

# مرض ثنائي القطب | مع د. أنس ابن عوف و ياسر الحزيمي | الحلقة (٢) | وفي أنفسكم

ياسر الحزيمي

طبعا درجتين. درجة زيادة تقدير الذات انه يحس بالاهمية لاحظ العكس الاكتئاب. عكس الاكتئاب انخفاض في تقدير الذات. ايوة. تبرع بالمحل حقه بكل البضاعة لواحد من اصحابه كاملة فجأة اصلا ما عنده غيره مصدر دخله زي عياله - 00:00:00  
كاملا كثرة الحركة لاحظ حاسس بانه عنده طاقة قلة نوم قلة نوم وطاقة وحركة وحركة يجهد الى ان يسقط مرة واحدة انت ذكرت الحلقة الماضية ادوية للاكتئاب لو جاك مريض ثنائي قطب عنده نوبة اكتئاب - 00:00:17  
نفس العلاج اه في سؤال ذكي فعلا. شكرا. بواذر النوبة بداياته تظهر نوبة كاملة. يسيطر عليها قبل ان تسيطر عليه. بالظبط بسم الله الرحمان الرحيم والصلاة والسلام على رسول الله محمد ابن عبد الله حياك الله دكتور انس مرة اخرى في آآ برنامج بودكاست آآ وفي أنفسكم - 00:00:37  
الله يحييك بارك الله فيك وجزاك الله خير على الاستضافة. الله يعطيك العافية. اليوم راح نتكلم عن اه امتداد للحلقة السابقة كنا تحدثنا عن الاكتئاب اليوم خبرنا ندخل الى اه موضوع اخر اه موضوع ثنائي القطب - 00:01:05  
التراب اللي اه يتأرجح فيه الانسان بين اه فرح وفرح طيب اه مرض الثنايا القطب هو واحد من اضطرابات المزاجية او الوجدانية وجدان او مزاج او المشاعر هي منطقة من المناطق التي - 00:01:22  
اه تحتوي على بعض الاعراض المرضية النفسية واه تصنف باعتبار انه هذي يعني هذي الاعراض هي اهم ما يميز هذا المرض. يعني اضطرابات المزاجية اهم اعراضي هي اعراض انزاجية الاكتئاب اه اضطراب اه - 00:01:46  
اخرى طيب اضطراب السماء القطبي يتميز بنوبات من ارتفاع المزاج المبرر. هذا القطب الاول. نعم. اقصى اه نقول اليمين اقصى اليمين ممكن ما هي اصطلاحات لكن العادة ترسم فوق وتحت فوق وتحت اقطاب اه ايوة جميل فممكن نقول اعلى شي اعلى شي هذا مرحلة شدة الفراغ - 00:02:06  
هوس اللي هي تسمى النوبة الهوسية. ايوة احيانا كلمة هوس. ايه. مزعجة شوية. ايه هوس. هوس كانما فيها نوع من التنقص. احيانا يسموها الزهو برضو اه لكن في النهاية اصطلاح - 00:02:34  
ارتفاع المزاج او سميها فهذي هذي نوبة اه فيها ارتفاع. وطبعا ارتفاع المزاج هو شيء مفترض ما يكون شيء سلبي طيب مبسوط. مبسوط. طائر في الهواء. بالزبط. يعني واحد يعني تحس ان هو مبسوط وسعيد وكذا لكن - 00:02:50  
الفكرة في انه هو اه غير متناسب مع الموقف. ما في سبب يعني تخيل واحد سعيد ويضحك سعيد يعني اه احنا بنقول اه يعني يعني اه يظهر عليه السعادة المرح كذا - 00:03:09  
ايه السبب واضح بالتالي ترافقها اعراض المشاكل حتكون من اعراض اخرى المصاحبة. هم هي نوبات متناوبة او متكررة؟ القطب اللي فوق نقول فرح شديد كلام كثير حركة زائدة اه هكذا. نعم. اه قرارات كثيرة. نعم ممكن نتكلم عنها تهور الدفاع بالضبط. طيب - 00:03:29  
او القطب اللي تحت اللي هو اللي هو الاكتئاب. الاكتئاب. الاكتئاب اللي هو كما تكلمنا في الحلقة السابقة هي قلة هي تقييم اشياء معاكسة. انخفاض في المزاج قصف الطاقة ونقص في - 00:03:52

تركيز الى اخره. طيب اه اذا قلنا ان الانسان تحت دايم هذا سميناه اكتئاب. تكلمنا عن الحلقة الاولى هل ممكن الانسان يكون دايم فوق وماذا يسمى هذا وشوف هو ما حيكون دائما في - [00:04:05](#)

اه هي نوبة ونوبة لها نهاية يذكر المستمع انه تكلمنا عن نوبة الاكتئاب كمتوسط سنة الى تسع اشهر وقد تزيد النوبة الهوسية اه فترتها اقصر النوبة الاكتئابية يعني قد تكون اه اسبوع اسبوعين - [00:04:18](#)

الغالي بدنا لا تزيد على ستة اشهر لكن نتكلم على كتاب لا تزيد لا تزيد عن سنتين او عن سنة في يعني اكثرها اه لا تزيد عن ستة اشهر طيب ست اشهر الواحد مبسوط فيها. ليش ياخذ دوا؟ بقية الاعراض هتجيك هتجيك ربما سبحان الله يعني انا شفت مريض الاكتئاب - [00:04:38](#)

احزن مريض الهوس ثم يزيد حزنك يعني انزعج له اكثر من الاول اه يتبين من خلال الاعراض. لكن يعني التغير في المزاج غير طبيعي نعتبره مرض انه يعني غير متناسب مع الاحداث. وهل المفترض - [00:05:01](#)

يكون الانسان ثابت على حال واحدة لا هذا الطبيعي انه يعني يرتفع وينخفض. ايه لكن يرتفع وينخفض بناء على ايش الاعراض عن الاحوال. يوم مثلا نهاية الشهر مع الراتب يرتفع مثلا في اشيء ترفع وفي اشيء تخفض فهي - [00:05:26](#)

اجابات طبيعية لاحداث هذا اللسان الطبيعي اما عدة اشهر فوق في فترة تحت ممكن تكون يومية في اليوم نفسه يرقى وينزل اه هذا ليس الشئ المعتاد مثلا آ تستمر اسابيع وتنتهي ثم اما انه يبقى طبيعي فترة - [00:05:46](#)

يرجع الى سويته فترة طويلة وتأتي نوبة اخرى اكتئابية ممكن تكون بعد سنة بعد اشهر بعد عدة سنوات هذا اكتئابية. فاذا جاء طبيب ورأى في تاريخه وسجله المرض قال لا لحظة هذا مش اكتئاب هذا ثنائي القطب. يعني مثلا يجيني المريض الان عنده اكتئاب صحيح - [00:06:11](#)

ما تفضل فلزام ارجع شوف يفرق كمان في العلاج اكتئاب يختلف عن علاج ثنائي القطب حتى في النوبة الاكتئابية. حتى هو في النوبة الاكتئابية هذا هو والارجح طبيعي اذا كان متناسب مع الظروف - [00:06:33](#)

اه طيب معدل الانتشار هل هو زي الاكتئاب مثلا؟ الاكتئاب كان رقم مخيف صراحة. صحيح. صحيح. يختلف عن الاكتئاب هو اقل منه يعني الدراسات تتكلم عن واحد في المئة اه قد تختلف في مجتمعات لكنها ليست اه يعني احنا قلنا اكتئاب خمسة في المئة - [00:06:55](#)

الى الدراسات والصوت لعشرة في المئة هنا في ثنائي القطب نتكلم عن واحد في المئة واحد عشرة في المئة زي كذا. طيب احنا قلنا في الاكتئاب مثلا ان في خلل هرموني او او الناقلات. نعم. ثنائي القطب وش اللي صاير فيه - [00:07:15](#)

نفس الشئ. يعني هو نفس الشئ باعتبار انه خلل كيميائي في الجهاز العصبي. لكن المواد اللي اختلت تختلف يعني هناك الاكتئاب العادي اللي هو ما في اكتئاب عادي اكتئاب غير عادي لكن - [00:07:31](#)

الاكتئاب الاول نسميه احادي القطب اذا جئنا للتفريق ذاك يسمى كتاب احادي القطب يعني ما في الا اكتئاب فقط وليست ليس متناوب مع نوبات هوسية احادي القطب اه بتكلم عن مواد معينة اللي هي - [00:07:44](#)

تحديدا ثنائي القطب مواد مختلفة عدة مواد كيميائية تضطرب وليس فقط فهو يختلف عن الاكتئاب في يختلف زي ما قلنا في معدل الانتشار. الاعراض يختلف في الاعراض اه يختلف ايضا في مسألة اه مرتبطة بالانتشار. احنا قلنا في الاكتئاب اكثر عند النساء. صح - [00:08:02](#)

ثنائي القطب تتساوى النسبة بين الرجال والنساء يعني ما يزيد في الاعراض يا دكتور بنفسها اه الاعراض اه احنا بنتكلم طبعا عن نوبة هوسية اعراض مختلفة تماما اول حاجة المزاج بكون اه مرتفع - [00:08:30](#)

عالي يعني الانسان مبسوط بزيادة وكذا هذي وحدة. في في الكتاب يعني مزاج في ثنائي القطب اما ان يكون مزاج عالي او سريع انفعال حاج خليه يقول اه استثارة سرعة انفعال - [00:08:50](#)

انه اقل حاجة اه ينفجر سرعة الانفعال هنا آ تعتبر مرحلة قد تكون اشد شوية من المرض يعني اكثر ما يصل الى المستشفيات ما

يصل وهو مبسوط في مرحلة سرعة الانفعال سرعة الاستثارة العصبية - 00:09:10

لذلك بعض الناس يخلط يقول لك معصب وزعلان ويصرخ كيف تلحقه بالهوس؟ لا هو هذي الاعراض اعراض هوس اكتئاب بمعنى انه الاكتئاب اه النبوة الهواسية المزاج شيء من يكون عالي - 00:09:33

سريع الاستدامة هذا من هذا العرض الاول تقدير لذاته كيف اه زائد احساس بالعظمة. هي طبعا درجتين. درجة زيادة تقدير الذات انه يحس بالاهمية لاحظ العكس الاكتئاب. عكس الاكتئاب انخفاض في تقدير الذات. ايوة. اه شعور دونية بالظبط. قيمة. زيادة الاهمية ترقى احيان للشعوب العظمة - 00:09:52

انسان عظيم هذي ممكن ترقى الى مرحلة اعلى اللي هي ضلالات العظمة مش بس انه انسان عظيم انه انا موحى لي مثلا النبوة مثلا اه مثلا الاموال الموجودة في البنك الفلاني مثلا عشرين مليون ريال حقتي - 00:10:18

كذا وكذا والا الشارع المدينة نفسها حققت كذا اه هي عرض من العرض اعراض الذهانية اللي هي افكار خاطئة وثابتة عند المريض وما لها اساس قد توجد في عند مريض الهوس - 00:10:37

اللي هي مرحلة مرحلة التضخم الذات التضخم تقدير الذات آآ النشاط مثلا من الاعراض في زيادة في النشاط عكس الاكتئاب. كان في انخفاض في النشاط هي في زيادة في النشاط - 00:10:59

طبيب يمثل زيادة النشاط يعني هو حاسس بطاقة زائدة ممكن يتحرك تتكلم كثير يتحرك اكثر الكلام ايضا عرض من الاعراض كمية الكرام تزيد سرعته فتلاقيه طول اليوم يتكلم النوم النوم يقل - 00:11:14

وفي نفس الوقت ما ما يحس انه تعباني مثلا واحد طبيعي لو ما نام الا ساعتين او ثلاث ساعات سيكون تعباني مرهق انا مرتاح في النوم تعرف مين المحيطين - 00:11:37

ما ينام الا ساعتين او ثلاث ساعات يقوم نشيط كانه ما ينام عشر ساعات ويؤثر على جسده هذا وعلى ويؤثر على المدى البعيد طبعا لكن ما يحس ما يحس وشهيته - 00:11:51

تضطرب الغالب احيانا تزيد احيانا تنقص لكنها بتضطرب لكن اه اذا لاحظت اه في الاكتئاب قلنا اذا زادت الشهية زاد الوزن انخفاض الشهية لنقص الوزن وحاطينها كمعيار تشخيصي في الاكتئاب - 00:12:03

بالنسبة للهوس ممكن اه تزيد الشهية بس ما يزيد الوزن ايش يتحرك كثير يعني يزيد او الوزن غير مهم في تشخيص الهوس. كونه لكن الشهية تضطرب طبيب اتوقع انا ترى اتوقع - 00:12:22

ان المريض بنوبة هوس الاعراض هذي الناس تدفع عليها فلوس عشان تحصل عليها هل يتداوون الاكتئاب يجي يجي يحس بالمعانة. صحيح. صحيح. في اكتئاب يحس بالمعانة حتى لو ما عرف التشخيص هو عارف انه تعباني في مشكلة - 00:12:40

مريض الهوس يقول لك انا في احسن احوالي ما في احسن من كذا انا كنت مريض خاص يعني احسست بالصحة او كنت آآ مثلا كاني مثلا يعني آآ في غيبوبة وصحيت - 00:13:03

بحيس ان في احسن الاحوال بالتالي يستعصي على انه يعني ما يقبل انه يتعالج ولا يرى ابدا سبب العلاج تخيل معي المزاج مرتفع. النشاط زايد تفكير التفكير المتسارع وحدة من اعراض - 00:13:21

التفكير المتسارعة والافكار المتطايرة من فكرة الى فكرة قبل ما يخلص الفكرة الاولى تلاقيه دخل في فكرة ثانية ممكن يصاب بهلاوس ممكن يكون عنده هلاوس ايش معنى هلاوس؟ الهلاوس انه - 00:13:37

اي انواع ممكن يسمع اصوات ما لها وجود في الواقع اسمع صوت ايا كان الصوت كلام او اي صوت موسيقي او غيره غير موجودة في الواقع كي يسمعها كما يسمع - 00:13:53

الصوت العازب احيانا ممكن يشوف اشياء غير موجودة في الواقع لكن اشهر ما هنالك السمعية اذا وجدت يعني اه من الاعراب دفاعية في الحب مثلا في المشاعر في الكلام في القرارات في ايش؟ في قرارات في السلوك ممكن - 00:14:04

يعمل قبل ان يفكر يعني يندفع في اه حتى في سواقته ممكن يكون مندفع الدخول في المشاريع من غير ما يفكر ما يحسب حسابات

في انفاق المال اه يعني كريم بزيادة. كريم بزيادة كرم مرضي. طيب احنا عندنا كرم يا شيخ ان شاء الله تقهوى. كرم ومرض ان شاء الله. احنا تعبناك - [00:14:27](#)

طيب خذ راحتك الدفاعية في صرف المال بالمناسبة هي احيانا تكون عرضها اساسي عند بعض الناس. انا اذكر مريض المستشفى مو عشان عشان كلامه كتير او فرحان او لا عنده اه محل - [00:14:51](#)

طيب وعندي السيارة اللي هو بالمحل حقه بكل البضاعة لواحد من اصحابه كاملة فجأة اصلا ما عنده غيره مصدر دخله زي عياله كاملا بكل ما فيه اعطاني واحد من اصدقائه - [00:15:14](#)

ورجع خلاص وراجع الطريق قابله واحد ماشي على على اه نزل من السيارة وقالوا خذوا المفتاح تفضل آآ يعني آآ طبعا قبل ما يبيع تبرع بالبيت ولا تخيل انه يعني هذي من المشاكل انه تخيلوا ممكن ينفق امواله بصورة اندفاعية. مم - [00:15:35](#)

غير محسوبة العواقب غير في واحد من هو اب ولدك عنده عدة اعراض وتقلبات لكن جابوا المستشفى متى يصرخ صار فهي هذا اسوأ شيء عندهم لكنها واحدة من المشاكل السبب اللي - [00:16:05](#)

تأذي الشخص او تأذي من حوله. الدفاعية في اي حاجة بما في ذلك الصرف قد يكون في اندفاعيته في القرارات مثلا يطلع من تخصص يدخل في تخصص في الجامعة في الجامعة اصلا. هذا اذا واصل. ممكن يعني - [00:16:27](#)

هذا القرار صورة مفاجئة وكذا وغالبا يترك الجامعة او انه يعني سبحان الله النوبة الاكتئابية ممكن تمشي فترة طويلة من غير ما يلاحظها احد يتعب المريض لكن اللي حوله قد ما يلاحظوا - [00:16:42](#)

الاعراض. النوبة الهوسية من يوم تبدأ صوت وصورة زي ما يقولوا. ايه جدا من الاعراض اللي هي حب المغامرة هي قريبة من الاندفاعية او جزء منها خاطر عندما يدخل في سلوكيات خطيرة - [00:17:01](#)

مثلا بسرعة انا اذكر واحد من المرضى سائق السيارة في شارع الشارع يعني يسع سيارتين فقط شارع يسعى سيارتين. كم تتوقع السرعة اللي يعني اتوقع انه ما حيزيد من خمسين ستين. مهم. مفترض يعني - [00:17:24](#)

وسط البلد بيقول انا ماشي بمئة وعشرين شايف نفسه يعني ولا شي ولا شي مفروض تزود على كذا صار له حادث وكذا بس يعني بركة النمامات السلوك الخطر ايضا من اعراض - [00:17:43](#)

هي عدة اعراض اه يعني اه سهل تشخيصها يا دكتور؟ بالنسبة لكم كاطباء اه والله ليس من الصعوبة تشخيصه انه خلاص اذا جاتك في في نحو الظهر والاعراض تشوفه قدامك - [00:18:03](#)

ما تحتاج تسأل يعني قدامك يا مريض لا يتوقف عن الكلام. ايه. بعض يعني بعض المرضى يجيك اعراض طازجة يعني كلام متلاحق وسريع الشريط لما السرعة يعني متلاحق. سبحان الله! الفكرة الفكرة الفكرة - [00:18:23](#)

ما كمل الفكرة الاولى دخل فكرة ثانية. عنده يتحرك كثير الحركة كثيرة. هو بانواع في يعني كلها ممكن تكون موجودة. حركة كثيرة في مكانه حركة كثيرة آآ يحكيها مثلا هو عن نفسه يحكيها اسرته او كذا - [00:18:40](#)

انه قام من الصباح اه قبل الفجر راح يغسل السيارة اسمعوا الناس اللي قاعدة اهتموا بالسيارات الفكرة زيادة عشان سيارته مرتين ثلاثة في اليوم اه يغير اماكن الاشياء في البيت اذا كانت خاصة اذا كان اه اقول مثلا امرأة في البيت - [00:18:59](#)

تغيير ترتيب البيت عشرات المرات آآ يعني تشتغل شغل زيادة بزيادة البعض قد يكون ظاهر الانجاز يعني اكثر مما ينبغي اكثر مما هو من عاداتها اصلا انها تشتغل برضه من اعراض التشتت - [00:19:17](#)

يعني اه يعني يصعب تركيز انتباهه على شيء محدد ينتقل طوالع يعني لشيء اخر اتكلم معاه اذا في اي لون حولك حيثجه اللون الثاني اي حركة يترك ويتركه وينتبه مع الحركة الثانية. هم. يعني من الصعب انه يحافظ على تركيزه وانتباهه - [00:19:35](#)

طيب دكتور الان هذي الحركة يمكن سمعنا واحد عنده ابن فرط حركة فيظن يعني تختلط عليه المسألة شو الفرق بينهم الحركة طبعا من اضطرابات الطفولة طبعا اذا ما بدأ في فترة الطفولة - [00:19:56](#)

اه ما يحصل مستقبلا يعني حركة وقلة الانتباه بالمناسبة حركة في حاجتين تشبه يعني زيادة الحركة والنشاط الحركي زائد النقص

الانتباه ايضا غير موجود في في النوبة. في النوبة الهوسية - 00:20:14

قد يشتهبه اه خصوصا لو حصلت النوبة الهوسية مثلا في وقت مبكر ممكن اناء القطب يصيب الاطفال ممكن يصيب الاطفال يعني اه اعمار مثلا المتوسطة خيلنا نقول عشرة اثنعش سنة او كذا - 00:20:33

اه تخيل مثلا في الفترة ذي شفت مريض عنده زيادة في الحركة وعنده في نفس الوقت تشتت الانتباه قد يكون عندك كثرة كلام يوجد في فرط الحركة ويوجد في النوبة الهوسية - 00:20:55

احيانا تختلط في جزئية صغيرة جدا ما يميزها يمكن الا الطبيب النفسي هي مسألة الاحساس بالعظمة وتضخم الاحساس بالذات هذا موجود في النوبة النوبة الهوسية لكنه غير موجود فرط الحركة. بالعكس فرط الحركة تلاقي عندهم - 00:21:09

اه نوع من احساس بالدونية. من كثر ما يلام على ممكن لكن الغالب انه فعلا عنده احساس بالدونية وكذا بالعكس ما عنده تضخم الاحساس بالذات. طبعا في اه اعتقد انه اغلب الحالات هي واضحة نوعا ما. لانه فرط الحركة اصلا يشخص في الغالب - 00:21:30  
نبدأ مبكر يعني الطفل عمر خمس سنوات غالب يكون شخص خمسة لست سنوات يكون شخص. طبعا هذا موضوع اخر بتكلم عن انك اذا اخذت مقطع عرضي مريض عمر اثنعشر تلتاشر سنة - 00:21:50

باقي اعراض هذا اللي يفرق بيناتهم. اها طيب ايش الاسباب يعني مرة اخرى الاسباب اللي هي اهم سبب طبعا الجينات. قد يكون وراثي يعني وراثه اه تشكل الاستعداد زي ما تكلمنا عن الاكتئاب الانسان يرث الاستعداد لحصول المرض - 00:22:09  
وجدوا انه آآ معظم مرضى ثنائي القطب عندهم اشخاص يؤسروا او عندهم تاريخ اسري للاصابة درسوها دراسات اه طبعا في دراسات التبني. دراسات الدراسات العائلات الدراسات بتطلع نسب مئوية للاحتماليات احتمالية الاصابة فوجدوا انه اذا كان واحد من الوالدين مصاب باضطراب الثنائي القطب - 00:22:33

اه احتمال اصابة الابناء خمسة وعشرين في المئة اوه كثير كثير طيب لو كان الوالدين مصابين احتمال يصبح من خمسين الى خمسة وسبعين في المئة اه اذا كان اه في اي قريب - 00:23:03  
كان للشخص اي قريب مصاب ثمانية قطب اه احتمال اصابته هو خمسطعشر في المئة كثير كثير قريب من الدرجة الاولى كاخ او كذا فارتباطه بالوراثة قوي اه قد يصاب بمرض يعني ممكن يكون مثلا اه الاب عنده اضطراب ثاني للقطب فالولد يكون عنده اكتئاب مثلا ايضا يعني عنده علاقة - 00:23:21

ايوه مع امراض اخرى في الوراثة يعني طيب دكتور في بعض الدراسات تقول يعني اللي عندهم مشكلة ثنائي القطب سبعين في المئة منهم كان عندهم اكتئاب سابقا توصل لها المرحلة نعم نعم هو اصلا ثنائي القطب زي ما ذكرنا هي نوبات - 00:23:47  
ونوبات اه متكررة بعض هوسي وبعضها اكتئابي هو الدراسة تتكلم عن انه آآ نوبات اكتئاب يعني مرت عليهم. عشان بس نشرح بعضها هوسي. هوسي كذا جيد وبعضها اكتئابي اللي هي في تحت - 00:24:06

بالتأكيد اه يعني النسبة ما يعني حتكون كبيرة يعني هناك من يعني يقول انه مفترض انه معظم حالات ثنائي القطب نوبات اكتئابية. احنا قلنا ثنائي القطب فوق وتحت. ايه. المفترض ان فيها نوبات اكتئابية حتى لو لم تذكر في التاريخ المرضي - 00:24:26  
ما شخصت ولا موجود؟ ما شخصت. لكن في الغالب هي موجودة عشان كده سمي ثنائي القطب بل احيانا اه تخلص النوبة الهوسية مباشرة يدخل في نوبة اكتئابية يعني من غير فاصل هذا يحدث احيانا - 00:24:48

لكن ما تشتكي الاسرة منه ليش المريض كان كلامه كثير. حركة كثيرة. وتخيل البنت تطلع تخرج البيت وما كانت كذلك في السابق وازعاج ومشاكل وصل الضرب والعنف هذي توصل فجأة تنتهي النوبة النوبة اللي فوق وينزل - 00:25:04

مرورا بالوسط الى الاسفل فيحبس نفسه في غرفته طيب اش تكون ردة فعل الاسرة خلاص اتحسن خلاص. تحسن ايه. هده الله. بالزبط. انت يعني خلاص هدى وكده ويكونوا مبسوطين جدا ما يجي على بالهم ان هذي نوبة اكتئاب - 00:25:27

بعد اسبوع اسبوعين يبدأ يرجع للحالة الطبيعية وكان شيئا لم يكن. لكن هي كانت نوبة اكتئابية يعني ما حسنت ما انتبهوا له. فعندنا دور الوراثة دور الوراثة ترى الارقام اللي ذكرتها يا دكتور - 00:25:48

كبير. كبير. يعني هل ممكن اه عايش انا بذهب بخيالي بعيدا ان الانسان حتى في آآ في اختيار الزوجة ممكن يسأل عن التاريخ المرضي النفسي من حقه ان يسأل لا هو تكون المشكلة مش من اه انه يسأل عن تاريخ امراض النفس. احيانا يجيك واحد يقول يا هلا اه خطبت وحدة - [00:26:05](#)

وعرفت انها راجعت عندكم في المستشفى مم او راضي عندك يا دكتور فلان في عيادتك الخاصة او يجيك اهل الزوجة والان اللي خطب بنتنا يراجع عندك مثلا او كي اشكال اخلاقي. مهني. بالضبط. ايه. تمام؟ مش من حقه انك تتكلم عن انا عادة - [00:26:28](#)  
اه اذا اذكر المريض او اعرفه ارجع اكلم المريض مثلا استأذنه يعني ايه؟ استأذنه او انت انت قل لهم انت يا مريض اعطيهم تفاصيل الكذا اذكر واحد من المرضى جاب اه - [00:26:49](#)

اظن اقارب الزوجة العيادة وقال اه يعني جابهم عندي فقال له انا قال لي انا اوريهم يعني حضور انا والمرض وكذا وكذا فاعطاني تصريح يعني واضح وفعلنا كان متحسن يعني - [00:27:04](#)  
اعتقد السؤال من حق الشخص انه يسأل والطبيب ياخذ الاذن مثلا او او يرشد المريض نفسه انه يتكلم بعدين هو اللي يقرر طالب يعني الطرف السليم هو الذي يتخذ القرار - [00:27:20](#)  
الارتباط من عدمه. بالضبط لكن بعد تمليك مثلا انا بقول له مثلا اضطراب اثناء القطب كذا كذا واحتماليات كذا وحتى الزوجة نفسها بترتبط فيها هي هي نفسها كونه احتمال انه تصاب بنوبة - [00:27:40](#)

ثانية كذا احتمالية الابناء وهذا فيقرر بعد كذا على بينة الاعراض المخاطر هو اللي يتخذ القرار. لان بعض الناس يعني اه يحاول يعني يجرك انك تعطيه نصيحة معينة مباشرة يريد قرار. يريد قرار. مم. انا ما حتخذ القرار نيابة عنه - [00:27:57](#)  
اعطي المعلومات املك الماء وهو يتخذ القرار. هذا طيب خلونا نفترض ان في ناس ارتبطوا. مم ليست نهاية الدنيا في علاج نعم ايه دلوقتي اكيد؟ بتكلم عنه ان شاء الله نهاية الحلقة بالضبط. طيب الآن عندنا وش العامل الوراثي - [00:28:20](#)

اه احد اسبابه طيب ايش العوامل الثانية اللي تسبب؟ تمام. العامل الوراثي هو من عوامل المؤهبة. يعني نفس فكرة انه في عوامل مؤهبة وعامل مشعلة او محررة من عوامل المواهب الاخرى ايضا قد تكون احداث او ظروف في فترة مبكرة من الحياة - [00:28:37](#)  
ايضا القت بظلاله على الاستعداد زائد الناحية الكيميائية ذكرناها زاندا آآ ما يعتبر من عوامل موهبة اللي هو آآ عفوا عوامل المشعل او المحرصة اللي هي بعض الامراض العضوية او الادوية الطبية - [00:28:56](#)

يعني مثلا يجيك واحد يصاب بحمى اي مرض اه فجأة تنتهي الحمى ويدخل في اعراض ثوبه هوسية طيب هل كان عنده شيء؟ لا ما كان عنده شيء طيب حللنا مثلا حمى انتهى التهاب وايا كان من انواع حاجة عابرة وانتهت - [00:29:18](#)

طيب عنده اعراض اعراض هوسية هذي نوبة هوسية. لكنها كانت محرصة فقط تحريض بمرض الحمى. الحمى. وحاجة عابرة. ايش اكثر شي اللي مر عليك؟ طبعا اه من حياتنا طبعا من ممارستنا الطبية السرية كانت في السودان. فالملاريا منتشرة. يجيك واحد بدأ ببلاريا ثم انتقل الى انتهت - [00:29:44](#)

يعني خلاص كمل على نوبة هوسية مثلا آآ يعني هي ليست خاصة بمكان او زمان او مرض كل الامراض ممكن اه تشعر على حسب كمان درجة مثلا آآ اه بعض الناس - [00:30:09](#)

خلينا نقول ياخذ دوا ادوية طبية آآ تساعد مثلا عندك اه ادوية اه الغدة مثلا ذكر ان له علاقة استثارة يعني في بعض الدراسات استثارة النوبة الهوسية آآ احيانا آآ السهر - [00:30:29](#)

اجهاد والسهر الشديد المستمر يعني نتكلم عن اسبوع اسبوعين ثلاثة ولا يوم ايضا المرتبط بالاستعداد. ايه. اذا هو قريب اصلا جاهز ممكن يسهر يومين ثلاثة اه التعاطي مخدرات. مخدرات اه استحث اعراض هوسية احيانا - [00:30:52](#)

اه سواء اكثر انواعه مثلا عندك المنشطات الهيروين او الهيروين والكحول احيانا الكحول احيانا حتى مش في استخدامه في الانسحاب منها ممكن تحدث اه نوبات روسية. نوبات هوسية القصد انه هي طبعا المواد المؤثرة يسموها المؤثرات العقلية -

[00:31:17](#)

بتؤثر في المواد الكيميائية في الجهاز العصبي وبالتالي ممكن تستحث اي مرض اه هناك قابلية للاصابة به. عوامل اجتماعية لها اسباب؟ عوامل اجتماعية لها. الاسباب كذلك يعني غالبا آآ تشتغل على على مستويين مستوى التهيئة اذا كان حصلت في صورة مبكرة - 00:31:44

او على مستوى الاشغال اشغال مثلا وحدة خلقت في في تطلق فترتاح من مشاكل تنتهي مشاكلها تماما لكن ممكن يدخل عليها الحدث يعني بعد صراع مشاكل زوجية تنتهي بالطلاق فيكون اثر اثره عليها - 00:32:04  
سينا يكون عندها نوبة هوس. ممكن ممكن مثلا واحد اي هزة اي هزة ممكن تستدر اه نوبها وسيع اللحظات الضغط عندي مثلا اه اختبار نهاية اه ثانوية عامة عندي مقابلة شخصية باحث عن وظيفة - 00:32:29  
اه زوج شاب سيتزوج وخطب هذه الفترة او فتاة خطبت هذا الضغط احيانا هل الضغط ممكن تستحث الناس اللي عندها نوبات؟ اكتئاب او هوس؟ نعم. ضغط الذكاء الشديد؟ ممكن - 00:32:56  
كان ضغط شديد واذا كان مستوى التحمل مع زيادة القابلية احيانا الزواج نفسه الزواج بعض الناس يتحدث عنه كحل للمشاكل. وقد يحل كثير من المشاكل لكن ضغط الزواج اعداد اه للزواج ليلة الزواج نفسها يعني كل الظروف المحيطة بالزواج قد تكون ضغط - 00:33:12

يستحث ايضا نوبة وسيع. اذا هو يستحث يعني مثلا في بعض الوظائف لهم وقت معين لترقيات. مم. والترقيات غير مستحقة يعني للجميع. مم. ليست حسب الخدمة وانما حسب الفاعلية والكفاءة ودرجات وكذا - 00:33:39  
كثير من الناس خلال هذا الشهر الذي يترقبون فيه ترقية معينة او درجة علمية معينة او مكافأة معينة بعضهم يصاب بنوبات اكتئاب او هوس جراء هذا الضغط احنا نقول هنا او اللي فهمته منك - 00:33:55  
نعم ممكن يصاب اذا كان عنده استعداد لذلك. يعني مش كل الناس. بالضبط تكاد الاستعداد المستمع انه والله يا اخي مثلا الترقيات والاشياء هذي لها خصوصية معينة. احنا نقول انه - 00:34:13

اه اي ضغط شديد استثنائي ممكن آآ يساعد على حدوث نوبة. بعضهم لما يروح آآ غربة مثلا معينة الغربة تخرج عند بعض المشكلات. صحيح يعني اه ونقطة مهمة والله صراحة كثيرين من المبتعثين. ايه - 00:34:26  
سواء بغض النظر عن الدور المبتعث منها او المبتعث اليها. اها آآ يعني يفاجأ مثلا بمجتمع جديد ربما لم يحسب حساب اشياء كثيرة صعوبات كثيرة وتواجهه من غير ما يعني آآ يكون متدرب على مواجهته اشياء ضغوط كثيرة جدا احيانا حتى البرد - 00:34:44  
البرد الشديد يعني ممكن يؤثر تحس انه في الاشياء هذي من مجموعها ممكن تساهم في حدوث اه اضطراب نفسي ايا كان يعني الله في واحد كان مميز جدا جدا في دفعته كان مبتعث هو - 00:35:08

وترك الكلية وكان السبب فقط هو المدينة اللي انا فيها هوا شديد وكان الاول على في النادي والاول في الكلية في تخصصه مميز جدا. ليش تركته قبل هوا؟ هوا شديد وانا ما احب هوا - 00:35:26  
سبحان الله. انا سألت قلت في هوا شديد قال ولا ما في هوا يعني ما لاحظنا شي. هل كانوا فعلا عنده استعداد فهذا العذر او هذا بس هل هو اصيب بنوبة مثلا هو ما ادري صراحة بس لما قلت انت البرد شديد قلت يمكن بعد هوا هو طبعاً - 00:35:45  
قد ما يكون الشخص اصيب اضطراب نفسي معين لكن آآ لأي سبب اسباب ما ناسبت الدراسة او حسب بصعوبات بدأ يحيل الصعوبات الى شيء ملموس مثلا لو ترك ثنائي قطب لم يعالج - 00:36:03

ايش ممكن مضاعفاته؟ على الذات وعلى الآخرين مضاعفات كثيرة آآ اذا تكلمنا عن الاندفاعية مثلا الاندفاعية ممكن تؤذي تؤذي الشخص نفسه آآ يلقي بنفسه في مكان يندفع في لحظة غضب فيؤذي نفسه - 00:36:21  
ويؤذي شخص اخر لانه بالمناسبة يعني سرعة الاستثارة تؤذي للعنف يكون عنيف مع شخص بمجرد كلمة يدخل في شجار جسدي قد يؤذي وقد يقتل قد يقتل الانسان في نوبة وسيع - 00:36:42  
الشيء الثاني قد ينتحر قد ينتحر هو في قمة انبساطه آآ قد ما ينتحر في قمة انبساطه لكن آآ زي ما قلنا انه المزاج يصبح مثلا في

طيب سرعة الستارة ممكن يعني يصل معها تخيل معاي غضب غضب ممكن تحول الى سلوك عنيف. مهم. هذا السلوك ممكن يكون ضد الآخرين او ضد نفسه غير انه حكمه على الامور غير سليم - 00:37:21

تقييمه للامور منتهي. في واحد اه باع بيته بعشر قيمته مثلا يعني تخيلوا هو تقييم الامور غير سليم مندفع وكذا ومع الكرم المرضي اللي بتكلم عنه ممكن يعملها اه ممكن يؤذي نفسه من ناحية ايش؟ ان هو اه تقييمه لقدراته - 00:37:38

مبالغ فيه تخيل مثلا انه يحمل نفسه ما لا تطيق. ما لا تطيق او تخيل انه مثلا ممكن ببسط يحس انه والله ممكن يقفز هذي المسافة هي مسافة لا يمكن اه - 00:38:04

حسب قدرات او لا يمكن لبشر انه يقفزها مثلا يمشي سبحان الله في في شيء ما ادري اذا كان يناسب قوله اه موجود ذكر ذكره العلماء عن اه احد اه علماء اللغة - 00:38:19

هو صاحب كتاب الصحاح يختصر في مختار الصحاح. مختار ايه هو آ اسماعيل لحما. لعله الجوهري صاحب كتاب الصحة انه اه في اخر حياته اه اخذ مصراعين من مصاريع المسجد - 00:38:34

هو اه لعله اه طرف باب او طرف الباب نعم دفة باب يمكن. ايوا. هم. فاخذهم وصعد في اعلى المسجد قال انه قال قد صنعت في الدنيا شيئا لم اسبق اليه اللي هو ربما يقصد كتابه. وساصنع في الاخرة شيئا لم اسبق اليه. نوع الاحساس بالاهمية - 00:38:56

وقال انه سيطير يختلف عن شخص اخر عنده تجارب طيران الرجل ما عنده ما عنده علاقة بالموضوع ولا هو عالم فيزياء او كذا. عالم لغة وقفز المصراعين وسقط ودقة عنقه ومات - 00:39:20

يعني زيادة ارتفاع في تقييم مقدرات اه بصورة غير غير منطقية ولا تتناسب مع شخص اه في راحة عقل وعلم سابقا يعني قيل ان قبلها بفترة توقف عن الكتابة وساء خطه حتى الكتاب نفسه ما - 00:39:40

يعني روجع من قبل طلابه يعني فهذا يدل على ان هذي النوبة طبعا لا نستطيع ان نشخص شخص ما قابلنا لكن يغلب على ظننا انه كانت نوبة هواسية باعتبار انها كافية زيادة في تعظيم الذات - 00:40:00

اندفاعية عدم تقييم دقيق للامور. ايوه هاي عدنا اه بنفسه نعم. رحمه الله فالقصد ان ايوة هنستفيد نفاذ انها موجودة من قديم. بعض الناس يقول لك الامراض النفسية ما ظهرت الا في هذا العصر. ايه. هي موجودة - 00:40:14

من قديم لكن ربما سميت باسماء اخرى اه او لم يلاحظها الناس او احمد علي فهذي من من المضاعفات الى ان ممكن يؤذي نفسه ايضا كثرة الحركة لاحظ حاسس بانه عنده طاقة - 00:40:33

قلة نوم قلة نوم يعني طاقة وحركة وحركة يجهد الى ان يسقط مرة واحدة اه يمرض او ربما يعني حتى يعني يموت غير انه ضياع المال هذا اللي باع بيته. هم - 00:40:53

تفكك الاسر وضياح الطلاق الدفاع يعني تجد واحد عنده نبات هوسية مثلا يطلق عشرين مرة طبعا ليه عشرين لانه يعني قد يحكم بانه هذي الطلقة غير واقعة مثلا يكررها يكرر يعني - 00:41:05

واشكال طبعا في النهاية. كيف نتعامل معه طيب احنا كاسرة صداقة احيانا اكون انا مدير عندي موظف من هذي استغله مثلا هي فشلت النوبة الهوسية مفترض انه ما يكون لا في اه عمل ولا مديرك اعطيه اجازة - 00:41:26

اجازة مرضية تعطون انتم اجازات يا دكتور؟ اكيد. ان هذا رجل اكيد دورها وسية ما فيها لعب. لانه بالمناسبة مريض الكتاب ممكن يصبر شوية الموضوع ممكن ياخذ فترة لانه العملية نفسها تاخذ وقت اطول. زي ما لاحظت الان - 00:41:44

عن نوبة الكتاب اطول في مدته حتى فترة الفترة اللازمة للتشخيص لكتاب اسبوعين الحد الادنى النوبة الهوسية اسبوع واحد والنوبة نفسها اقصر يعني الاشياء متسارعة في النوبة الهوسية بسرعة اكبر من الاكتئاب - 00:42:01

المريض في النوبة الهوسية سيكون السيطرة عليه صعبة جدا فاذا انت في في تحت ادارتك كمريض حسيت هواسية مباشرة نوجهه للعلاج ولا يداوم لحظة واحدة لين يتعالج ما يصلح انه اصلا يداوم بنوبة هوسية - 00:42:18

ابدا. ولا يقود السيارة؟ المفترض اثناء طبعا اذا اطلع انا بطلع ما يقدرنا يودونه شاب هو اذا بدأ العلاج ده بدأ علاج يمكن يتحكم في المريض يعني يهدي. يهدي وعشان كذا حنعرف في العلاج انه في شي لعلاج المرض نفسه في شي للتهدة المؤقتة الين ما يشتغل -  
[00:42:36](#)

الدوا اه الاساسي ويجب مفعول. هم في بعض الحالات يحتاج للتنويه في المستشفى هذه حالات طارئة او مستوى مستوى عالي يسرى غير قادرة على ان تتحكم في المريض يعني مريض الاكتئاب مثلا قاعد في البيت - [00:43:04](#)  
ما حيطلع تاخذ العلاج؟ طيب يعني هو زاهد في العلاج هناك في الاكتئاب زاهد في العلاج لكنه راغب في شيء يخرج منه من اكتابه هذا لا مريض الهوس اه بالعكس شايف نفسه في احسن حالاته - [00:43:23](#)

لو اني مش مريض اصلا. بالزبط. انتم المريطين. بالزبط. ما ما يبغى يتعالج. فاحيانا السيطرة عليها حتكون صعبة فيحتاج التنويم في المستشفى. فهذي بالنسبة المضاعفات باقي فيها انه مضاعفات الاكتئاب نفسها اللي ذكرناها ربما في حلقات ثانية سواء الانتحار او ظهور الاكتئاب - [00:43:39](#)

اه ممكن ايضا تضاف لقائمة المضاعفات اللي عندنا لانه نتكلم عن الثنائي القطب فيه نوبة اكتئابية كذلك فممكن ايضا تدخل كل كل المضاعفات العلاج يا دكتور العلاج. طيب علاج اه - [00:44:01](#)

نتكلم عن دوائي علاج غير دوائي. طيب نجى للدوائي بالنسبة للعلاج الدوائي بس ايضا لو تسمح لي ايضا نتكلم عن ما بعد الدواء ما بعد الاستشفاء. مم. المرحلة هذي ترى اه انا ودي اه حتى اللي سمعونا في حلقات الاكتئاب وهذي الحلقة - [00:44:21](#)  
ما بعد العلاج ايضا لا يقل اهمية عن العلاج نفسه مرحلة العلاج. ودي لو تحدثنا عن العلاج وما بعد العلاج. تمام طيب بالنسبة لعلاج الدوائي اه المرحلة الاولى مرحلة التحكم - [00:44:38](#)

في اعراض المرض مثلا جانا المريض سرعة التفكير كثرة الكلام زيادة نشاط الاعراض. قد زي ما قلنا نحس انه هو غير قابل للتحكم في البيت فيتنوم وبعض الحالات اه ربما يكون اه بعض الحالات في مستوى يمكن علاجه في البيت - [00:44:51](#)  
بس بالمناسبة نسبة كبيرة جدا من مرضى يحتاج التنويم العلاج في المرحلة الاولى التحكم فيهم زي ما قلنا تعطي اه دواء مهدئ اه زائدا وثبت المزاج فبيت المزاج لأنه فوقه تحت اثبته في الوسط. بالزبط - [00:45:15](#)

هوسية فوق انا اعطيه حاجة اللي هو المثبت انا هو فعلا برجعته في الوسط يعني ما ما يرتفع مرة اخرى ياخذ العلاج آآ بشقيه اللي هو العلاج المهدئ زائد العلاج المثبت. طيب - [00:45:35](#)

اه يستمر بضعة ايام حسيت انه والله يا اخي وصل لمرحلة اه مقبولة ابدأ اسحب علاج المهدئ خليه على المثبت آآ بعدها تحت المتابعة الى ان تختفي كل الاعراض كل تماما - [00:45:54](#)

والمتوقع بالمناسبة اه انه تختفي اعراض يعني في القطب يرجع زي ما كان خلال كم اغترب الشخص الاخر في ناس اه في النهاية اسابيع اغلبهم في اسابيع الحمد لله في اسابيع في ناس ثلاث اربع اسابيع وهكذا انت ماشي - [00:46:14](#)  
طيب بالعلاج يعني طبعا نوبة لو تركت من غير علاج ممكن تستمر الى ستة اشهر ومعانا تركت من غيرها حتسبب مشاكل كثيرة جدا زي ما قلنا مضاعفات الان وما يعني ما تترك ما تترك ما تترك ابدأ. حتى سبحان الله قبل ظهور العلاجات - [00:46:35](#)

الى الان في مجتمعات نوعا ما بدائية يربط المريض يربط العلاج الشعبي ما يترك يعني يربط ويقدم العلاج الشعبي وهو مربوط تثبيط التهدة لانه عارفين انه لو تركوه بيأذي نفسه بيد الاخرين - [00:46:57](#)

اه طيب رجع المريض لطبيعته تخيل نفترض نفترض انه مثلا خلال ستة اسابيع او اقل او شهر تماما كأن لم يكن به سوء. ايوة هل يترك العلاج؟ لا استمر على نفس الجرعة - [00:47:15](#)

مثبت المزاج نستمر عليها فترة اخرى تسمى فترة المحافظة او فترة الوقاية بمعنى انه آآ وجد انه من يقطع العلاج مباشرة النسبة تصل الى ثمانين في المئة مثلا ترجع الاعراض - [00:47:35](#)

الذي يستمر على علاج فترة المحافظة قد تنخفض الى اه اقل من ذلك الى اربعين او الكهرا دكتور والاملاح اه هي خيارات العلاج

من خياراتها اللي طبعا هي اشهر الادوية هي الليثيا - 00:47:53

دوا عادي يعني يعطى لتثبيت المزاج اه ليثم يعني دور جيد لكن عنده محاذير معينة. هم. خاصة في الاجواء الحارة لانه اذا زادت الحرارة مع قلة شرب السوائل ممكن ترتفع نسبة الاملاح في في الدم - 00:48:12

تؤدي الكلى يعني اه هذا ليس تخويف اه وانما يعني زيادة حرص على شرب الماء الشمس بالضبط فاحنا احنا عمليا لا نعطي الا شخص يعني واعى ومحوه يعني واعية وكذا - 00:48:31

اذا حسينا الشخص ممكن ماء مريض ومن حوله ما عنده اهتمام فما ما نصرف الاثم يعني نعطي مثبتات اخرى مثلا اه حبيت ادخل فيه بعض اسماء الادوية وعندنا مواد اخرى - 00:48:49

هذي اسماء علمية طبعا ليست اسماء شركات اه هي مثبتات مزاج تعطى بجرعات اه معينة تختلف من شخص لآخر بالمناسبة العمر ولا بالتاريخ المرضي ولا شدتها ولا هي اعلى كل الاشياء هذي تؤثر بالذات شدة النوبة. لكن الفروق الفردية ايضا تؤثر - 00:49:10  
يعني انت ما تقدر تتوقع انه هذا انه الجرعة المناسبة انت عندك عندك مدى انه اقل من كذا اه هي جرعة غير فعالة وهذا الحد الاقصى. هذا ادنى وهذا الحد الاقصى - 00:49:32

نبدأ من الحد الادنى ترفع شوية لين ما تستقر الحالة طيب استقرت على جرعة كذا مثلا من البرويت مثلا او اصل مع المريض فترة طويلة الفترة هذي اه تقدر اه اذا كانت النوبة الاولى - 00:49:45

نتكلم عن ستة اشهر الى سنة كثير كثير لكن لو ما اخذ العلاج بهذه عدة الفترة هذي هيزيد احتمالية رجوع النوبة وبالتالي حتطول اذا كان تخيل معاي فرق بين مريض يجيني لاول مرة - 00:50:05

المريض جاء عنده تاريخ نوبات سابق لو جاني واحد بنوبات متعددة سابقة حياخذ علاج مثبت المزاج مدى الحياة هذي دعوة الى انك من الاول من الاول خذ علاجك فترة كاملة بتقل فرصة انك تدخل مدى الحياة هذي - 00:50:25

الواحد يجي مثلا اربع خمس مرات نوبات سابقة اربع خمس مرات معناته احتمال مئة في المئة انه حتكسب السابعة والسادسة وكذا طيب ليش انا اتركه لين يعني اه تحصل لنا وفاة فبعطيه علاج - 00:50:49

هي تصبح في لحظة من اللحظات مثل مريض الضغط السكر يتعايش معها يتعايش في النهاية يعني نحن انقسمنا بينهم معيشتهم في حياتهم حتى الامراض قسمة. نعم اه وقد يكون مرض معروف دواءه. الحمد لله والشكر له. مقدور عليه. مقدور عليه - 00:51:06  
علاج نوع واحد فقط ينتظم عليه والان اصبح في علاجات جرعة واحدة في اليوم لما ياخذ جرعة صباحية جرعة مسائية جرعة الظهر اه هذا ببسبب استمرارية على العلاج العلاج الثاني اللي هو لو سمحت تفضل هل في اعراض معدة صدام تنمل خمول آ آ - 00:51:29

وش الاعراض الجانبية؟ عشان نكون واضحين. اي دواء في العالم. ايه الا يمكن ماء زمزم. اه في احتمال لحدوث اثار جانبية. اها ولذلك تفتح الوصفة. الوصفة اللي هو داخل طبعا الورقة هذي طبعا فيها - 00:51:53

بزيادة شوي في جانب اخر اخلاء مسؤولية. اه فيقولون كل شي. حتى اللي يحصل في واحد في مليون. واللي يقراه ويحس كل هذي فيه. بهذي المشكلة. يعني هي سلع ذو حدين - 00:52:11

اه هي اخلاء وفي نفس الوقت تخيف بعض المرضى يعني لا اتوقع انه لو فتحت اي دواء قرئت الوصفة دي ما حتى استخدم الدواء. سبحان الله الدواء النفسي لكن خليني اخذها بنوع من التوازن. هذي اشياء حسب الدراسات - 00:52:23

وجدت هناك احتمال بعضها مثلا عشرة في المئة وبعضها مثلا آ واحد في المئة بعضها واحد في الالف بعضها اقل من ذلك اه هناك احتمال. لكن الذي يخلص الانسان المريض - 00:52:40

المشكلة انه يكون تحت المتابعة الطبيب يعطي وصف بيعطي العلاج بجرعة معقولة الجرعة كل ما كانت معقولة كل ما قل احتمال اثار الجانبية. طبعا مرتبطة بالجرعة طيب انا بعطيه مثلا نقول اه جرعة معينة وبتابعه - 00:52:59

طيب آ في في بعض الناس مثلا ما يناسبه الدور الفلاني لانه والله يا اخي وظائف الكلى عنده شوية تعبانة يعني على الحافة كذا فما

اعطيه مثلا الدور الفلاني. واعطيه الليثين مثلا - [00:53:20](#)

واحد ثاني لا عنده مشكلة في الكبد ما حعطي الفلبرويت. ياخذ احسن ياخذ ليثة. وهكذا. هذا شيء يعني يحدده الطبيب وهو مؤتمن على ذلك معناها يا دكتور ما يصلح المريض ايا كان والمريض النفسي على وجه الخصوص التنقل - [00:53:34](#)

نروح من مستشفى المستشفى من طبيب لطبيب ما يصلح والمفترض انك تكون مع طبيب واحد. طيب من حقك انك والله ما ناسبك الطبيب احكم عليك مدى الحياة انك خلاص ما ناسبك الطبيب - [00:53:51](#)

انتقلت الى طبيب اخر خلاص خليك مع الثاني لكن تدور على يعني الاطباء كما تدور على يعني كما تتسوق ما يصلح واحيانا بالمناسبة اكتشف بعض المرضى فبكون ياخذ مثلا آ - [00:54:07](#)

جرعة مضاعفة من نفس الدواء يعني مثلا الدواء الفلاني جرعتاه عشرين قصوى عشرين انا كاتب للمريض الدروعة القصوى عشرين اكتشف انه راح لطبيب ثاني اعطاه نفس الدوا لكن باسم يعني صرفوا من الصيدلية باسم شركة اخرى - [00:54:27](#)

ما لاحظ ان المريض انه هذا نفس الدوا ولا جا قال للطبيب الثاني انه انا قاعد اخذ الدوا من مكان اخر صار ياخذ جرعتين يعني زاد على الجرعة القصوى. فضر نفسه - [00:54:50](#)

ولذلك حتى مش اه في الطب النفسي فقط انا انصح اي مريض في اي تخصص يعني يقابل اي طبيب انه يعطيه قائمة بكل دواء ياخذه من غير ما يسألوا الطبيب. انا الطبيب اصلا مفترض يسأل طبعا. نعم. لكن احيانا اه يفترض - [00:55:04](#)

يفترض انه اول مرة او يعدي السؤال يعني ينسى مثلا. اي حاجة ممكن. فانت انت كمريض تكون حريص انك تخبر الطبيب بكل دواء عندك اسأل سؤال اه عشان اعلمك اني طالب ذكي. تعطيني شهادة بعد. اه الان - [00:55:22](#)

انت ذكرت الحلقة الماضية ادوية للاكتئاب لو جاك مريض ثنائي قطب عنده نوبة اكتئاب نفس العلاج اه في سؤال ذكي فعلا. شكرا. اه هو العلاج في مدرستين للعلاج اه المدرسة الاولى بنتكلم عن انه انا اعطي مثبتات مزاج فقط - [00:55:45](#)

من غير ما اعطي اي علاج مضاد للاكتئاب فوق وخلاص ايوه ليش؟ لانه بقول لك انا اعطيت مضاد اكتئاب ربما ينتقل فجأة هذا هو يعني الخوف هو باقي في جميع في المدرستين - [00:56:10](#)

المدرسة الثانية تعطي جرعة اه مضاد اكتئاب مع مثبت المزاج ايوه والقول المختار انه اذا كان اكتئاب شديد انه اعطي جرعة يا سلام مع مثبت المزاج واذا كان اقل يعني اقل منه - [00:56:33](#)

طبيب دكتور لو كان في واحد عنده اكتئاب وعنده شخصية حدية عنده نوبة اكتئاب شخصت وعنده شخصية حدية اذا فرح فرح واذا زعل زعل كيف للطبيب ان يشخص ان هذا لا اه اكتئاب وليس ثنائي قطب - [00:56:53](#)

هذا ايضا في السؤال الذكي. شكرا. هو فعلا هي هو تحدي صراحة. الشخصية الحدية احيانا تشتبه مع ثنائي القطب باعتبار انه فيها تقلبات مزاجية لكن الذي يفرق التاريخ المرضي الجيد. يعني اذا كان الطبيب مستمع جيد ويسأل بصورة جيدة عن التفاصيل

الاعراض. بالتأكيد - [00:57:12](#)

النوبة الهوسية تختلف عن مجرد ارتفاع المزاج الموجود في الشخصية هي نوبة كاملة عندها فترة زمنية ايوه وواضحة وقوية بصورة آآ يعني يعني بصورة ملفتة للنظر مجرد التقلب في المزاج - [00:57:34](#)

الى حد معين محتمل لا يعتبر نوبة هواسية يعني يفيد في الشخص في تقلب المزاج في الشخصية الحدية لا يصل الشدة الى شدة النوبة الهوسية فيصل في الشدة لشدة تقلب صحيح تقلب. ما حلاقي عنده كل الاعراض كاملة ولا حلاقي شدتها بصورة قوية. هذا

اللي بيفرق. هذا اللي يفرق. وان كان في بعض الاحيان - [00:57:55](#)

يعطى في الشخصية الحدية يعطى علاج مثبت. مثبت مزاج. يثبت مساج. لا بأس يا دكتور لا بس حسب تقدير الحالة. هم. تقدير فردي لكل حالة العلاج الدوائي احنا تحدثنا عن باقي العلاج النفسي علاج غير الدولة هو علاج نعم طبعا العلاج النفسي احيانا تطلق

على كله دوايا غير - [00:58:22](#)

واذا ذكر اه في سياق واحد الاجتماع افترقا في سياق واحد من فيقصد اه غير الدوائي ايضا جلسات اه من اهم ما فيها اه توعية

المريض بمرضه اهدافه توعية المريض - 00:58:45

القطب مرضه لانه ينقصه الوعي طبعا هي بالتأكيد في النوبة الحادة ما ينفع ما راح يسمعك ولا ولا اصلا نوصي بها لكن لما يبدأ

يتحسن اه ممكن يتدخل هنا الدوسات هذي - 00:59:09

ملاحظة الاعراض معرفة المرض ومعرفة اعراضه وكذا. ومعرفة اهمية العلاج ودوره وآآ يعني يعني اهمية الاستمرار فيه وكذا والى

متى حيستمر طيب وبعد ما يتحسن تتاي الاعراض برضو ملاحظة اللي هي - 00:59:27

بواذر درب على انه لاحظ على يلاحظ بواذر النوبة بداياته ما يستنى ليه ما تظهر نوبة كاملة. يسيطر عليها قبل ان تسيطر عليه.

بالظبط. واذا احتاج انه متى متى يراجع الطبيب - 00:59:44

احيانا المريض على الدوا على العلاج هذي حالات يعني مرت بك تحصل على العلاج لكن تحفظ تحصل نوبة ايضا في احتمال لكن

اعطاه اقل ما دام انه قاعد ياخذ علاج - 01:00:00

الهدف التثبيت لكن نفترض انه مثلا اه خل ببعض الجرعات نفترض انه هي مسألة طبعا تخيل معي اني قاعد اثبت. فتخيل جات نوبة

قوية اصلا تغلبت عليه. يعني هذه احتمال اه قد يرد. القصد انه اذا حس ببعض الاعراض متى يراجع الطبيب؟ هذا ايضا من اهدافه

العلاجية - 01:00:14

يعني يمكن تكون دية لمحة عن الله غير الدوائية في في اشيء ثانية من التدخلات غير الدوائية اللي هي مسألة اه التعامل مع

الظروف اه اجتماعية لانه في النهاية اذا احسن التعامل مع بعض الضغوط - 01:00:38

هذا يقلل من اثره يعني اذا احسن التعامل مع مع بعض الضغوط بعض الظروف القاسية هذا يقلل من اثره على المريض وبالتالي يعني

اه نوع من الوقاية من اه طيب دكتور - 01:01:02

هل فيه اكل معين تنصح بتجنبه؟ او اكله؟ بالعكس يعني سواء لمرضى المريض الاكتئاب او مريض ثنائي القطب زي ما بيغى ما في

شيء طيب وهذا اللي يجي نبوته سعرات حرارية الشوكلت اللي ما ادري ايش - 01:01:17

هل هذي ممكن يعني ولا ما لها علاقة ما لا علاقة. سبحانه الله عندنا مشتهر انه يمنع المعالجين الشعبي في بعض المناطق يمنعوه من

من كل ما فيه الروح هي المنتجات الحيوانية يقصدون اللي فيها اللحم والحليب. هم - 01:01:31

وهذي الفائدة هنا في جهة الحليب ومن جهة اللحوم. وهذا خطأ ما له علاقة ما له علاقة انا اعتقد انه في النهاية المريض الاكتئاب

ومريض الهوس ينصح بانه يأكل اكل صحي متوازن - 01:01:51

الانسان الطبيعي يعني. انماط حياتية معينة النوم السهر الحركة في شي ينصح به ولا؟ اه نعم. اه ينصح بانه يحافظ على النمط

الصحي في حياته بصفة عامة. يعني مثلا في النوم - 01:02:07

آآ انه يحافظ على اوقات ثابتة للنوم اه قدر الإمكان اه دي هي توصيات النوم الجيد كلها انه ينام في الظروف المهيئة الكذا. اه قلة

الاضاءة او عدم الاضاءة في وقت النوم - 01:02:22

اه عدد ساعات النوم عدم تعاطي المنبهات لانه النوم بينه وبين النوبة الهوسية علاقة في الاتجاهين يعني بمعنى ان النوبة الهوسية

يضطرب فيها النوم واضطراب النوم ممكن يستحث نومه وسيم. لا اله الا الله - 01:02:38

اه اه هذي من الوصايا انه احافظ على جودة النوم عالنمط الصحي في النوم في الاكل المجهود يعني ما يضغط نفسه في مجهود

شديد الاستثنائي يعني يرتب اه مثلا عنده شغل كثير يعرف يوزعه على ايام ويصور بحيث ما ما يضغط نفسه - 01:02:55

اه هذي يمكن تكون اه نصائح عامة بمناسبة علاج العلاقة التبادلية في اتجاهين هوس في علاقة تبادلية بينه وبين المخدرات يمكن مر

معنا ان المخدرات قد تستحث نوبات الهوس. نوب الهوسي - 01:03:18

في المقابل في بعض الناس ما عندي تعاطي ما يتعاطى ولا لا كحول ولا يدخل في النوبة الهوسية فيبدأ يتعاطى يبدأ يتعاطى. ايه.

بعد ما يدخل في النوبة الهوسية ليه؟ لانه - 01:03:38

يعني صار عنده اندفاعية كان عنده حب للمغامرة. ايه. صار عنده كذا فيدخل في التعاطي يدخل في سلوكيات كثيرة آآ غير سوية

بمناسبة الاستطراد كويس يعني. ايه خذ راحتك. قال لك اجعل حديثك فوضى. مسألة الدخول في - [01:03:52](#)

جاء في في اشيء غير محسوبة العواقب مغامرات تخيل انه آآ انثى مثلا مصاب اضطراب الهوس نوبة هوسية فتزيد عندها اللي هي الطاقة والحركة والنشاط بعدين الرغبة في الخروج تخرج - [01:04:18](#)

الجرأة والجرأة ما تكلمنا عن الجرأة بصورة الجرأة وفي حاجة بيسموها الجموح الجموح ايوه اللي هي القيود الاجتماعية. اي كل القيود الاجتماعية وعرفية ودينية ترفع عليها خلاص. يتمرد يعني يخترق كل ما عنده ما عنده حدود - [01:04:42](#)

تحس انه حتى ممكن يتلفظ بالفاظ ما كان يتلفظ فيها سابقا. يعمل اشيء يعني او يخرج بشكل ما كان يخرج فيه في حالة ذكرتها حتى في مقالاته في كتابي حق المقالات القصد انه حالة فيها اه جاتني فعلا. في كتابك اللي هو هذا يا دكتور في نفس الكتاب. هذا يا دكتور. انت ما كنت قاعد اسمه هذا الكتاب - [01:05:03](#)

بس الى الان ما بعد كتبت لي اه مكتوب لك الاهداء شكرا. حالة كانت اه اه وحدة جابت بنت في حول العشرين او دون العشرين حوله اه جات مع امها - [01:05:27](#)

البنت يعني شكلها غريب جدا يعني تبرج غريب جدا والام قمة الحجاب والتستر بتحس انه كأنما هو مشهد آآ في دبلجة في الموضوع متناقض يعني متناقض. وهذي امة فعرفنا انه البنت فجأة صارت - [01:05:46](#)

تخرج وتقابل شباب امور يعني ابداء ولا هي نفسها هي نفسها كانت متدينة طبعا ثارت ثائرتهم والاب ربط البنت يعني اه لما سألت بدبت اسأل اتضح انه البنت عندها نوبة هوسية - [01:06:07](#)

وزيادة نشاط وطبعا للاسف الشديد انه من اعراض النوبة الهوسية زيادة الرغبة الجنسية حتى ما ادري اه ما اتهم احد لكن القصد انه هذي من اعراض النوب الهواسي صار بعض الاشياء الغريبة على البنت نفسها - [01:06:29](#)

طبيب لا والوالدين خطر في باله انه مرض نفسي الا بعد بعد فترة توقع ان هو مرض نفسي جو في العيادة اخذوا فقط لا ما في نصايح ولا حاجة علاج اه مثبت مزاج. بس الله الشافي سبحانه. بالزبط. فقط هذا المعاناة اللي كانوا يعني يشوفونها والالم اللي قاعد يشوفونها - [01:06:46](#)

في البيت الخروج لا تربط ترى حبوب سبحان الذي سخره. جرعتين تقريبا في اليوم شيه بسيط جدا جاءت المقابلة الثانية تماما ولا حتى اعراض ما فيها يعني يعني رجعت رجعت بفضل الله عز وجل ثم بفضل العلاج - [01:07:12](#)

الى سابق عهدها يعني اصلا هي هذه عاداتها واخلاقياتها ودينها عرض لهم يعني يغير من المرض فقط من تغيير الكيمياء حقت المخ. غصبا عنها لما زال المرض رجعت الى سابق عهده. اللهم لك الحمد - [01:07:36](#)

اه ذكرت يا دكتور في مريض الاكتئاب تجيه حالات اه شديدة صباح كل يوم. في الغالب يعني ان الصباح تشد عليه شوي. ثنائي القطب ايضا عنده اه اوقات كذا تنشط فيها - [01:07:55](#)

وصل ثاني قط طول اليوم متقلب. متقلب. متقلب يعني ممكن يكون قاعد هادئ. تبدأ تتكلم معاه يضربك. يعني فجر. يعني طالع يعني متقلب. فما تستطيع انك اه تتوقع حتى الخطوة القادمة - [01:08:10](#)

اه لكن ما تقدر تقول والله مثلا ثابت انه في الصباح يكون كذا او في المساء يكون كذا اه عاجز عن شكر الصراحة استفدتوا كثيرا اسأل الله عز وجل ان يشفي كل مريض وان يقر اعيننا بسلامة وشفاء كل من نحب بارك الله فيك وجزاك الله - [01:08:27](#)

شكرا - [01:08:47](#)