

مقدمة بحث علمي عن الأمراض النفسية

تعتبر الأمراض النفسية أو الأمراض العقلية من الاضطرابات والتغيرات التي تصيب سلوك الإنسان وتصرفاته، كما أن مصطلح المرض النفسي يشير إلى مجموعة من الأمراض، كما يعتبر الاضطراب النفسي بأنه اختلال عقلي سريري قوي جداً يصيب الحس الإدراكي للمريض أو قدرته على ضبط مشاعره أو سلوكياته، وعادة ما يكون هنالك قصور واضح في أداء العديد من المهام البديهية، علماً بأن أنواع الاضطرابات النفسية كثيرة ومختلفة، ويُشار إلى الاضطرابات النفسية أيضاً بأنها حالات من حالات الصحة النفسية، وهذا المصطلح الأخير من المصطلحات الأوسع نطاقاً وشمولية، حيث يشمل الاضطرابات النفسية والإعاقات النفسية والاجتماعية والحالات النفسية العديدة.

بحث علمي عن الأمراض النفسية

تعتبر الأمراض النفسية من الأمراض التي تؤثر على النفس والعقل للمريض وتؤثر على مشاعر والحس الإدراكي، ويمكن أن يؤدي الإهمال في جديّة الأمراض النفسية إلى الانتحار أو وقوع ضرر على الآخرين المجاورين لأي من المرضى النفسيين، وستحدث من خلال البحث العلمي عن الأمراض النفسية عن عديد من النقاط المهمة لتوعية القارئ بخصوص هذه النوعية من الأمراض بطريقة مفيدة وعلمية قيمة ومنها هذه النقاط ما يلي:

تعريف الأمراض النفسية

المرض النفسي يعرف بأنه عبارة عن تغيرات ملحوظة في سلوكيات المريض وحدث اضطرابات عقلية ملحوظة وخلل في تادية المهام الروتينية، وتجدر الإشارة أنه في حال ملاحظة وجود مرض نفسي لأي شخص يجب التوجه بشكل فوري إلى طبيب متخصص بالأمراض النفسية لمعاينة الحالة ودراستها وتوضيح الطرق السليمة في التعامل مع المرض النفسي والعلاج الطبي الصحيح، كما أن هنالك العديد من الأعراض للأمراض النفسية وتنقسم إلى نوعين أساسيين هما الأعراض الجسدية والأعراض النفسية وكل نوع له العديد من الأعراض الظاهرة والتي يمكن تمييزها بعد المعاينة الطبية الصحيحة.

كما تجدر الإشارة أن هناك العديد من حالات الانهيار الطبيعية للعديد من الأفراد السلميين نفسياً وصحياً، ولا تعد من الاضطرابات العقلية ومنها ردود الأفعال المتوقعة على أحداث حياتية محزنة أو المُرعبة للغاية لا تُصنّف ضمن الأمراض النفسية، فمثلاً لا تُعتبر ردود الأفعال على وفاة شخص قريب مرضاً نفسياً، ويُشار أيضاً أنّ التصرفات الخارجة عن عادات المجتمع وما ألفه الناس ليست أمراضاً نفسية طالما لم تكن مصحوبة باختلال عقلي [1].

أسباب الأمراض النفسية

يوجد العديد من الأسباب والعوامل التي تزيد من فرصة الإصابة بالأمراض النفسية للعديد من الأفراد، فالأمراض النفسية تنتج نتيجة حدوث صدمات حياتية قوية للإنسان، ومن الأسباب المؤدية للأمراض النفسية ما يلي [2]:

- أسباب وراثية: يعتبر العامل الوراثي من المسببات الرئيسية للإصابة بالأمراض النفسية، فيكون هناك فرصة كبيرة للإصابة إذا كان هنالك تاريخ مرض نفسي لأحد أفراد العائلة في السابق.
- أسباب انفعالية: تؤثر العوامل الانفعالية الناتجة عن الصدمات في الحياة أو في مرحلة الطفولة مثل العنف والحرمان و الاعتداء الجنسي وغيرها من الأحداث القوية، تسبب بشكل كبير مرض نفسي للعديد من الضحايا.
- أسباب بيئية: تعتبر البيئة التي يعيشها الفرد من العوامل المهمة في الحفاظ على الصحة النفسية، فهناك عوامل بيئية تؤثر على الفرد مثل طلاق الأبوين و الشك والعقاب الصارم.

أنواع الامراض النفسية

تعد الأمراض النفسية والاضطرابات الصحية من المؤثرات الأساسية على دماغ الإنسان، وقد تسبب العديد من الأنماط الغير مستقرة للمريض، والتي تؤثر في قدرة الشخص على إنجاز المهام اليومية بكفاءة، وتوجد العديد من أنواع الأمراض النفسية المنتشرة حول العالم ومنها ما يلي:

- البارانويا: هو مرض نفسي يصيب الأفراد فيجعل منهم أنهم يعتقدون أنهم دائماً ضحايا اعتداء ما، وإن الجميع يتآمرون عليه ويحمل مسؤولية أخطائه وحالته على الآخرين.
- الصرع: هو مرض يصيب الإنسان نتيجة اضطرابات عقلية ويكون على شكل تشنجات عضلية أو عصبية ومن الممكن ان تكون تشنجات عابرة حسب نوع الحالة.

- **الوسواس القهري**: هو مرض العقلي يصيب المريض فيخلق له أفكار سلبية وتسبب بمشاعر مؤلمة للمريض لا يستطيع مقاومتها، الوسواس ممكن أن يكون أفكار أو عادات وتصرفات غريبة.
- **الاكتئاب**: يعتبر من أخطر الأمراض النفسية، حيث يؤثر على النفسية للمرضى فيجعل المريض في حالة عزلة وحزن دائمين وشديدين ويؤدي إلى الانعزال وفي حالات عديدة إلى الانتحار.
- **الهوس**: الهوس عبارة عن فرط الاهتمام بالأشياء، وشعور المريض بالنشاط والحيوية وهو من الأمراض النفسية التي يمكن العلاج منها.
- **الانفصام**: يعتبر الانفصام من الأمراض النفسية التي تؤثر على سلوكيات المريض، فقد يعاني مريض الانفصام من حالات انفصام عن الواقع.

عوامل خطر الإصابة بالأمراض النفسية

توجد العديد من العوامل الحياتية التي تؤثر على الأفراد لتزيد من خطر الإصابة بالأمراض النفسية، فالمرض النفسي لا يعرف صغير أو كبير أو طفل أو زوجة فالجميع معرض لخطر الإصابة بمرض نفسي ومن العوامل التي تزيد من خطر الإصابة ما يلي [3]:

- **الجنس**: جنس الفرد يؤثر على الإصابة بالأمراض النفسية فالنساء أكثر عرضة للإصابة أكثر من الرجال.
- **العمر**: تظهر معظم الاضطرابات النفسية في الأعمار المبكرة للأفراد.
- **التوتر والضغوطات النفسية**: إن التعرض لضغوطات الحياة والتوتر النفسي المستمر الناجم عنها قد يرفع خطر الإصابة بالأمراض النفسية.
- **تلف في الدماغ**: تؤثر الإصابات الخطيرة في الدماغ، على الصحة النفسية للأفراد وتزيد من خطر الإصابة بالأمراض النفسية.
- **التعرض لأحداث حياتية وصددمات صعبة**: تعتبر الأحداث المؤلمة والاعتداءات ومناطق الحروب من العوامل المؤثرة بشكل أساسي على الصحة النفسية للأفراد.
- **سوء التغذية والتعرض لبعض أنواع المواد مثل الرصاص**.
- **نمط الحياة**: يؤثر نمط الحياة على الصحة النفسية مثل قلة التغذية والقلق وقلة النوم تزيد من خطر الإصابة بالأمراض النفسية.

الوقاية من الأمراض النفسية

هنالك العديد من الطرق الفعالة في تقليل من خطر الإصابة بالعديد من الأمراض النفسية والعقلية للعديد من الأفراد، ولكن لا توجد طرق أساسية ومؤكدة، فالصحة النفسية يجب رعايتها والحفاظ عليها لجميع الناس في المجتمع، ومن العوامل التي تزيد من الوقاية من الأمراض النفسية ما يلي [4]:

- **الانتباه للعلامات التحذيرية**: من اخلال معرفة ما يحدث مع المريض أو الأفراد من حولنا وملاحظتها والتعامل معها بطريقة سليمة وصحيحة.
- **تلقي الرعاية الصحية بشكل دوري**: من خلال المتابعة الدورية على زيادة الطبيب والمراكز العلاجية المتخصصة ومتابعة تلقي الأدوية بشكل دوري.
- **طلب المساعدة الطبية عند الحاجة**: طلب المساعدة والعلاج يساعد في الشفاء من العديد من الأمراض، ولكن التأخر والتراخي في طلب المساعدة يعيق عملية التحسن ومن الممكن جعلها مستحيلة.
- **الرعاية الشخصية الجيدة**: وذلك باتباع نظام الحياة الصحي، من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية بشكل روتيني، والنوم الصحي وابتعاد عن الاحداث المقلقة والمسببة للتوتر الشخصي.

خاتمة بحث علمي عن الأمراض النفسية

وفي ختام نذكر الجميع بأهمية الحفاظ على الصحة النفسية للفرد والأسرة والمجتمع المحيط بنا، فالتقليل من خطر الإصابة بالأمراض النفسية يساعد في وجود مجتمع صحي ومترايط وقوي ومتماسك، فالأمراض النفسية تؤثر بشكل سلبي على حياة العديد من الناس لأنها تضر بالمشاعر النفسية الداخلية للإنسان، وتلك الأمراض تؤدي لحدوث اضطرابات عقلية قوية من الممكن أن تسبب العديد من حالات الانتحار، فيجب على المجتمع والأفراد الاهتمام بالمرضى النفسيين وتقديم كل ما يلزم لمساعدتهم.

موقع المديح