المجتمع. اه فرق كبير لكن ايه في النهاية لو اخذت الوسط خمسة في المئة فهي ليست قليلة. كثير ايضا. ايه بالضبط. مر عليك حالات كذا لا تنساها في حالات كثيرة طبعا - [00:18:12](#)

لكن اذكر حالة منها مثلا آآ اه واحد اه مهندس في شركة كبيرة من كبريات الشركات في بلدي ما ومنصب فيها كبير اه حس بخفقان. من الطبيعي انه يكون في احيانا ضربات قلب او خفقان. يعني من حين الى اخر خاصة الانسان اذا كان في لحظة استرخاء او كذا سمع - [00:18:24](#)

قد يسمع او يحس خاف يقول انا خفت انه يكون عندي مشكلة في القلب تراجع طبيب طبيب شاف ما في شي واضح لكن من واجبه انه يقوم بما يلزم يعني طلب اه يعني تخطيط القلب - [00:18:51](#)

تخطيط كان طبيعي فطمأنوا انه والله يا اخي يمكن ارهاق او حاجة خلاص اطمئن في البداية بعد فترة رجع ربما حسب خفقان مرة او شيء او فرجع يطلب تحاليل مرة ثانية - [00:19:10](#)

عمل قرابة عشرة رسم يعني تخطيط المخ القلب عفوا حوالي عشر مرات وآآ عدة مرات ستة او كذا موجات صوتية للقلب مقابل يعني ايضا عشرات المرات مقابلات الاطباء وطبعا اه يقابل اطباء كبار يعني - [00:19:27](#)

بغير الطبيب يعني لو رجع نفس الطبيب ما حييعد له التحرير. مم. حييعد له يشوف واحد ثاني كل مرة بيغير فبالتالي بيعيد ويحكي له عن السابق المهم النتيجة انه طبعا اه ضيع وقت ضيع مال لانه كان بيدفع من جيبه كان كذا لانه في باله ان صحته اهم مم الصحة

اهم - 00:19:49

حصل لي ادفع اسوي المهم في النهاية انه جا اه يبدو انه اه نصح من قبل الطبيب انه راجع طبيب نفسي اه شفته. فاذا به هو توهم المرض. يعني الرجل فقط - 00:20:10

بتخوف يعني وليس يعني هاي موضوع ضلالة. ربما لو تركته بعد فترة فاحس بالم في ظهره يخاف انه لا يمكن عندي سرطان اسفل العمود الفقري مثلا كذا العظام وهكذا هذي وحدة من من حالات كثيرة منهم بتكلم عن المعدة ومنهم - 00:20:22
السحر يعني احيانا يكون في توهمات سحر اه هو فعلا اذا وهو ما صنف مراجعة الطب النفسي انه اه توهم السحر انه توهم المرض. لكن لا يبعد باعتبار انه في ذهنه ان هو آآ سحر مسبب للمرض او السحر نفسه مرض. نعم. آآ فهذا ممكن جدا يكون من نفس القبيل. اذا - 00:20:44

انجاز به فهي طرب جازم به طبعا احنا الضلالة يشترط فيها انها ما تكون متماشية مع الخلفية الثقافية مم. في مجتمع يكثر فيه الكلام عن السحر. انا مش اتكلم عن مجتمع - 00:21:11

مع دولة لا في داخل في داخل كل بلد في مجتمعات معينة مجتمع نسائي مجتمع كذا مجتمع قد يكون في تركيز على اشياء معينة اسرة معينة تتكلم بكثرة عندها مصاب او تعتقد ان عندها مصاب سابقا ايوة فهذا ما يوصل مرحلة الضلالة مم لكن لو كان - 00:21:25

اه من غير مبررات او من غير اسباب وكذا وجزم فيها فهي ضلالة. فهي المسألة تحتاج الى تقييم كل حالة بمفردها. لكن تحتل تكون ضلالة في بعض الاحيان قد تكون توهم مرضي في بعض الاحيان. طيب هذا التوهم المرضي يا دكتور - 00:21:45
لو فعلا في احد من افراد الاسرة اصيب بمرض فهو توهم بناء على التاريخ المرضي للأسرة مثلا اه متى نقول لا هذا اضطراب شك وبدا يحلل وكل فترة صار يحلل وكل فترة صار يحلل. لان فلان قريبه حل مرة مرتين وصار سليم في الاخير طلع فيه - 00:22:03
اقصد انه احيانا الانسان يكون خوفه مبني على مسوغات منطقية. هل هذا يعتبر اضطراب؟ ايوه. ما ذكرته هو معدود من اسباب اضطراب توهم المرض اما انه هو نفسه اصيب بمرض اه شديد او احد افراد الاسرة. هم. فيخاف ان - 00:22:27
يصاب لكن ما يفرق بين الحالة المرضية ما يعد في الحدود الطبيعية ما هو لاي درجة اثرت هذه الاشياء على حياته تطلب التحاليل ومراجعة اطباء والانشغال بالفكرة والخوف لاي درجة اثرت على حياته - 00:22:47
الان قد انشغل انا بشيء ببحث شغل لكن لا يؤثر سلبي على حياتي. بالعكس يزيد لكن لما انشغل بهذا الامر بصورة معيقة اجازات اه تعطيل سفر السفر صرف واعادة خير هو تحليل واحد كفاية. مم. احيانا اكل ادوية كثيرة من هنا ومن هنا ويروح لدكتور هذا ياخذ منه دوا وهذا - 00:23:07

هذا دوا بالضبط الادوية نفسها لها اثار جانبية الان شوف سبحان الله الصحة الطبية انك اذا انت كم كنت محتاج فعلا للدواء خلاص يعني يعني لا ينظر الى انه والله في احتمال ضعيف لن يكون في اثر جانبي - 00:23:35
لكن لو لم تكن محتاجا للدواء غير اخلاقي ان يوصف لك دواء. فانت في غنى عن هذا العرض الاعراض الجانبية. حتى لو كان واحد في المئة. هم وبالعكس يعني يعتبر شيء غير اخلاقي من الطبيب نفسه انه يوصف لك دواء - 00:23:50
اذا لم تكن محتاجا اليه آآ فهذه اذا حصلت بقدر مؤثر في حياة الانسان سلبي فهذا مرض طيب المسبب عادة يعني هل هو خلل وبين بالضبط؟ آآ هو طبعا كما ذكرنا في كل الاعراض كل الامراض النفسية هنا جانب وراثي جانب كيميائي - 00:24:08
هنا في اشياء معينة تزيد من احتمالية حدوث توهم المرض اه اللي هي واحد اه تاريخ مرضي للشخص نفسه. هم. خاصة فترة الطفولة وخاصة لو كان مرض اه شديد يعني - 00:24:29

الشيء الثاني تاريخ اه مرض شديد لاحد الوالدين جسدي اه الشيء الثالث الاساءة او الاعتداء على الاطفال؟ لا اعتراء معليش اسف. رقم اثنين انت ما تتكلم عن الوراثة. لا انت تتكلم عن - 00:24:41
النشاف احد الوالدين مريض. بالضبط. مريض منوم فرضا. هم. سرطان. وعاش المعاناة. المعاناة يعني هو بالنسبة لهم على نفسية

واجتماعية وشاف معاناة المريض نفسه الجسدية. مم. وقد يكون شاف حتى - [00:24:56](#)

اهتمام الناس ربما وان كان موضوع الاهتمام ليس هو محور تفكير تركيز المرض. هم. بحلول خوف اكثر. الخلاص من هذا المرض هذا يزيد من احتمالية تعرضه تخوفه احيانا حتى البداية - [00:25:16](#)

شاف شاف اه وحدة شافت صديقتها عندها التحاليل بالصدفة اتضح عندها مثلا سكر خلاص اه يمكن عندي سكر رح تحلل. مم حلت نتيجة عادية طبيعية ممكن ترتاح ابو عادل يا اخي يمكن المعمل دا ما هو. مم - [00:25:34](#)

يعني تعبان سريعة خلينا نشوف واحد ثاني احتمال تعيد التحية مرتين كذا. خاصة اذا سمعت سوا ليف عن اخطاء التحليل. ايوة. وخلاص. بالضبط. هم. فعندنا حاجتين اما ان يكون هو اصيب بمرض. نعم - [00:25:56](#)

فبدأ يخاف انه يصاب مرة اخرى او شاف آا احد اقرأ اقاربه ومن يحبهم اصيب بمرض وعاش المعاناة معه عاشها نفسيا بالضبط الاطفال والاعتداء على الاطفال. يعني نفس المريض في فترة الطفولة تم الاعتداء عليه. مجلسيا او نفسيا اساءة نفسية. مم -

[00:26:10](#)

نفسي قوي. هذا ايضا يزيد من احتمالية هي دراسات اجريت فوجدنا مرتبطة. او انها تزيد من احتمالية توهم ومرض لاحقا اه ايضا يقول لك اه دور الطمأنة يعني مثلا اه حس باعراض - [00:26:31](#)

سوى التحليل طلع طبيعي طمأنه الدكتور ارتاح اها ارتياح الناتج من الطمأنة من قبل الطبيب. احيانا يكون اه حافز لرجوع الدائرة من الاول هذا كويس ولا مو كويس؟ لا مو كويس يعني انا الان ليش انا ساندمن على بعض المخدرات؟ اه ارتاح في لحظة ما في لحظة -

[00:26:50](#)

ارتياح. لحظة ارتياح هذي اه ايوا. خليني اشوف اسوي تحليل ثاني وامشي الاخرة ثاني. عجيب. بعظ الناس كذا يعني. تستحث دائرة من طلبة يعني سبحان الله نفس معقدة بصورة عجيبة - [00:27:17](#)

يعني تطمنوا مشكلة ما تخوفوا مشكلة. لا اله الا الله. فهذه يمكن تكون من يعني من الاسباب. احيانا اه يكون اصلا المريض عنده قلق يعني هو اصلا ما يكثر توهم المرض الا لشخصيات قلقة اصلا. يعني خلفية القلق هي سبب من اسباب توهم المرض - [00:27:34](#)

لانه قلق الخوف هي منظومة ليش ما صنف مع اضطراب القلق بصفة عامة اضطرابات عصابية يعني مجموعة القلق لكن يعني توصيف التقسيم الدقيق للقلق المعمم وكذا وكذا لا هو ليس جزء منه. ليس من خاص بالمرض - [00:27:54](#)

اه وان كان يعني ما يعني مسألة اصطلاحية. هم. وقريب الشبه منها جدا. بل آا الدراسات تتكلم عن انه اللي عندهم توهم المرض اكثر من خمسين في المئة منهم هم في نفس الوقت عندهم اضطراب القلق العام او المعمم. هم. مستوفين شروط التشخيصية حقهم

خمس في المئة. هم. لانه شخصية قلقة - [00:28:15](#)

اصلا يعني اللي عنده قلق اضطراب قلق او سمات قلق في الشخصية في الغالب انها موجودة اه برضو وجد انه يعني يعني له تعلق معظم الامراض العصابية الوسواس اكتئاب الهلع - [00:28:41](#)

الهلع مرتبط مع مع مع توهم المرض بشدة. ايهم الذي آا يحدث الاخر اه هي طبعا الدراسات بتتكلّم عن ارتباط يعني وجدوا في لحظة دراسة مستعرضة يعني قطاعية ما يسموهاش المقطعية - [00:29:03](#)

وجد عند المرضى هذا وهذا السبب ايهمما احدث الاخر قد يكون هذا وقد يكون يعني تخيل واحد انسان عنده اضطراب هلع متكرر. فبدأ يتوهم ان عنده مشكلة في القلب. بالضبط. او العكس. يعني هو اذا جاك اذا جاءك الانسان مثلا تربى نوبة هلع - [00:29:21](#)

طبيعي انه حيدور على قلب يفتش ويصور ويروح من مكان لمكان فيدخل في دوامة التوهم المرأة توهم المرأة او العكس يكون عنده توهم المرض فيبدأ يخاف لكن الغالب الاول ليه؟ لانه لو بدأت لو بدأ توهم المرض في الاول - [00:29:41](#)

فيكون كأنما هذا هو الاساس ياخذ التشخيص لكن في النهاية هي اشياء متقاربة. وحتى لما تجي العلاج تلقى انه العلاج ايضا متقارب فما حيفرق كثير. الاكتئاب له علاقة؟ الاكتئاب له علاقة - [00:30:01](#)

علاقة يعني اه كسبب وكنتييجة يعني ممكن يكون عنده اكتئاب فيزيد من احتمالية توهم المرض انه اصلا اصلا اه تعبان. هم. يعني

هش بالظبط. ومزاجه اه نازل وكذا سهل جدا انه يتعامل يفكر في المرض - 00:30:19

اه بل حتى مريض الاكتئاب نفسه طبعا بيحس بضعف جسدي اعراض جسدية ربما يبحث لها عن سبب ويكون السبب في النهاية اكتئاب. ايضا هناك تداخل تداخل بين الاعراض الجسدية في الاكتئاب وبين توهم المرض. لو ترك يا دكتور ما - 00:30:45
لو ترك طبعا اه بالتأكيد اه اه يؤثر عليه كثرة المراجعات. هم. الاجازات المرضية اه اه تناول ادوية غير داعي واثارها الجانبية. اذا كان يدفع من جيبه فهو تأكيد يتأثر - 00:31:08

لكن شي على على مستوى الجسد. هل ممكن مثلا يصير عنده اه خل نقول اه يولد عنده قلق؟ هل ممكن يولد عنده اه قرحة في المعدة قولون اه هل ممكن يعني سمعنا مثلا بعض الناس انه اه بعد ازمة - 00:31:29

نفسية جاه ربو هل هذا له علاقة يعني سبحان الله كلها مترابطة. يعني اه زي ما ذكرنا علاقة القلق باضطراب التوهم والمرض. هم. يعني اه ما سبب او نتيجة. فاذا كان اه خاصة لو دايم في باله المرض - 00:31:49

ما وجد اه ما وجد اثبات الخوف المتكرر والمتزايد يعني ممكن يقود الى ما هو اشد تدري ليش يا دكتور هالكلام؟ يمكن في واحد يقول انا عندي اصلا تأمين زين - 00:32:11

وكل اسبوعين ارواح اسوي لي تحليل فممكن يسمعنا ويقول اصلا ميب خساير هذي. اللي انا قاعد الدكتور اللي قاعد يقولها انا بالنسبة لي آآ ما اشوف انها مشكلة نعم ولذلك هل هناك يعني شيء ينعكس على ذاته؟ يعني هل ممكن الذي يتوهم المرض يمرض - 00:32:27
آآ كأنك تشير فتمرض مثلا لأ هو شف آآ من ناحية الاثر عليه نعم فيه اثار وغير زي ما قلنا اضاعة الوقت واهدار الكذا وتناول ادوية من غير داعي التعرض للاشعة مثلا. يا سلام - 00:32:49

كثرة التعرض بالتأكد ضرر الوخز بالابر التحاليل. في النهاية كلها تدخلات من غير داعي. بعد كذا مسألة الانشغال الدائم انت اشرت قبل شوي لموضوع يعني زيادة مستوى القلق ان الانسان بيزيد افراز الحامض المعدي. هم - 00:33:07

اي قلق ممكن يزيد افراز الحامض والمعدي بعد شوية يحدث تسلخات او التهابات في جدار الامعاء او المريء ويحدث قرح مثلا طيب اه القولون برضو ذكرت القولون عنده ارتباط كبير جدا. هو القولون سبحان الله يعني تدخل تحته كمية من السيناريوهات النفسية - 00:33:30

اه ممكن يكون اصلا المريض ما عنده الا توهم المرض. القولون شماعة جاهزة طيب انا عندي القولون اصلا. او آآ المريض عنده قلق ويؤثر على الجهاز الهضمي اي قلق ممكن يآثر على الجهاز الهضمي فيحس انه والله يا اخي انا يعني يقول عندي قولون في النهاية - 00:33:50

اه حتى الناس ما غير مدركين لما يقول لك القولون هو القولون العصبي كلمة عصب وهي تحط هي اصلا يسموها نوع من يحسوها الاحشاء الحساسة القولون سليم المشكلة في العصبي هذا - 00:34:11

استثارة الاعصاب القصد انه توهم المرض كجزء من القلق كل مضاعفات القلق آآ قد تحدث ثم كلامه عن انه انا ما خسرت شيء عندي تأمين. يعني قول حتى لو خليك من التامن حتى لو كنت تتعالج على الدولة. في النهاية هذه موارد تهدر - 00:34:26

يعني اتكلم عن انظمة صحية اتكلم عن رؤيا شاملة لمجتمع ما. بالتأكد يضرها ان تهدر الموارد. بهذه الطريقة. بهذه الطريقة. هذه التحاليل هناك من هو اولى بها كذلك الادوية تخيل معاي ما اتكلم عن تحاليل ابو مئة ومئتين ريال وكذا اتكلم عن ابو الف والفين - 00:34:47

يعني اكثر من ذلك الهرمونات اه وخاصة لما تكون متكررة اه بالتأكد الامر ما وفي ناس يعني يصل عندهم الموضوع اللي انشغال انشغالي يعيق عمله اترك شغله كل يوم في مكان - 00:35:10

بالتأكد لها مضاعفات. العلاج يا دكتور اه دوائي وغير دوائي. نعم. اه الدوائي هي الادوية اللي ترفع يعني اقول يعني اه الذي اخترع هذا الدواء وهذه مجموعة من الادوية اكتشفها يعني - 00:35:30

آآ اسدى للبشرية خيرا عظيما لانها شوف سبحان الله قائمة طويلة من الامراض تعالج هذه المجموعة آآ الشيء الثاني طبعا هي ادوية

تعطى لفترة فتقلل القلق بصفة عامة وتقلل التخوف من المرض - 00:35:49

غير الدوائي اه يكون اه الشرح بمعنى ان انا استمع للمتخوف من المرض. انا كطبيب حتى لو لم اكن طبيباً نفسياً استمع للشكوى. اه
للاخر لانه اه مجرد الحديث مجرد الحديث يخف. ولو انا اه قلت له خلاص انا عارف خذ الوصفة كما يصنع بعض - 00:36:04

يعني اه هداهم الله وهم قلة ان شاء الله انه اه يعني خلاص انا عشت انه هذا ما اما انه موضوع بسيط او كذا فامشي به باي حاجة
المريض بكون حاس انه ما كمل الكلام ربما لو اكملت الشكوى لعرف فدخل في توهم اخر سبحانه - 00:36:33

يعني اشوف غيره فما استفاد من هذا الطبيب شيء؟ بل حتى ممكن التحليل اللي طلبه يعمل ويعيده في مكان ثاني فلا بد من الشكوى
الى اخرها اه عشان بعدين لما اطمئن المريض انا طمأنت بناء على انا فهمت كلامك. مم. اي طمأنة لا تبني على فهم كامل للكلام ليس
لها قيمة. ما ما يطمئن اصلا - 00:36:54

ما سمعنا هذا الدكتور انا ما كملت الشكوى وهو خلص الوصفة حقته او خلص التحاليل كتب التحاليل فما غير غير مفيد ويمكن هذا
ربما يكون اه مبرر لبعض الناس اللي يعيد المقابلة بتحاليه. لان الطبيب الاول ما ما احسن عمله ربما - 00:37:19

فلا بد من التوصية على هذا والتأكيد عليه. الشيء الثاني اه اذا جاءت النتيجة السلبية اللي هي كويسة يعني طبيعية اشرحها للمريض.
يا اخي شوف هذي هرمونات الغدة الدرقية. واحد اثنين ثلاثة - 00:37:39

هذا في في الحالة الطبيعية يكون من كذا الى كذا مم الرقم كده لكده فانت تحليلك طلع كذا زي الحصان ما فيك شي بالزبط يعني انا
يعني يعني اوريه اشركه في ليش انا - 00:37:56

طبيعيين اشوف الارقام. الطبيعى من كذا الى كذا. مثلاً من اثنين الى خمسة انت عندك ثلاثة يعني كويس فالفهم هو ما عنده مشكلة
في فهم ولا عنده مشكلة في في ظلاله عشان انا ما يفيد الكلام لا لا هو يفهم زيه زي اي انسان عادي لكن هو المشكلة عنده خوف. هم -

00:38:11

فلما افهموا بوضوح كذا انا قللت الخوف هذي حاجة الحاجة الثانية اه اشرح اه يعني اشرح له انه في ناس عندهم خوف زايد وكذا
يعني اه ما نحن نخفي عليه انه انت عندك خوف زايد وكذا ينبغي انك تتجاهل وكذا وتأتي هنا الى هذه المرحلة - 00:38:33

الطبيب العام مفروض يسويه او تخصصات اخرى. تجي بعد كذا مرحلة الطبيب مرحلة المعالج النفسي اللي هو كيف يتعامل مع
مريض التوهم والمرض؟ يعامل بمسألة اه اللي هي مقاومة الرغبة في عمل التحاليل. اها. اللي هي يشابه ما يسمى في في علاج

الوسواس القهري بالتعريض ومنع الاستجابة - 00:38:57

هنا اصلا هو بيتعرض للمخاوف انه والله خايف انه يكون عندي مثلاً اه مشكلة في القلب لانه عندي سمعت حسيت بضربات اتفق مع
انه حتقاوم يقاوم الرغبة في عمل التحاليل - 00:39:24

وعمل الصور مقاومة. كيف مثلاً تأخيره الى كذا يوم يعني كذا. يعني هي هي مجرد اليات هدفها هي مقاومة او اخير استجابة. الحاجة
الثانية اه قطع التفكير احياناً يساعد في انه يا اخي انا سلسلة التفكير في المرض يا اخي اشغل نفسي بشيء اخر او كذا برضو تدريب

- 00:39:40

في قطع سلسلة الافكار المؤدية للتحليل فيما يسمى في العلاج السلوكي المعرفي طبعا هو شيء كبير يفصل يفصله المعالج النفسي
على حسب مشكلة اه المريض يعني تجد في الوسواس القهري سلوكي معرفي - 00:40:04

جيت في اه الاكتئاب سلوكي معرفي لكن يفصل على حسب مشكلة عند المريض. احياناً اه يصلح معه اه مسألة انه ينفع انه يعني اه
يحدد له اه طبيب اراجع به بصورة يعني يعني ينصح بانه ما يغير الاطباء. ينصحه ينصحه. وعنده رغبة في التغيير يعني. ايوة. هم.

ينصح انه ما يغير الاطباء. لانه الطبيب - 00:40:24

اول عارف مشكلته ما يبدا معه من الصفر ما يبدا من الصفر خلاص انت منا عارف انه يا اخي انت سوي يعني طعمه حيواجهه

بالصورة لكن عارف انه هذا المريض سبق - 00:40:58

من اجري تخطيط القلب عدة مرات. هم. ما راح يطلب مرة ثانية التثبيت الطبيب قدر الامكان وهذا بالمناسبة مناسب في الانظمة

الصحية المتطورة. يعني مثلا نظام طبيب الاسرة. طبيب الاسرة او حتى دكتور - 00:41:10

النظام المؤتمت يعني لما يجيني المريض في اي مكان ادخل القى سجله الطبي كامل واعرف عنه كل آ كل شي يعني اه هذا بيفيد

ايضا. اكيد اكيد. هم. والحمد لله البلد الان ماشية على هذا الاتجاه بصورة جيدة - 00:41:25

آ بالتاكيد ما حيعيد ويعيد لانه عارف السابق فيتعامل معه من هنا وماشي يعني فيستطيع ان اه يعني يقلل من اه من المضاعفات.

استسخاف اه ادعاءاته. يعني احنا كاسرة يا ابن حمى فيك الا العافية انت خراط احمد ريك شف كذا شف كذا - 00:41:42

لا تتفاول على نفسك لا مدري ايش هل هذا يعني في صالحه؟ هذا يعني في العلاج ولا هذا لا يزيد غربة ومعاونة هو ما في كل العافية

كويسة. لكن الاستسخاف لا. مم. يعني بمعنى انه الطمأنة للاستسخاف. مم. اه الاهم - 00:42:04

اللي هو مسألة انه تعامل الاسرة معه. اهم حاجة انه انا اقدر شكواه قدرها واهتم بها واسمعها كاسرة. هم. لانه هذي اول خطوات يعني

يأمن لك ويطمئن لكلامك بعدين اذا قدمت نصيحة ممكن يقبلها. لكن انت ما سمعته اصلا كاخوه او كزوجها هي التي تشتكي -

00:42:24

مثلا او الابن مثلا مع ابو انت ما سمعت ما راح اقبل منك النصيحة اه الاهتمام والتقدير يعني اشعاره بان باننا معاك واننا مهتمين

بموضوعك اه وكوننا ما اه ما استجبنا لك في طلب التحليل ليس اه يعني اه استسخافا او ليس استهانة هم بمخاوفك - 00:42:49

لكن ليس هذا الذي يفيدك. يفيدك انك تقطع المخاوف او تتجاهل بعض المخاوف او تؤخر التحليل او كذا ومسألة انه يكون من

الاشياء اللي تنصح بها الاسرة انه يكون عنده زيارة دورية - 00:43:18

طبيبه الاسرة هذا اللي هو الطبيب مثلا المقيم او في المركز الصحي القريب. القريب من البيت صح القريب. زيارة ثابتة مثلا مرة في

الشهر سواء شكى او ما شكى. مثلا ممكن تكون مناسبة - 00:43:35

ممتاز دائما الشكوى حلوة هذي مع معليش سامحني حلوة مع الفكرة الاولى حقت تأخير الاستجابة نقولو شي فقاوم قاوم نتا عندك

موعد اخر الشهر. قاوم قاوم عندك اخر موعد كذا. بالضبط. بالضبط مناسبة جدا يعني - 00:43:50

فلما نيجي في الموعد ايش حيسوي الطبيب؟ حيسمع الشكوى هنا قسمة منهم خلاص ثم يطمئن يطمئنه يجري فحص جسدي كشف

جسدي طيب قد اذا كان آ يعني كبير السن او قد آ على الاقل آ تحاليل الروتينية. هم - 00:44:07

الاولية يعيدها آ ولو لم يكن كل مقابلة على حسب ما يقدر بمعنى انه ماذا لو اصيب هذا الشخص بمرض فعلا؟ فعلي واحنا قاعدين

نتجاهل يعني اه هذا شخص كغيره من الناس يمكن ان يصاب باي مرض الذي يشتكي منه او بغيره. فاذا جاك والله خير انا ما عندي

مشكلة كذا ذي. طيب يمكن - 00:44:32

هذي المرة فعلا عنده مرض فمجرد الكشف الجسدي الفحص الجسدي او الكشف الجسدي زائد اتحاد روتيني تعطي فكرة عن ماذا لدى

المريض مثلا قياس العلامات الحيوية ليه؟ لانه عندما تنتهي شكوى المريض في مرحلة العلاج مرحلة الرعاية الصحية الاولى -

00:44:54

ما في مشكلة المشكلة انه يعني يمشي المرحلة الثانية اللي هي مراحل المستشفيات الثانوية المستوى الثالث او كذا هذه هي التي اه

اه تضيع الوقت وكذا والموارد وتشغل حنتكلم الان على بشكل كامل يعني شكل نظرة شمولية طبيعي كل شهر في نفس المستوصف

اللي في الحي - 00:45:15

يعني تعتبر مقبولة بالضبط لانه ممكن يمكن ان يحس واحيانا كبار السن يعني ذكرته عرضا اه كبار السن اصلا يحتاج انه يعني

فحوصات دورية. فحوصات دورية قياس الضغط. هم. السكر. يعني مش كبار السن. خل نقول بالوسط اللي عمره ما افوق يعني عشان

ما ايه - 00:45:38

الله يفتح عليك يا دكتور. وعليك وبارك الله فيك. شكرا اه حلقة مثرية. ثرية كعادتك. الله يجزيك خير بارك الله فيك. الله يشفيك

المريض بارك الله - 00:46:03