المحاضرة الخامسة : المشكلات الصحية والأمراض المزمنة

تقوم التوجيهات الصحية الحديثة على الرعاية والإهتمام بالجوانب الوقائية الذي خطوة أساسية للحد من ارتفاع الأمراض وخاصة المزمنة منها باعتبارها أمراض ملازمة للإنسان لفترة طويلة من حياته ، وذلك لما لها من تأثيرات مباشرة وغير مباشرة على الصحة العامة ومدى تسببها في مجموعة من المشاكل الصحية اللاحقة ، خاصة إذا كانت نشأة المرض في مرحلة الطفولة لما له من تأثيرات في كل مسارات النمو ، حيث يعد المرض المزمن لدى الطفل من أكبر اهتمامات وانشغالات الصحة العامة، إذ يتطلب توفير مرافقة متعددة التخصصات للطفل المصاب ، والأهمية المعطاة لهذه المتابعة منذ صغر السن تسمح بالتكيف المبكر مع معاش خاص مرتبط بالمرض المزمن ، كما تساعد أيضا على غياب الانقطاع عن متابعة العلاج والرعاية الصحية في المراهقة.

1- تعريف الأمراض المزمنة:

فيما يأتي مجموعة من التعريفات للأمراض المزمنة:

تعريف منظمة الصحة العالمية : هي أمراض تدوم فترات طويلة تتطور بصورة بطيئة عموما ، وتأتي الأمراض المزمنة مثل السرطانات ، أمراض القلب، والسكري، والسكتة الدماغية في مقدمة الأسباب الرئيسية للوفاة في شتى أنحاء العالم فهي تقف وراء 63% من مجموع الوفيات ، كما ما تجعل المصاب بها يعاني من القيام بأعماله.

تعريف متوكل: هي الأمراض التي تحل محل الأمراض المعدية من سرطانات، وهي مثل مرض السكري، أمراض القلب والدم، والتي تستمر لفترة زمنية طويلة، وتؤدي إلى الإخلال بالنظام العام للصحة (متوكل، 2007 : 236)

و يمكن تعريف المرض المزمن لدى الطفل كاضطراب دائم في الصحة (على الأقل 06 أشهر) مما يتطلب تكفلا علاجيا يأخذ بعين الاعتبار تعقد وخطورة المرض وسن الطفل ومحيطه العائلي(Sommelet , 2007) .

2- العوامل المساهمة في انتشار الامراض المزمنة:

توجد العديد من العوامل التي تؤثر تأثيرا بالغا في الأمراض المزمنة والتي تؤدي بطريقة غير مباشرة في زيادة هذا النوع من الأمراض ومن بين تلك العوامل نذكر:

2-1- التحول الديموغرافي: والذي يشتمل على العديد من العناصر كمعدلات الولادة و معدلات العمر المأمول وغيرها ... وكل التغيرات في الخصائص الديموغرافية العالمية ترافقها الزيادة في معدلات وقوع المشكلات الصحية المزمنة وانتشارها.

2-2- تغير أنماط الاستهلاك وأنماط الحياة: أصبح من المعروف تماما أن عوامل الخطر كالتلوث وسوء التغذية ...وغيرها مرتبطة بشكل كبير بالحالات المزمنة كالأمراض القلبية و الأمراض الدماغية الوعائية والسكري و كثير من السرطانات.

2-3- عوامل الخطر السلوكية: يسهم كل من تعاطي التبغ والخمول البدني والنظام الغذائي غير الصحي وتعاطي الكحول على نحو ضار في زيادة مخاطر الإصابة بالأمراض.

2-4- **عوامل الخطر الإستقلابية (الفيزيولوجية) :** تؤدي تلك السلوكيات إلى حدوث أربعة تغيرات فيزيولوجية رئيسية تزيد مخاطر الإصابة بالأمراض المزمنة وهي ارتفاع ضغط الدم وفرط الوزن وفرط مستويات الغلوكوز والدهون في الدم كما تؤكد بعض الدراسات مدى تأثير العامل التكويني في ظهور السكري أو الأمراض الجلدية مثلا.

2-5- **الوراثة :** إن الاصابة بالمرض المزمن في غالب هي نتيجة وجود استعداد وراثي ينتقل إلى عبر الأجيال، رغم أن طريقة توارث المرض لا تزال غير مفهومة تماما وغير مؤكدة بشكل قاطع ، حيث يرى بعض العلماء أن ما يتم توارثه هو القابلية أو الاستعداد للمرض الذي قد لا يظهر بناءا على العوامل الأخرى.

2-6- الضغوط والصدمات النفسية: لا شك أن للانفعالات النفسية في بعض الحالات تأثيرا هاما في الإصابة بالمرض إن وجد الاستعداد لها.

خصائص الأمراض المزمنة :

هناك عديد الخصائص المميزة **للأمراض** المزمنة حتى نفرقها عن باقي **الأمراض** الأخرى ونذكر منها:

- ✓ لا تنتقل بالعدوى فهي ليست ناجمة عن البكتيريا أو الفيروسات.
- ✓ الإصابة بها عادة تكون صامتة، وقد لا ينتبه المريض لها إلا بعد بدء حدوث المضاعفات، مثل مرض ارتفاع ضغط الدم.
- ✓ ترتبط بالسلوك الغذائي والحركي للأفراد والجماعات.
- ✓ علاجها عادة مكلف ويتضمن مراحل قد تكون مزعجة للمريض كالعلاج الكيميائي بالنسبة للمصابين بالسرطان.
- ✓ تأثير المرض على الحياة اليومية : تحديد وظيفي لكل من النشاطات والمشاركات في الحياة الاجتماعية.
- ✓ تبعية اتجاه دواء، حمية، تكنولوجيا طبية، أو جهاز أو مرافقة شخصية.
- ✓ الحاجة إلى رعاية طبية أو شبه طبية، مساعدة نفسية، وتربية وتكييف.
- ✓ إن الطفل المصاب بالمرض المزمن لدية فرصة أقل لتعلم المهارات اليومية وتطوير اهتماماته وهواياته ، لذا قد يتخلف في الدراسة و تزداد احتمالية وجود مشكلة أو صعوبة تعيق تعلمه.
- ✓ يجب أن تكون هنالك اتصالات دورية ومنتظمة بين الأسرة والمرشد أو المعلم لأن الطفل قد يحتاج اهتماما أو مساعدة في الحياة المدرسية.
- ✓ قد يتولد لدى الطفل احساس بأنه مختلف عن أقرانه بسبب المرض أو العجز الجسمي لديه مما يؤدي به للانطواء أو الاكتئاب وعدم تقبل الذات كما أنه قد يكون محل انتقاد وسخرية الاخرين.
- ✓ قد يعتقد الآباء أن توفير الحماية الزائدة أو تلبية كافة احتياجات الطفل دون قول لا هو الاسلوب الأنسب للتعامل مع حالة طفل مريض ، ولكن هذا الأمر قد يشجع السلوك المضطرب للطفل ويحد من استقلاليته ونضجه.

3- أثر المرض المزمن على حياة الطفل والأسرة :

يتعرض المصابون بأمراض مزمنة إلى أشكال مختلفة من الصعوبات والضغوطات التي تغير مجرى حياتهم وتقيد نشاطاتهم الاعتيادية، ولا تقتصر هذه الصعوبات على الشخص المريض فحسب، بل تتعداها إلى مستويات أخرى وذلك لما تتميز به تلك الأمراض من طول أمدها وقد تمتد طوال حياة المصاب مع ضرورة العلاج والمتابعة المستمرة، واحتمال حدوث مفاجئ لأعراض مرضية ، ولا تختلف هذه الضغوط إذا كان المريض طفلاً بل إنها تزداد صعوبة، فالطفل لا يعي ما يجري من حوله في كثير من الأحيان، فهو يطمح للعيش مثل باقي أقرانه يلعب ويذهب إلى المدرسة، كما لا يحبذ المداومة على زيارة الطبيب ولا يتحمل البقاء طويلا في مكان واحد... لذا فإن المرض قد يحدث لديه نوعا من الشعور بالعزلة والوحدة والانفعال وسرعة الغضب والتعلق الزائد بالأم ، كما أن العلاج في كثير من الأحيان قد يستلزم المبيت في المستشفى ولفترات طويلة مما يجعل الطفل مضطرا للابتعاد عن جو أسرته الطبيعي ومدرسته وأصدقائه ، وهي تجربة نفسية مزعجة جداً للأطفال عامة وبالذات مرضى السرطان حيث يؤدي العلاج الكيماوي إلى تساقط الشعر، وعادة ما تنهال على الطفل أسئلة كثيرة مستفسرة أو مستهزئة، مما يجبره في كثير من الأحيان إلى العزلة والبحث عن صداقات داخل المستشفى مع مرضى مثله ومن أهم التأثيرات التي يتركها المرض المزمن على الطفل أيضا نذكر :

- ✓ عدم الاستقرار بالدراسة بسبب الغياب المتكرر أو آلام المرض أو بسبب الأدوية والعلاجات والتي تسبب عدم القدرة على التركيز والانتباه. لذلك لا بد من إيجاد آليات معينة يستطيع الطفل من خلالها متابعة تعليمه في المستشفى أو البيت بالتعاون بين الأسرة و المدرسة والهيئات الصحية .
- ✓ قلق مستمر لعدم استقرار حالته الصحية.
- ✓ الاحساس بالإحباط لعدم مجاراة زملائه بسبب المرض .
- ✓ نمو مشاعر الغيرة والضيق نتيجة المقارنة المستمرة التي يجريها الطفل بين ذاته وأقرانه الاصحاء.
- ✓ تذبذب في العلاقات الاجتماعية والتفاعل مع الآخرين وعدم القدرة على الاحتفاظ بالصداقات والصلات الاجتماعية

أما الآثار الملحوظة على مستوى الأسرة فتبدأ منذ لحظة تشخيص مرض الطفل والذي يحمل الألم وفقدان الأمل في أن يكملوا معه حياة سعيدة طبيعية، وهذه الخسارة ليست لمستقبل الطفل فحسب بل لحاضره وواقعه وواقع أسرته ويمر أغلب الأهالي بمراحل نفسية متدرجة من المعاناة بعد تشخيص المرض تكون بمثابة تلقي خبر وفاة (Brocq,2008) خاصة إذا كان التاريخ المرضي للطفل غير كاف لإشعارهم بخطورة وضعه، بعد ذلك يأتي الإنكار وهو خط الدفاع الثاني ضد المشاعر المؤلمة، وهو استراتيجية مؤقتة قد تنفع في جعل هذا الخبر غير المحتمل قابلاً للاحتمال بشكل تدريجي وينهمك الأهل في معالجة طفلهم في حين يقل الإنكار. وتتزايد لديهم مشاعر الغضب وقد يجربون طبيباً آخر دون فائدة فتسيطر عليهم مشاعر الاكتئاب التي يرافقها ارتباك في وضع الأسرة قد يؤدي إلى وقوع بعض المشاكل والصراعات العائلية ومع الوقت يتم تقبل الحقيقة بعد توفر المعلومات الكافية حول المرض و حالة الطفل .

إن المرض المزمن لأحد الأبناء يمكن أن يهدد بناء الأسرة ككل نتيجة حدوث بعض الاضطرابات في العلاقات الأسرية سواء بين الزوج والزوجة خاصة حين تضطر الأم للغياب عن البيت لمرافقة طفلها المريض ، فيتغير نمط الحياة اليومية وقد تضطر الأم لترك عملها والتقليل من نشاطاتها وعلاقاتها الاجتماعية مما يؤثر على الحالة المادية والاجتماعية للأسرة في الوقت الذي تزداد فيه حاجتها إلى المال لسد نفقات العلاج والتنقل خاصة في الأماكن البعيدة عن الخدمات الصحية كما أن المعاملة الخاصة للطفل المريض تكلف الأهل نفقات إضافية . وبالتالي فقد تضع الأمراض المزمنة لدى الأطفال أعباء نفسية ومالية وانفعالية وبدنية كبيرة جدًا على كاهل الآباء يمكن أن تؤدي في كثير من الأحيان إلى توتّر العلاقة بينهم ومن جهة ثانية قد يشعر الآباء بالذنب لظهور المرض، خاصة إذا كان وراثيا أو ناجما عن مضاعفات أثناء الحمل أو بسبب حادث أو سلوك أحد الوالدين (كالتدخين). كما قد يشعر الأشقاء بالاستياء من الاهتمام الزائد الذي يتلقاه المريض ثم يشعرون بالذنب عند فهمهم لطبيعة احتياجاته . وقد يشعر الطفل المريض بالذنب حول تسببه بالضرر للعائلة ونتيجة لذلك قد يكون الأهل متساهلين جدًا معه أو قد يفرضون ضوابط سلوكية لا تتناسب مع حالة الطفل واحتياجاته خاصة إذا كانت الأعراض غير مستقرة.