إعداد : ياسر السيد

العدد 3505 - السنة الثانية عشرة
الإثنين 29 صفر 1441 - الموافق 28 أكتوبر 2019
Monday 28 October 2019 - No.3505 - 12 th Year

معلومات قد تفاجئك عن علاج العرب لـ« الجنون » تاريخياً !

"العربية" : يعتبر الخليفة الأموي الوليد بن عبدالملك أول من أنشأ مستشفى لعلاج المجانين في العصور العربية الباكرة والأولى للإسلام، وكان مقره في دمشق – حوالي 770 ميلادية – بل أمر بصرف رواتب للمرضى وعلاجهم مجاناً والحجر عليهم إلى شفائهم.

وفي الواقع فإن هذا النوع من المستشفيات حتى لو أنها بدأت لمرضى الجذام بعزلهم عن المجتمع، إلا أنها شملت أيضا المجانين، وكلتا الفئتين كانتا تشكلان تهديدا اجتماعيا، حيث يتخوف منهم ومن تصرفاتهم التي يصعب التكهن بها.

وكان العرب منذ عصر ما قبل الإسلام في الجاهلية يعتبرون أن الجنون قد يكون متسببا عن نقص في مواد غذائية بعينها، فيحاولون علاجه عبر البحث عن هذه الأغذية وإعطائها للمريض، كما نسب الجنون أيضا إلى أسباب أخرى كالمس الشيطاني والجن.

وفي الشعر ارتبط الجنون بالهيام والعشق، حيث كان المجتمع يعتقد أن شدة الوله والتعلق بالمحبوبة قد يؤدي إلى فقدان المرء عقله، وكان الشعراء الهيّامين يلقبون بـ"المجانين" كـ "مجنون ليلى" و"مجنون بثينة" وغيرهما.

الاهتمام المنظم بالعلاج

وقد جاء إنشاء أول مستشفى أو "بيمارستان" لعلاج الأمراض النفسية في عصر الوليد بن عبدالملك، كجزء من إصلاح شامل في الحياة شمل الطرق والاهتمام بذوي الاحتياجات الخاصة، وحفر الآبار على طول طرق القوافل وغيرها من الإنجازات العلمية مع التوسع في الفتوحات.

وقد توصل الطب العربي في العصرين الأموي والعباسي إلى علاج الجنون بوسائل مختلفة تشمل الاهتمام بهذه الفئة بطرق عديدة ابتداء من غسل أجسادهم بالماء في الصباح، والمشي والتنزه واشتمام الزهور الطبيعية في الحدائق التي ترفق بهذه المستشفيات، كذلك استخدمت الموسيقى في العلاج، وأيضاً الأفيون بمقادير مختلفة كان قد استخدم في علاج الجنون.

يذكر أن تاريخ الطب عند العرب والمسلمين ارتبط عموما في مفهوم الشفاء بالعلاج النفسي، حيث كانت ترد أسباب الكثير من العلل والأمراض إلى الجانب الروحي والخلل في النفس، وبهذا فإن المعالجات النفسية كانت تعتبر المدخل الرئيسي للتطبب في تلك الفترة المبكرة.

أما بالنسبة للأمراض النفسية المباشرة فتشمل الاضطرابات النفسية والسلوكية والهذيان، ويتصدرها اختلال العقل الذي يسمى الجنون، وكان العشق أيضا يصنف كمرض نفسي وكنوع من الجنون وعلل العقل، وقبل أن تعرف المستشفيات فقد مارس العرب العلاج عبر الرقي والتعاويذ والسحر والأعشاب البدائية للعشق وغيره من جنون.

من الخرافة إلى العلم

لقد كان للعرب في أوج التقدم الحضاري قصب السبق في التفرقة بين عموم المستشفيات، ودور العجزة والمصحات، والأماكن التي تخصص لأصحاب العلل النفسية، التي أيضا عرفوا أنها نوعان: عصبية عضوية ونفسية فحسب، وهذه البيمارستانات لم تكن مجرد أماكن للعلاج بل أيضا تشتمل على مدارس لتعلم الطب والتدرب عليه.

لقد حرر الطب العربي القديم علاج الأمراض النفسية من الضرب وتقريع المريض أو تجويعه، ونقله إلى الاهتمام به على يد علماء كثر، أي نقل العلاج من الخرافة إلى الجانب العملياتي والعلمي البحت.

وينسب لابن سينا أنه عالج مريضاً كان يعتقد أنه بقرة، ويطلب من أهله أن يذبحوه رافضاً الأكل والشراب إلى أن يفعلوا ذلك، وقد تعامل معه ابن سينا بأن قدم إليه ومعه السكين وأمر بربطه ليذبحه، وما إن همّ بذلك إلا قال لهم إن هذه البقرة ضعيفة ويجب تسمينها لكي تذبح.

وهنا بدأ المريض يأكل بشهية مفتوحة لكي يتم ذبحه سريعاً، ومع الأكل الذي كان قد توقف عنه سابقا بدأ يستعيد قوته وعافيته وشفيت أعصابه بل شفي تماماً وعاد لصوابه.

وهذا الأسلوب الذي اتخذه ابن سينا يعرف بأسلوب العلاج بالتخييل، بزرع صور معينة في ذهن المريض نفسيا تساعده على تجاوز الحالة التي يعيشها.

التصنيف والتشخيص

وقد صنف العلماء، كابن سينا وغيره، الأمراض النفسية، وأبرزها السّوداوية أو المزاج السوداوي (المالينخوليا) ومن ثم الوساوس المختلفة، وكتبوا عن السوداوية بشكل خاص عشرات المجلدات، وامتدت الكتابات حول مختلف الأمراض العقلية وعلاجها، فإسحاق بن عمران كتب عن المالينخوليا، في حين كتب ابن الهيثم عن تاثير الموسيقى في النفوس.

وبرع العرب أيضاً في تشخيص المرض النفسي من خلال دراسة المجتمع العائلي أو أحوال العائلة، فضلا عن الظروف الإجتماعية والمادية التي يعيش فيها الفرد، وهذا الموضوع ناقشه العالم والطبيب المعروف أبوبكر الرازي في كتابه المرجعي "الحاوي" الذي تحدث فيه بإسهاب عن العلاجات النفسية.

وكتب ابن سينا عن العشق بوصفه من الأمراض العصبية، وذكر في كتابه "القانون" حيث خصص فصلاً لهذا الموضوع، "هذا مرض وسواسي شبيه بالمالينخوليا؛ يكون الإنسان قد جلبه إلى نفسه بتسليط فكرته على استحسان بعض الصور، والشمائل التي له، ثم أعانته على ذلك شهوته، أو لم تعن".

ومضى في تشريح هذه الحالة تفصيلا واقترح العلاجات ومنها النوم والاهتمام بتناول الأغذية المناسبة وكذا إلهاء النفس بامور واهتمامات أخرى، وما يشابه أسلوب العلاج السلوكي الحديث.

العلاج بالموسيقى وتهذيب الحواس

ولا بد من التوقف عند العلاج بالموسيقى ودوره الكبير، وقد كان الطبيب عند العرب لابد أن يكون مجيدا للعزف على العود، وكمال الطب من إجادة العزف، كذا العلاجات لابد من اشتمالها على اللحن والتنغيم، فالرازي كان ضاربا للعود واستخدمه في شفاء العلل النفسية وله تجارب في ذلك.

أيضا كان الفارابي قد قام بدور هام في العلاج النفسي بالموسيقى، ويقال إنه اخترع آلة القانون المعروفة في إطار البحث عن وسائل أكثر تاثيرا على النفس البشرية ومزاجها، ليقينه بدور الموسيقى في تحريك الانفعالات البشرية، وحيث ينسب أنه عزف عليها مرة فاضحك الحضور وعزف مرة ثانية فابكاهم.

وكان المدخل إلى السيطرة على الحواس أو تهذيبها هو سبيل العلاج لجل الأمراض النفسية، حيث يسيطر على السمع من خلال الموسيقى والأنغام وعلى العين من خلال المناظر الرائعة والطبيعة الخلابة والحدائق وعلى الذوق من خلال الأطعمة التي يتم اختيارها بعناية، والشم من خلال العطور الطبيعية والزهور التي تدخل البهجة في قلوب المجانين وتمتع أنظارهم كذلك.

جهاز مميز يحسب عدد السعرات الحرارية في كل وجبة!

«روسيا اليوم» : طرحت شركة باناسونيك اليابانية جهازا جديدا قادرا على حساب السعرات الحرارية التي تحويها وجبات الطعام التي نتناولها يوميا.

في الوقت الذي بدأت فيه أمراض القلب والشرايين تشكل تهديدا حقيقيا لحياة الإنسان ومتوسط عمر الفرد، تتجه أنظار العلماء لتطوير تقنيات وأجهزة جديدة تساعد الإنسان على ضبط معدلات الدهون والسعرات الحرارية في وجباته اليومية.

وحول آخر الخطوات التي توصل إليها العلم في هذا المجال أكدت شركة باناسونيك اليابانية العريقة في صناعة الإلكترونيات أنها تمكنت من تصميم جهاز جديد قادر على حساب السعرات الحرارية الموجودة في كل وجبة غذائية في ظرف 10 ثوان فقط.

ووفقا للخبراء فإن أهم ما يميز هذا الجهاز عن الأجهزة الأخرى المستخدمة لنفس الغرض، هو أنه يقوم بحساب السعرات دون أن يشوه المظهر العام للأغذية، كل ما يحتاجه الشخص هو وضع الوجبة داخله لتقوم حساسات خاصة داخل الجهاز بتحديد نوعية الغذاء وسعراته عن طريق الأشعة تحت الحمراء.

يمكن وصل هذا الجهاز مع الهواتف الذكية أو الحواسب اللوحية عبر تطبيق يظهر للمستخدم جميع المعلومات التي يحتاجها عن طعامه، ويقدم له النصائح عن نوعية الغذاء التي يجب أن يتناولها وفق النظام الغذائي الذي تم اختياره سلفا في التطبيق.

لماذا بعض الناس شعرهم أحمر؟

على الرغم من أن العديد من الناس لاسيما السيدات بتن يصبغن شعورهن، إلا أن يبقى للشعر الأحمر الطبيعي رونقه وغرائبيته الذي يطرح العديد من التساؤلات.

وعلى الرغم من أن التفسيرات القديمة ارتبطت دائمًا بالأساطير والخرافات، إلا أن الواقع العلمي مغاير تمامًا

فما هي الأسباب الحقيقية وراء الشعر الأحمر؟

الجواب العلمي في هذا الشأن واضح، بحسب موقع Ibelieveinscience فعلم الوراثة يؤكد أنه ناتج عن طفرتين جينيتين في جينات مستقبل موجود لدينا كلنا يدعى MC1R، هاتان الطفرتان تجعلان الجين مثبطا، أي غير قادر على التعبير الجيني. كما تؤدي هذه الطفرة أيضا إلى بشرة فاتحة ناتجة عن الاختلاف في الصيغات.

وتعتبر هذه الميزة مفيدة بالنسبة للأشخاص الذين يعيشون في المناطق ذات الإضاءة الشمسية القليلة إذ يستفيدون أكثر من ضوء الشمس لتصنيع فيتامين دي.

إلا أن الوضع يختلف في المناطق الحارة والمشمسة، إذ تعرضهم أشعة الشمس الحادة إلى العديد من المخاطر الجلدية وقد تصل إلى سرطان البشرة.

والجين الصامت مثنحي (recessive) لذلك عندما يملك الشخص جيني MC1R من النوع الصامت يكون الشخص ذا شعر أحمر وبشرة فاتحة.

أما إذا امتلك جينًا واحدًا صامتًا يكون ذا شعر بني وبشرة فاتحة.

هذه الأعراض تنذر بالوسواس القهري

قال معهد الجودة والاقتصادية في القطاع الصحي، إن الوسواس القهري هو اضطراب نفسي تسيطر فيه على المريض فكرة معينة تلازمه دائما ولا يمكنه التخلص منها.

وتتمثل أعراض الوسواس القهري الشائعة في الخوف من نسيان الأشياء، وهو ما يظهر مثلاً في صورة التأكد من غلق الأبواب أكثر من مرة، والخوف من الجراثيم، وهو ما يظهر مثلاً في غسل اليدين بشل متكرر، أو النظام القسري، أي وجوب ترتيب الأشياء بطريقة معينة.

وأكد المعهد الألماني على ضرورة استشارة طبيب نفسي في حال ملاحظة هذه الأعراض، وذلك للخضوع للعلاج السلوكي، والذي يتعلم فيه المريض كيفية مواجهة الأفكار، التي تسيطر على ذهنه، بحيث لا تشكل عائقا كبيرا أمام ممارسة الحياة اليومية بشكل طبيعي إلى حد بعيد.