Issue 6342 Monday 6/5/2019
الزمان – السنة الثانية والعشرون العدد 6342 الاثنين 1 من رمضان 1440 هـ 6 من آيار (مايو) 2019م
Azzaman Arabic Daily Newspaper Vol/22. UK

متلازمة القدس تسبب جنون الإرتياب

مدن تستدعي تحذيراً طبياً قبل زيارتها

لندن - جوليس مونتيغيه

كان من المفترض أن يعود الشاب أوليفر ماكافي إلى دياره بحلول فترة الاحتفال بأعياد الميلاد "الكريسماس" في عام .2017لكن هذا الشاب البالغ من العمر 29عاما والقادم من أيرلندا الشمالية، اختفى تماما عن الأنظار منذ الحادي والعشرين من نوفمبر/تشرين الثاني من ذلك العام.

وقبل اختفائه، كان ماكافي يستقل دراجته على طريقٍ يُعرف بـ "مسار إسرائيل الوطني"، مارا بالقرب من مدينة متسبيه ريمون الصحراوية. وقد عُثرَ على دراجته وخيمته بعد شهرين من اختفائه في جنوبي إسرائيل، ووُجِدتْ متعلقاته من مفاتيح وجهاز كمبيوتر محمول وحافظة نقود، على طول المسار الذي كان يسير عليه، وسُلِمَت فيما بعد للسلطات.

وفي تلك الآونة، سارعت وسائل الإعلام إلى الحديث عن إمكانية أن يكون ماكافي قد أصيب بـ "متلازمة القدس"، وهي حالة نفسية أو بالأحرى انفصال عن الواقع، ترتبط في أغلب الأحيان بالمرور بتجارب ذات طابع ديني. ويعاني المصابون بهذه المتلازمة من "جنون الارتياب" أو "البارانويا"، إذ يرون ويسمعون أشياء ليست موجودة على الإطلاق، كما أنهم يصبحون "ممسوسين" ومصابين بـ "الهوس". ويتطور الأمر في بعض الأوقات ليختفوا تماما عن الأنظار.

وفي أواخر القرن الماضي ومطلع القرن الحالي، قال أطباء في مستشفى كفار شاؤول للصحة النفسية في إسرائيل إنهم يفحصون نحو مئة سائح سنويا من المصابين بهذه المتلازمة، يحتاج قرابة 40منهم لدخول المستشفى.

ويشكل المسيحيون غالبية هؤلاء الأشخاص، ويوجد بينهم بعض اليهود أيضا، بجانب عدد أقل من المسلمين. وكتب الأطباء الإسرائيليون في دورية بريطانية معنية بالطب النفسي أن "متلازمة القدس" هي شكل من أشكال الاضطرابات العقلية، التي تحدث في مدينة "تستحضر شعورا بما هو مقدس وتاريخي وسماوي كذلك.

ويعاني كثيرون ممن شخصت إصابتهم بهذه المتلازمة، من الأصل من اضطرابات نفسية، من قبيل الانفصام في الشخصية أو "الاضطراب الوجداني ثنائي القطب"، وهي مشكلات دفعت بهم إلى الشروع في مهمة مقدسة وهمية.

وتحدث الأطباء الإسرائيليون عن حالة سائح أمريكي مصاب بالانفصام في الشخصية، بدأ بالتدرب على رفع الأثقال في منزله، ثم شرع تدريجيا في تقمص شخصية "شمشون" التوراتية. سافر هذا الرجل إلى إسرائيل، وركز اهتمامه على تحريك كتل حجرية عملاقة من الجدار الغربي للمسجد الأقصى الذي يعرفه الإسرائيليون باسم "حائط المبكى". وقد أوقفته الشرطة وأُدْخِلَ إلى المستشفى، وعولج بالعقاقير المَضادة للذهان، قبل أن يُعاد إلى وطنه برفقة والده.

علاج امراض

لكن هناك من أصيبوا باضطرابات نفسية لدى زيارتهم القدس، دون أن يكون لهم تاريخ مع ذلك النوع من الأمراض. ورغم أن عدد هؤلاء محدود نسبيا، إذ يصل إلى 42 من أصل 470 سائحا أُدْخِلوا المستشفيات على مدار 13عاما لَلعلاج من مثل هذه الاضطرابات، فإن حالاتهم كانت مأساوية ودراماتيكية بقدر ما كانت غير متوقعة.

وعادة، يصبح أولئك الأشخاص مهووسين بفكرة النظافة والطهارة فور وصولهم إلى القدس تقريبا، ما يتجلى في حرصهم على الاستحمام لعدد لا حصر له من المرات، وإلزامهم لأنفسهم بقص أظافر أصابع اليدين والقدمين. ويرتدي هؤلاء ملابس بيضاء اللون، يأخذونها غالبا من المفارش الكتانية التي تغطي أَسِرَة الفنادق التي يقيمون فيها. كما يلقَون عظات ويرددون مزامير وتراتيل دينية في الشوارع، أو في أي من البقاع المقدسة في المدينة.

وتستمر هذه الاضطرابات النفسية عادة لأسبوع أو نحو ذلك. ومع أنهم عُولجوا في بعض الأحيان بالعقاقير المُسَكِنة وجلسات العلاج النفسي، فإن علاجَهم كان يتمثل في "الإبعاد الفعلي عن القدس ومواقعها المقدسة".

وفي المقال الذي نشرته الدورية الطبية البريطانية، قال الأطباء الإسرائيليون إن هؤلاء السائحين – الذين ينتمون عادة إلى أسر من غلاة المتدينين- يعانون من عدم الانسجام ما بين الصورة المثالية الراسخة في اللاوعي لديهم عن القدس والحقيقة الماثلة أمام أعينهم لها كمدينة تجارية صاخبة وغاصة بروادها، وهو ما يؤدي لإصابتهم بتلك المتلازمة.

وقال واحد ممن كتبوا عن هذه المتلازمة إن القدس ربما تشكل "أرضا خصبة للوهم الجماعي"، في إشارة إلى قرون من النزاعات التي نشبت بين الأديان بشأنها، وما نجم عنها من "خلافات ومؤامرات". وفي واقع الأمر، لا تشكل "متلازمة القدس" محنة من نوعٍ جديد؛ فما توصف به أعراضها يُذكِّر بحالات رُصِدَتْ في العصور الوسطى كذلك.

وإذا عدنا لحالة أوليفر ماكافي، فسنجد أن احتمال إصابته بـ "متلازمة القدس"، لم يكن جديدا في ظل ما كان معروفا عنه من الأصل من أنه مسيحيٌ متدين.

وقد أشار المحققون في واقعة اختفائه إلى العثور على أسفار ممزقة من الكتاب المقدس مُثبتة بثقالات من الصخور في المكان الذي اختفى فيه، بالإضافة إلى كتابات دينية بخط يده، وإشارات خطّها تتناول انخراط السيد المسيح في الصيام في الصحراء، فضلا عما ذكره تقرير بشأن العثور على ما سُمي "معبدا" أو "كنيسة"، في إشارة إلى منطقة رملية تم تسويتها وإحاطتها بدائرة من الأحجار.

وكما تزيد فرص تعرف الأطباء في القدس على أعراض المتلازمة التي تحمل اسم المدينة لأنهم يرون الكثير من المصابين بها؛ يرصد نظراؤهم في مدينة فلورنسا الإيطالية أعراضا مماثلة ولكن في سياق ظروف مختلفة. إذ يبدو أن روعة الفن والعمارة في المدينة تستحوذ على زوارها بقدر يصيبهم أحيانا بالذهان.

ففي إحدى المرات، أدت زيارة فنان يبلغ من العمر 72 عاما إلى جسر بونتي فيكيو في المدينة إلى نشوء اعتقاد في ذهنه – في غضون دقائق قليلة من وصوله للمكان – مفاده بأنه يخضع للمراقبة من جانب شركات طيران دولية، وأن أجهزة تنصت زرعت في غرفته في الفندق.

شخصيات مرسومة

حالةٌ أخرى تمثلت في سيدة في الأربعينيات من عمرها، ساورها اعتقاد بأن شخصيات مرسومة في لوحة جصية بإحدى كنائس فلورنسا تشير إليها. ونُقِلَ عن هذه السيدة القول: "بدوا لي أنهَم يكتبون عني في الصحف، ويتحدثون عني كذلك في الإذاعة، ويلاحقونني في الشوارع".

وقد وصفت الطبيبة النفسية غراتزيللا ماغيريني – وهي من فلورنسا – الحالة المرضية التي أصيب بها أكثر من 100سائح ترددوا على أحد مستشفيات المدينة بين عامي 1977 و1986. وشعر هؤلاء بخفقان في القلب وتعرق وآلام في الصدر ونوبات دوار، وحتى حالات هلوسة، فضلا عن إحساس بالتشوش والعزلة وفقدان الهوية.

وقد حاول البعض من أولئك السائحين تخريب أعمال فنية في فلورنسا. وتشير ماغيريني إلى أن ما حدث لهؤلاء الأشخاص ناتج عن أن لديهم شخصية ذات طبيعة حساسة، تتأثر بالضغوط الناجمة عن "السفر ورؤية مدينة مثل فلورنسا تطاردها أشباح الموت والعظمة". وتقول الطبيبة النفسية إن كل ذلك ربما يكون أكثر من اللازم بالنسبة لسائح ذي شخصية حساسة.وقد أطلقت ماغيريني على تلك الحالة اسم "متلازمة ستاندال" نسبة لكاتب فرنسي، كان قد قال عقب خروجه من كنيسة "سانتا كروز" في فلورنسا خلال زيارته لها عام 1817 إنه "غُمِرَ بالمشاعر في غمار تأمله للجمال المهيب السامي"، وبوغتَ بـ "نوبة ضارية من نوبات خفقان القلب".

وأضاف حينذاك: "جف معين الحياة الذي لا ينضب بداخلي، ودخلت المكان وأنا أشعر بخوف مستمر من السقوط أرضا".ورغم أن عدد المصابين بهذه المتلازمة لم يعد يتجاوز اثنين أو ثلاثة سنويا في الوقت الحاضر، فإن صالة "أوفيتيزي" للأعمال الفنية في فلورنسا لا تزال تشهد نصيبها من الوقائع التي يُصاب فيها الزوار بحالات مرضية طارئة. ففي الآونة الأخيرة، أصيب رجل بنوبة مرضية، وهو يُحدّق في لوحة تحمل اسم "بريمافيرا" للرسام ساندرو بوتيتشيلي، كما أُغشي على آخر بفعل رؤيته للوحة "ميدوسا" للرسام كارافاجيو. وفي تصريحات للصحافة المحلية بُعيد إصابة زائر ثالث بأزمة قلبية أمام لوحة "مولد فينوس" لـ "بوتيتشلي" كذلك، قال مدير صالة العرض إنه على الرغم من كونه لا يقترح تشخيصا ما لهذه الحالات فإنه يرى أن "مواجهة متحف مثل متحفنا، يغص على أخره بأروع التحف الفنية، تشكل بالقطع مصدرا محتملا للضغوط العاطفية والنفسية وحتى الجسدية" التي يتعرض لها الزوار.

وعلى النقيض من ذلك، تخيب مدنٌ في بعض الأحيان توقعات زوارها، وهو ما ينطبق على باريس التي توجد متلازمة تحمل اسمها تصف اضطرابات نفسية يصاب بها سائحون يابانيون؛ يرون أن العاصمة الفرنسية لا ترقى إلى مستوى توقعاتهم.

ويزيد عدد المصابين بهذه المتلازمة على 63 شخصا، سُحقَت مشاعرهم على ما يبدو بعدما رَأوا أن باريس ليست مدينة أحلامهم. إذ تملكت هؤلاء مشاعر الحزن والتوتر بفعل رؤيتهم لوجوه الباريسيين الصارمة، وبسبب ما اعتبروه قلة الرغبة في مد يد العون لهم من جانب أصحاب المحال في المدينة، بالرغم من أن "الزبون يُعامل كملك في المحال اليابانية"، كما يقول ممثل رابطة تساعد الأسر اليابانية على الإقامة والاستقرار في فرنسا.لكن هل تقتصر هذه المتلازمات بالفعل على مدنٍ مثل القدس وفلورنسا وباريس؟ وهل يستحق الأمر إصدار تحذيرات لزوار تلك المدن لتنبيههم إلى وجود خطر يتهددهم هناك؟ قبل الإجابة على هذا السؤال، لعل من الواجب الإشارة إلى أن المشكلات الخاصة بالصحة الذهنية تمثل أحد الأسباب الرئيسية للمتاعب الصحية التي يعاني منها المسافرون. وتفيد منظمة الصحة العالمية بأن حدوث حالة طوارئ بسبب المعاناة من مشكلة نفسية يشكل أحد أكثر الأسباب الطبية شيوعا لنقل شخص ما جوا بشكل عاجل من بلد لآخر.

كما أن الأرقام تشير إلى أن الإصابة بحالات ذهان حادة تشكل – على وجه التحديد – ما يصل إلى 20 في المئة من مشكلات الصحة العقلية التي يُصاب بها المسافرون، وليس كل هؤلاء من زوار مدينة مثل القدس بطبيعة الحال.على أي حال، هناك الكثير من العوامل التي تجعل المسافرين المنهكين يشعرون بالضيق إلى حد يسلبهم القدرة على التعامل مع المواقف التي يمرون بها خلال رحلاتهم. إذ تسهم أسبابٌ مثل الإصابة بالجفاف أو الأرق أو اضطراب الرحلات الجوية الطويلة في المعاناة من الذهان، وذلك جنبا إلى جنب مع تعاطي الحبوب المنومة أو معاقرة الكحول خلال الرحلة، بالإضافة في بعض الحالات إلى تناول أدوية مثل أحد مضادات الملاريا.

ويتسبب خوف المرء من الطيران في حدوث ما بين 2.5 في المئة إلى 6.5 في المئة من هذه المشكلات، بينما ينجم ما يصل إلى 60 في المئة منها عن الشعور بالقلق الحاد. وبوسعك أن تضيف هنا أسبابا من قبيل، التوتر الناجم عن إجراءات التفتيش في المطارات، والوقوف في صفوف طويلة أمام المتاحف، والمعاناة من اخْتلاف اللغة وكذلك التباينات الثقافية، بجانب الترقب الشديد للقيام برحلة ذات طابع ديني أو ثقافي طال انتظارها. ومن شأن تضافر كل هذه العوامل أن يمهد الطريق لأن تجتاح المرء اضطرابات ذهنية كتلك التي تحدثنا عنها في السابق.

أما بالنسبة للمسافرين الذين يصابون بأنواع حادة من الاضطرابات النفسية، فمن المرجح أن يكون سبب حالات الكثيرين منهم أنهم يعانون من الأصل من ذهان لم يكن الأطباء قد شخصوه من قبل، أو أنه كان لديهم استعداد للإصابة بهذا النوع من الاضطراب، قبل وقت طويل من إصابتهم بحالات مثل هذه خلال زيارتهم للقدس أو فلورنسا مثلا. فأكثر من نصف من أُدْخلوا إلى المستشفيات من بين أفراد عينة الدراسة التي أجرتها الطبيبة النفسية غراتزيللا ماغيريني، كان لديهم تواصل من قبل مع طبيب نفسي.كما قال معلقون في الدورية الطبية البريطانية التي تم على صفحاتها تناول "متلازمة القدس"، إنه لا ينبغي اعتبار المدينة نفسها عاملا مسببا للمرض، في ضوء أن التصورات التي تنجم عنها المشكلة المرضية التي يعاني منها بعض الزوار بدأت في مكان آخر سواها".

مذكرات مفصلة

كما أن ثمة محاذير تكتنف صحة ما رواه الكاتب الفرنسي ستاندال عن رحلته لفلورنسا. فالمذكرات المُفصلّة التي كتبها الرجل في فترة مُعاصرة للزيارة كانت ذات طابع ركيك، وحفلت مثلا بشكواه من ضيقٍ حذائه طويل الرقبة، دون أن تتضمن ولو كلمة واحدة عما وصفه بتجربته المكثفة في كنيسة "سانتا كروز" في فلورنسا، بالرغم من أن الكتاب الذي نشره عن تلك الرحلة، وصف زيارته إليها بأنها كانت "التجربة الأعمق" التي وصل فيها إلى مرحلة "تخالج المرء فيها أحاسيس علوية".فهل يمكن أن يكون قول المرء إن مشاهدته لفنون عصر النهضة، أدت إلى أن تجتاحه مشاعر غامرة بلغت حد سقوطه مغشيا عليه، ما هو إلا محاولة منه لتأكيد منزلته وسموه وثقافته الرفيعة؟ أم أنه يتعين علينا أن نصدق أنه يمكن بحق لفن رائع وعظيم مثل هذا، سلب لب الإنسان وعقله، بقدر أكبر مما يحدث بسبب عوامل مثل الوقوف في صفوف لا نهاية لها أمام المتاحف أو اضطراب الرحلات الجوية الطويلة؟

شعور: تستحضر القدس في النفوس شعورا بما هو مقدس وتاريخي وسماوي

استطلاع

الأطباء يعالجون إضطراب بعد الصدمة

الفزع في النوم أبرز الآثار النفسية الخفية للولادة

لندن - سارة غريفيث

فزعت من نومي في الثالثة فجرا، وكانت وسادتي مبللة بالعرق، وشعرت أن عضلاتي متيبسة ومفاصلي ترتعد بعد الكابوس الذي يراودني كل ليلة. أعلم أنني الآن آمنة في فراشي، ولم تعد حياتي في خطر، لكنني لا أستطيع التخلص من هذه الذكريات المؤلمة التي تتراءى لي وتلح علي أثناء النوم.

تنتابني هذه الأعراض منذ أن تعرضت لتجربة ولادة عسيرة سببت لي اضطراب ما بعد الصدمة، وهو اضطراب نفسي يصاب به الأشخاص الذين مروا بأحداث مؤلمة أو مروعة، وكثيرا ما تداهمهم ذكريات الحدث الصادم أثناء اليقظة وتطاردهم الكوابيس.

وقد ظهر هذا الاضطراب للمرة الأولى لدى جنود الحرب العالمية الأولى بسبب الفظائع التي عايشوها في الخنادق أثناء الحرب. وحتى الآن لا يزال الاضطراب يرتبط في الأذهان بالحروب، واشتهر بأنه يصيب الرجال أكثر من النساء.

لكن ملايين النساء حول العالم يصبن باضطراب ما بعد الصدمة بسبب المعاناة التي يكابدنها أثناء الولادة. ومهما اختلفت أسباب الصدمة النفسية، فإن أعراض الاضطراب لا تتغير من مريض لآخر.

حدث مؤلم

يقول باتريك أوبراين، خبير الصحة النفسية للأم بمستشفى كلية لندن الجامعية: "قد تشعر المصابات باضطراب ما بعد الصدمة بالخوف والعجز أو الذعر بسبب التجربة المريرة التي مررن بها، وتطاردهن ذكريات ومشاهد وأفكار وكوابيس عن الولادة. وكلما تعرضن لأشياء تذكرهن بالحدث، يتملكهن الحزن والقلق أو الذعر. وقد يتجنبن كل ما يذكرهن بالحدث المؤلم، حتى الحديث عنه".

إلا أن الجمعية الأمريكية للطب النفسي لم تدرج الولادة رسميا كأحد مسببات الصدمة النفسية إلا في التسعينيات من القرن الماضي، حين عدلت توصيف الحدث الصادم، الذي كان يعرف بأنه "أي شيء يتجاوز نطاق التجارب البشرية المعتادة"، لتضيف إليه "عندما يشاهد المرء أو يواجه خطرا ماديا أو حادثة تهدد حياته أو حياة غيره ويتفاعل معها بالخوف أو العجز أو الهلع".

وقبل ذلك، لم تكن تندرج الولادة ضمن الأحداث الصادمة لأنها تجربة معتادة، رغم ما تسببه من تبعات قد تصل إلى الموت. وتشير منظمة الصحة العالمية إلى أن 803 من النساء يلقين حتفهن يوميا بسبب مضاعفات الحمل والولادة.

وحتى الآن لا توجد إحصاءات رسمية بعدد الأمهات اللائي يعانين من اضطراب ما بعد الصدمة بسبب الولادة، نظرا لقلة الوعي بالمرض. إلا أن بعض التقديرات تشير إلى أن أربعة في المئة من الأمهات يصبن باضطراب ما بعد الصدمة بعد الولادة، وهذه النسبة ليست بالقليلة إذا وضعنا في الاعتبار أن العالم يشهد ولادة 130 مليون طفل سنويا.

وأشارت دراسة أجريت عام 2003 إلى أن ثلث الأمهات اللائي مررن بتجربة ولادة صادمة، أصبن فيما بعد باضطراب ما بعد الصدمة.

وأثبتت أبحاث أن الآباء أيضا قد يصابون باضطراب ما بعد الصدمة بسبب مشاهدة المخاطر التي واجهتها شريكات حياتهم أثناء الولادة العسيرة.

وقد تخلف هذه التجربة آثارا طويلة الأمد على حياة المصابات، وتتجلى أعراضها في صور عديدة، إذ تقول ليوني داونز، من مدينة لانكشر بالمملكة المتحدة، التي أصيبت باضطراب ما بعد الصدمة بعد أن عانت أثناء الولادة من مرض تعفن الدم الذي كاد يودي بحياتها: "استرجع دائما في ذهني مشاهد من الولادة، ويتملكني الرعب والحذر كأنني أواجه خطرا حقيقيا".

وتقول لوسي ويبر التي أصيبت بالاضطراب بعد أن وضعت طفلها في عام ?2016إنها تعاني من سلوكيات قهرية وأصبحت دائمة القلق. وتضيف: "لا أدع طفلي يغيب عن نظري لحظة ولا أسمح لأحد بمسه. وتداهمني أفكار تشاؤمية حيال كل من أحبهم".

لكن الولادة العسيرة لا تسبب دائما اضطراب ما بعد الصدمة. إذ أجرت إليزابيث فورد، من جامعة كوين ماري بلندن، وسوزان آيرز من جامعة ساسكس بحثا عن اضطراب ما بعد الصدمة المرتبط بالولادة، وخلصن إلى أن النساء اللائي يشعرن بانعدام الحيلة أثناء الولادة أو لا يحظين بالرعاية والدعم الكافيين هن أكثر عرضة للاصابة بالاضطراب".

وهناك قصص عديدة تؤكد هذه النتيجة. إذ اشتكت ستيفاني، وهو اسم مستعار، من سوء الرعاية الصحية والنفسية أثناء الوضع، وتقول إن الممرضة المختصة بالتوليد لم تتعاطف معها أو تعاملها برفق. وبعد مخاض عسير، كان المولود يختنق حتى تحول لونه إلى الأزرق، وأخذه الأطباء على الفور لإنعاش القلب والرئتين، ولم أسمع عن حالته شيئا لساعات".

وتقول إيما سفانبرغ، الأخصائية النفسية، إن الكثير من الأمهات اللائي أصبن باضطراب ما بعد الصدمة بسبب الولادة يشكون من قساوة الممرضات والأطباء وعدم الترفق بهن.

وتقول ريبيكا مور، طبيبة نفسية لدى هيئة خدمات الرعاية الصحية الوطنية بالمملكة المتحدة، إن النساء اللائي أصبن من قبل بصدمة نفسية، أو يعانين من الاكتئاب أو القلق المرضي أكثر عرضة من غيرهن بخمسة أمثال للإصابة باضطراب ما بعد الصدمة.

وتكمن مشكلة اضطراب ما بعد الصدمة في معالجة الدماغ للذكريات. فمن المعروف أن الذكريات تختزن في منطقة الحصين بالدماغ. لكن إذا كانت التجربة مؤلمة وصادمة، فقد تستثير رد فعل المواجهة أو الفرار، ومن ثم ينشط الجزء المسؤول عن الخوف من الدماغ وهو منطقة لوزة الدماغ، وتظل الذكريات عالقة في هذه المنطقة من الدماغ ويتعذر محوها.

دخول المستشفى

ولهذا فإن كل شيء يرتبط في ذهن الأم بالولادة، مثل الدخول إلى المستشفى أو مشاهدة مقطع للولادة في التلفاز، يثير لديها ردود فعل قوية، مثل نوبات الذعر أو استرجاع مشاهد من الحدث في الذهن، وكأنها تواجه خطرا حقيقيا.

وأشارت أبحاث إلى أن كثرة استرجاع الذكريات المؤلمة يؤثر على بنية الدماغ. إذ لاحظ الباحثون أن الجزء الأيمن من لوزة الدماغ لدى جنود يعانون من اضطراب ما بعد الصدمة كان أكبر بنسبة ستة في المئة مقارنة بنظرائهم. ويرتبط الجزء الأيمن من لوزة الدماغ بالتحكم في الخوف ومقاومة مثيرات الحزن.وثمة عقبات عديدة تقف في طريق تشخيص المرض، منها تشابك الأعراض التي تعاني منها النساء المصابات بالاضطراب، ما يؤدي إلى التشخيص الخاطئ للمرض أو تأخره. فضلا عن الوصم المرتبط بالمرض، الذي يدفع بعض المريضات إلى إخفاء أعراضهن عن الآخرين.

وتقول مور إن إطلاع النساء على طرق الولادة أثناء الحمل سيمكنهن من اتخاذ القرارات الصحيحة. لكنهن نادرا ما يحصلن على المعلومات الكافية عن المخاطر المصاحبة للولادة".

وتضيف: "كثيرا ما تُدلل الأم أثناء الحمل، ثم يتسحوذ الطفل على كل الاهتمام بعد الولادة. وإذا اشتكت الأم التي تعاني من مرض نفسي فقد تتعرض للانتقاد، وعندها لن تستطيع استجماع الشجاعة الكافية لطلب المساعدة."وكانت ستيفاني واحدة من المصابات باضطراب ما بعد الصدمة اللائي حاولن التكتم على أعراضهن. وكانت ستيفاني تعاني من حذر مفرط من كل شيء ودائما تتوقع الأسوأ.وتقول ستيفاني: "كنت أعلم أنني أعاني من شيء ما ولكنني آثرت إبقاء الأمر سرا لشهور. وتوقفت عن الأكل والنوم، ولم أسمح لأي شخص بأن يعتني بطفلي. ومن فرط انشغالي بطفلي الأصغر، أهملت أخوته الذين أصبحوا يعتمدون كليا على أبيهم. وساءت علاقتي بابنتي التي لم تتجاوز عامين، وفقدت الثقة في قدرتي على التربية".وأثبتت دراسة من جامعة ساسيكس أن اضطراب ما بعد الصدمة الناتج عن الولادة يؤثر على العلاقة الزوجية والأسرية، إذ قد يؤدي إلى الضعف الجنسي والخلافات وتحميل شريك الحياة مسؤولية تبعات الولادة.وذكرت جميع المشاركات في الدراسة أنهن شعرن في البداية بالنفور من أطفالهن، وخلصت الدراسة إلى أن اضطراب ما بعد الصدمة قد يترك آثارا عميقة ودائمة على نفسية الأم وعلاقتها بالآخرين. وذكرت بعض المريضات أن مستقبلهن المهني تأثر بسبب الاضطراب.

وتقول مور إنها تلتقي دائما بنساء لم يستطعن العودة للعمل من شدة التأثر بالتجربة المؤلمة التي تعرضن لها.

وثمة طرق علاجية عديدة لمساعدة هؤلاء المصابات بالاضطراب في التغلب على الآلام النفسية المصاحبة له، مثل العقاقير أو العلاج السلوكي المعرفي، الذي يعتمد على التحدث مع المريض لتغيير طريقة تفكيره أو سلوكياته. وأحيانا تستخدم لعلاج الاضطراب طريقة أخرى تعتمد على حركة العين للتخلص من المشاعر السلبية المصاحبة لذكريات الحدث وإعادة معالجتها، ويستعين الأطباء في الجلسات بالموسيقي لمساعدة المريض على تذكر أنه في الحاضر وليس حبيس اللحظة التي وقع فيها الحدث.

توفير التدريب

ويرى الكثيرون أن توفير التدريب اللازم للأطباء والممرضات المتخصصين في التوليد قد يسهم في حماية الأمهات من الإصابة باضطراب ما بعد الصدمة.

وتقول مور: "كثيرا ما يعتني بالأمهات أثناء الولادة فريق من الممرضين المنهكين الذين يؤدون وظيفتهم فحسب، ولا يشعرون بآلام الأم". وترى أن بعض التغييرات البسيطة، مثل الكلمات الطيبة واستخدام اللغة السهلة، قد تساعد في حماية النساء من الإصابة بمشكلات بدنية ونفسية بعد الولادة. وبعد مرور نحو عامين، تحسنت حالتي وأصبحت أمارس حياتي بسهولة، لكنني أترقب عيد ميلاد ابنتي بحذر بسبب الذكريات وردود الفعل التي سيثيرها بلا ريب. ولعل أفضل هدية أقدمها لابنتي هي أن أسهم في تغيير نظرة الناس وطريقة تعاملهم مع الولادة والأمومة، حتى تتمكن الأمهات من التحدث عن صدمة الولادة وأعراض اضطراب ما بعد الصدمة دون خجل.

ولادة: الولادة المتعسرة سببا للإصابة باضطراب ما بعد الصدمة

شيء عن أحوال بغداد في عشرينات القرن الماضي

وصف البغدادي أمين المميز بغداد في عشرينات القرن العشرين المولود هو وأبوه وجده في محلة الدنگچة أو محلة جديد حسن باشا سنة 1908م التي كانت من كبريات محلات الرصافة الجزء الشرقي من بغداد حيث يصف بغداد وصفاً موقعياً فيقول: يوم كان فيها جسر واحد فقط من الجنائب(الدوب) واذا ما أنقطع الجسر وهربت الدوب أنقطع الأتصال بين الكرخ والرصافه ويوم كانت الأستضاءه والدرس على الفانوس و(اللاله) ويوم كان (السقا) يطوف بالقربه المملوءه بالماء يحملها على ظهره أو ظهر حماره ليزود بها البيوت بماء النهر ويوم كان (النزاح) يطوف أزقة بغداد ليفرغ البلاليع والمراحيض وينقلها على ظهر حماره يوم كان في بغداد شارع واحد مبلط أو مرصوف باستثناء محلة عگد الصخر أي شارع الجسر المرصوف بالصخر الجلمود الأسود وكانت واسطة النقل العربه التي حتى عرباتها غير مكسوة بالمطاطة (الربل أي الربر بالانگليزي)

ولم تكن عربات الربل وعربات اللاندون موجودة ببغداد وكانت سيارة والي بغداد العثماني الاخير خليل باشا قبل دخول الانكليز الى بغداد وسبق وأن أستورد حميدي بابان سياره سنة 1918 وبعد ذلك كانت في بغداد سياره من نوع فورد الامريكي وهي تسير في الشارع الوحيد ببغداد ويوم كان الگاري واسطة النقل بين قلب بغداد والكاظمية وكانت ظهور الحمالين واسطة النقل عندما تتجمع المياه في شوارع بغداد ولم تكن الشوارع مبلطة ويوم كانت أية محلة من محلات بغداد تحتوي على بضعة أشخاص يحسنون القراءه والكتابة وقد تفتقر بعض المحلات الى وجود من يقرأ ويكتب ويوم كانت مدرسة واحدة للبنات فقط ويوم قل أن تخرج بغدادية الا الشارع الا اذا كانت مجللة بالسواد من قمة رأسها حتى أخمص قدميها يوم كان الاطباء في بغداد لا يتجاوزون عدد أصابع اليد هم الدكتور اليوناني يانقوا والدكتور الايراني ميرزا يعقوب الاول يطوف على مرضاه وهو يمتطي حماره الاسرد والثاني يمتطي فرسه الابيض ثم جاء طبيبان التركي الدكتور بلال وزميله الدكتور نظام الدين ولم يكن في بغداد طبيب أسنان سوى اثنين من مركبي الاسنان هما عزة بيگ الجراح والاسطة ناصر وكان فيها صيدلية (خستخانة) المجيدية وصيدلية اليهودي في مستشفى مير الياس وصيدلية الغرباء في الكرخ يوم لم يكن أي بيت يحتوي على تلفون يوم لم يكن في بغداد أي وسيلة اعلام سمعيه أو مرئية (راديو أو تلفزيون) يوم كان خيال الظل(القره قوز) والفونغراف الذي يعمل بالاسطوانات اللولبيه وألعاب(المنقلة) والدومنة والطاولي والقصة خون في أحد مقاهي بغداد فقط يوم كان المسافرون والسياح والزوار يقيمون في الخانات والمسافرخانات فقط ولا يوجد فندق يوم كانت وسائط النهري في دجلة التي تتولى النقل بين جهتي بغداد القفه و(الچلچ) و(المهيل) ويوم كانت أسواق بغداد خاليه تقريباً من السلع والبضائع الا القليل ويوم كانت العائله البغداديه تستري بطل الحليب او كاسة لبن أو ربع قيمر أو نص ربع زبد وليس أكثر فلا تعرف العائلة البغدادية شراء مجموعة من هذه المواد يوم لم يكن بها حديقة أو ساحة وكانت شوارع المحلة أمكنة لعب فقط يوم كان أحد الذكور في البيت ذبح الدجاجه وربة البيت تتولى بنتف الدجاجة ولم يكن هنالك دجاج مذبوح في الاسواق ويوم كان سماد المزروعات من الخس واللهانة والقرنابيط والشلغم الزبل ومخلفات البلاليع التي يبيعها النزاح الى الفلاح يوم كان البغدادي محروم من الورد والزهور وكانت منيته وجوده بالقرب من بستان أو حديقة أو ان الكرادي الذي يجلب الورد والزهور الى بغداد لبيعها يعطيه وردة ويوم كان الموظف الحكومي يتقاضى راتبه سنوياً أو نصف سنوي وليس شهرياً يوم وصف الشاعر الرصافي بغداد في تلك الفترة:–

أيا سائلاً عنا ببغداد إننا
بهائم في بيداء أعوزها النبت

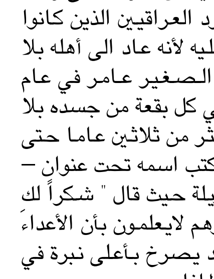
يوم كانت مقهى سيد بكر الموجودة في الميدان قريباً من باب المعظم يجتمع فيها المصابون بالصمم والبكم الخرسان وفاقدوا السمع ويوم كان الذي أعتاد احتساء الخمرة من البغداديين لا يعرف من المشروبات الا المشروبات الوطنية من العرق الذي يكون على أشكال منها المسيح الاعتيادي والهبهب و(القچغ) أي غير المدفوع عنها مكس الانتاج وهو مبلغ قليل من المال والعرق نوع الدوبارة والزحلاوي الوراد من سوريا ولبنان فقط. ويوم كان البغدادي الذي أعتاد التدخين لا يذوق التبغ الا في السگائر نوع (الزبانة) أو (السبيل) المصنوع من الطين المفخور أو سكائر ورق دفتر (البافرة) التي يلفها البغدادي بيده أو الأرگيلة المعدة من التنباك الهندي أو الشيرازي أو أبو جلود. ويوم كان البناء في بغداد يقوم على الطين والنورة و (جص) العبادي وطابوق الكاظم الاحمر ويوم كان غطاء رأس البغدادي (العگال) بأنواعه واليشماغ والجزية و(الچرواية) على اختلاف أنواعها و(العرقچين والگاورية والغترة والكشيدة والكلاو) والعمامه والسيديه والفينه أي الطربوش و (البرنيطة والكاسكيت والبيرية) والان من النادر أن تجد بغدادي بغطاء رأس يوم كان عدم ارتداء غطاء الرأس يشكل ازدراء بالمجتمع. ويوم كانت وفيات الاطفال تصل الى 50 بالمئة منهم أحياناً وكانت نسبة الوفيات اذا كانت عند 20 بالمئة فهي نسبه مفرحة وقليلة ويوم كانت بغداد خالية من دائرة منتظمة لتسجيل النفوس والولادات والوفيات ومعظم المواليد لا يعلمون يوم أو سنة ولادتهم حيث كانت الولاده تتحدد بحادثة كبيرة كسنة الحرب أو سنة حاكم بغداد أو سنة الطاعون أو الفيضان أو سنة (ابو زوعة) الكوليرا. وبغداد يوم كانت الولادة تتحدد بالتاريخ الغربغوري المستخدم في العهد العثماني والوفاة بالهجري كما مثبت في المرمره التي في القبر أو القسام الشرعي يوم كانت هنالك جهة وتحده تجهز الثلج لأهل بغداد وهي المضخة المنصوبة على نهر دجله في مكان لا يبعد كثيراً عن القشلة يوم لم تكن ساحة نظامية للعب كرة القدم الا ساحات بسيطه في الشيخ عمر والقلعة ووزارة الدفاع السابقه في باب المعظم وساحة الصالحيه التي كانت مسبجة بالطين يوم كانت في بغداد سينما واحدة في شارع النهر وبعدها ثلاث سينمات في شارع الرشيد وهي سينمات رويال والوطني وسنترال ويوم كان الأغتسال في الحمامات العامة اذ لا تحتوي البيوت على الحمامات ومن حمامات بغداد في تلك الفترة حمامات كچو والباشا والحيدر خانة واليتيم والقاضي والتيلخانة وبغداد في العهد العثماني يوم أرسل الكثير من البغداديين الى جبهات قتال الجيش العثماني وبغداد بعد الانسحاب التركي منها وبدء الفرهود ويوم كان البغداديين والغداديات يبكون يوم انزال العلم التركي ورفع العلم الانكليزي لأن تركيا دولة مسلمة ويوم تشييع القائد الانگليزي (مود) بعد وفاته ويوم كان السفر من بغداد واليها بواسطة الخيل والبغال والبعران وحمير(المچارية) من كلمة كراء ثم تطور السفر الى سيارة فورد أو أوفر لاند والطرق الترابية المتعرجة.

طارق حرب

بغداد

عودة الغرباء بعد تصالح الأعداء

على أرضِ العراقْ حدثتْ عشرات لا بل ملايين الصور والحكايات المأساوية في جميعَ الأتجاهات والميادين المختلفة وكل صورة تحكي حكاية فئة محددة من فئات هذا الشعب الذي ذاقَ ولازال يتذوق مرارة المعاناة . من أقسى الصور التي لامستْ شغاف قلبي هذا اليوم صورة أو حكاية ذلك الجندي المسكين الذي ترك بيت والديه وأحبائه ليسافر الى جنوب العراق تلبية لنداء الوطن في الدفاع عن أرضه في حرب ضروس دامت ثمانية أعوام بعذاباتها وأحزانها ومرارتها التي رافقت كل شخص عاصر تلك الحقبة من الزمن العصيب. ومات الجندي المسكين في أرض الغربة وفُقِد الى الأبد وظلت والدته تذرف الدموع الحارة عليه طيلة 37 عاماً من الفقدان. وجاءت السيول الهائلة ومياه الأمطار التي جرفت معها كل شيء بلا رحمة . وعثر أهالي مدينة المشرح على رفات جندي عراقي كان قدعاد بلا روح ..لم تكن هناك إلا بقايا وعلامات تشير الى اسمه والى أي وحدة عسكرية ينتمي –هو الجندي عبد الأمير حاج جبار الجادري– عثرت السلطات ألأمنية على صورة قديمة له وقلم وساعة ونقود قليلة معدنية . صرح الأستاذ زهير كامل رئيس مجلس ناحية الفجر بأن السلطات القضائية والأمنية في محافظة ميسان تعرفت على رفات الجادري من خلال القرص الحديدي الخاص بالجنود العراقيين الذين كانوا يحملونه أثناء الحرب. لا أعرف هل أذرف الدموع عليه لأنه عاد الى أهله بلا روح ..وعودته المريرة هذه ذكرتني بعودة شقيقي الصغير عامر في عام 1982ممزق الجسد والطلقات رسمت مواضع لها في كل بقعة من جسده بلا رحمه وظلت والدتي تذرف الدموع عليه بصمت أكثر من ثلاثين عاما حتى موتها في غفلةٍ من الزمن . شاهدت تعليقاً لشخص كتب اسمه تحت عنوان –ابو حارث الجبوري جعلني أذرف الدمع ساعات طويلة حيث قال " شكراً لكِ أيتها السيول الجارفة يامن أرجعت الغرباء لأهلهم وهم لايعلمون بأن الأعداءَ قد تصالحوا بعد رحيلهم " ..شيءٌ في صدري يكاد يصرخ بأعلى نبرة في جنح الليل –من هو المسؤول عن تلك الحرب ؟ ولماذا صارت تلك تلك الحرب ومن هو المستفيد منها ؟ مات البؤساء فقط وظل الطغاة ينعمون بثروات العراق لوحدهم ولم يشعروا بعذاب الغرباء الذين عادوا الى أرضهم بلا حراك...سحقاً لكِ أيتها الحرب في كل زمان ومكان. رحم الله كل الغرباء الذين ماتوا من أجل العراق.



ثامر مراد

بغداد