

ثانياً: الصرع

احد الجوانب النفسية المرافقة لهذا المرض هو الاكتئاب الذي يعطي انعكاسات سلبية واجتماعية تظهر جلية في الفرد الذي يعاني من هذا المرض ويصبح انطوائياً. والاسباب المسببة لهذا المرض كثيرة منها العوامل الوراثية والعوامل الجينية وكذلك الكروموسومات لها علاقة في الانتقال والاصابة بهذا النوع من المرض وبعضها لها علاقة باصابات الدماغ وحالات التسمم بالاشعاعات والرصاص وبعض الاحيان السقوط من اعلى البنايات والصدمات والضرب العنيف او الاصابة بالحمى والحصبة الالمانية ونقص وصول الاوكسجين إلى المخ اثناء الولادة. هذه كلها اسباب مباشرة بالاصابة بهذا المرض.

وهناك وسائل علمية علاجية لمثل هكذا امراض مزمنة يمكنهم استخدامها بانفسهم للتحكم والسيطرة على كل ما يعانونه من اعراض لتلك الامراض فيتمكن الان العديد من المصابين بامراض الصرع ان يهنئوا بحياة اقرب إلى الاصحاء ولكي يساعد المعلم هؤلاء التلاميذ عليهم ان يلاحظوا ما يطرأ أعلى مظاهرهم الخارجية من تغيرات وبذلك يستطيعوا ان يتجنبوا ما سيواجهونه من مشاكل توافقية وجسمية.

والصرع يعبر عن كل الاضطرابات والاختلاجات في وظائف الجهاز العصبي المركزي والنواتج من حدوث خلل مفاجئ في تفريغ السيالات العصبية ذات الكهربائية الزائدة في المخ وبالتالي يؤدي إلى سقوط وفقدان وعي المصاب بشكل مفاجئ مصحوباً بنوبات تشنجية مرافقة بتقلصات

عضلية لجميع اجزاء الجسم وقد تستمر لدقائق وفقدان الوعي لفترات زمنية مختلفة. ويطلق عليها أحياناً بالنوبة والتي تشمل مجموعة من الاضطرابات التي تصيب الجهاز العصبي مرافقة لنوبات الصرع نتيجة لحدوث تلك الزيادة المتقطعة للنشاط الكهربائي ولبعض خلايا المخ وبدوره ينعكس ويظهر على شكل تشنج عضلي وفقدان الوعي وأحياناً تظهر على شكل نوبات من الضحك او السلوك الغير سوي ناتج عن فقدان الوعي لعدة دقائق وهذه النوبات المفاجئة لا يمكن السيطرة عليها يُصعب السيطرة على التحكم بالعضلات المرافقة لفقدان الوعي.

وجميع الاسباب الرئيسية للصرع غير معروفة ولكن يرى البعض ينتج عن تهيج في خلايا المخ او هنالك اصابات بتلك الخلايا المخية والبعض يحمل اتجاهات نحو الاشخاص المصابين بهذا المرض نتيجة لما يحدثه من ازعاج للاخرين وأذى في انفسهم. ويمكن التعرف على النوبات المفاجئة والقصيرة الامد والمصحوب بفقدان الوعي وتغيرات على الحالة العقلية والمصاحبة لحركات تشنجية شديدة ومؤلمة.

ونوبات الصرع لها انواع عديدة منها صغرى ومنها الكبرى ومنها نفس حركية وفيما يلي توضيح مفصل لكل حالة: -

اولاً: نوبات الصرع الخفيفة:

وتحدث غالباً للعديد من الاطفال ما بين سن (٤ - ١٠) سنوات وتظهر جلياً في البداية من خلال احلام اليقظة وتظهر واضحة من خلال السن المدرسي نتيجة عدم الانتباه عند الاطفال بهذه المرحلة. وتتسم بالغيوبية لمدة قصيرة ثم تتكرر حيث تتسم باعراض ذات ومضات سريعة للعيون ومصاحبة لحركات في الرأس واليدين.

نوبات الصرع الكبرى:

تتسم بحدوث ارتعاشات تشنجية عنيفة في الجسم وتستمر لمدة زمنية تتراوح ما بين (١ - ٢٠) دقيقة ويرافقها بعدم الانتظام في التنفس وسيلان اللعاب وحدوث زرقة للشفاه وبعد انتهاء النوبة قد يعود الطفل المصاب إلى مزاولة انشطته بعد انتهاء النوبة.

ثالثاً: نوبات النفس - الحركية:

تصيب نوبات النفس الحركية في مراحل سنية اكبر والراشدين ومن اهم اعراضها هو توقف نشاط الفرد والاحساس بالدوار والدوخة والضغط على الشفاه وحك السيقان او اليدين وخلع الملابس مرافقة لبعض الانفعالات السلوكية الغير مناسبة كالاحساس المفاجئ بالخوف والحزن والغضب. وهذا النوع يعتبر من حالات الصرع الذي تشكل خطورة كبيرة على الشخص المصاب لانه غالباً يكون غير واعٍ اثناء النوبة واذا كانت مدة النوبة قصيرة يمكن ان يعود الفرد المصاب ثانية لمزاولة نشاطه العادي. وغالباً ما يصاب المريض بالانزعاج في حالة فقدانه للوعي واذا قام بسلوك غير سوي امام أصدقائه وزملائه.

ومن الاسباب الرئيسة لحدوث مثل هكذا نوبات قد يكون حدوث ضربة في الرأس وحدوث اصابات في انسجة المخ وغالباً اسباب حالات الصرع قد يعود لهذا السبب وكذلك يمكن ان يكون السبب نقصاً في الاوكسجين اثناء الولادة او بعد الولادة وقد تكون اسباب تلف خلايا المخ إلى الاصابة بالشلل الدماغى والصرع: وغالباً ما يترافق هذان العاملان معاً او حدوث مرض عضوي كالسحايا والمرافقة لارتفاع درجات الحرارة او قد يكون عاملاً وراثياً وهنالك سوابق في عوائل المصابين وقد تكون عوامل

نفسية ترتبط بمراحل الطفولة واحياناً يحدث الصرع دون وجود عوامل وراثية او تلف في الانسجة الدماغية وقد تكون الاسباب مبهمه.

دور الأسرة في توقف نوبات الصرع:

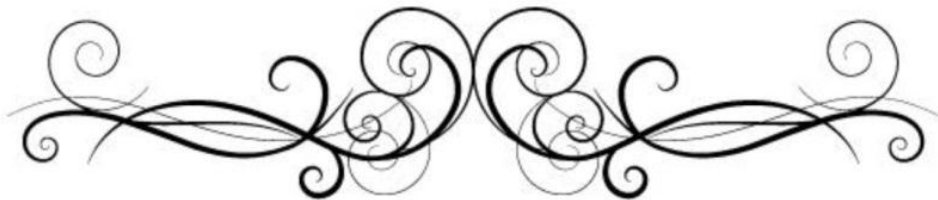
قد تمر أشهر وأيام وأسابيع بين نوبة وأخرى وأحياناً تتكرر بسرعة كبيرة وقد تظهر النوبات الصغرى في الصباح او في فترات الظهيرة وقد تكون نوبات قصيرة ولمدة ثوان معدودة وأما نوبات كبيرة قد تدوم لفترة ما بين (١٠ - ١٥) دقيقة وهنالك حالات نادرة يدخل فيها الطفل لمواجهة النوبة لفترة زمنية وقد تقارب الساعة وقد تظهر هذه النوبات في مراحل سنوية مختلفة بعضها تظهر في مرحلة الطفولة المبكرة ثم تختفي تدريجياً او تتطور وتتغير نحو انماط اخرى كلما كبر الطفل وقد يرافق الصرع كثيراً من الافراد طيلة حياتهم او قد تختفي بالسنة للاطفال بعد عدة شهور او سنوات.

وعلى ذوي المصاب معرفة اعراض بدء حالة الصرع والنوبة عن طريق علامات الخوف المفاجئ او الصراخ او البكاء وعلى ذوي المريض حماية المصاب وان تجعله يرقد على بساط طري ووضعه في مكان آمن ومحاولة حماية الجمجمة والرأس وابعاده عن كل الاشياء الحادة والصلبة والقريبة من المصاب مع ضرورة ازالة جميع العوائق من فم المصاب والملابس الضاغطة عن جسمه ومحاولة استخدام منديل او شاش بين اسنان المصاب لتجنب ضغط المصاب على لسانه ومحاولة اعادته داخل الفم. وعلى ذوي المصاب إدارة الرأس من جانب إلى آخر عند حدوث النوبات المتكررة لاجل السماح للعب الخروج من فم المصاب ومنع دخوله للرئة وعند انتهاء النوبة يشعر المصاب برغبة شديدة إلى النوم فبذلك ضرورة لتهيئة مكان مناسب للنوم المريح.

وهناك نقاط هامة يجب ان يلتزم بها ذوي المصاب عند حدوث حالات نوبات الصرع كالاحتفاظ بالهدوء ومنع المصاب من ان يتسلق ويستخدم السلالم لوحده ويمنع منعاً باتاً من صعود المرتفعات والنزول والمنحدرات وركوب الدراجات وكذلك يمنع منعاً باتاً من مزاولة السباحة لوحده دون وجود مرافق يتخذ الاجراءات اللازمة لانتشاله واسعافه حالة حدوث الحالة ويمنع تقديم حالات المساعدة عند حدوث الارتعاشات والتشنجات العضلية ولا يشجع ان يضع المسعف اي غطاء وتجنب اعطاء الادوية والامتناع عن ادخال اي شيء داخل فم المصاب.

ولا يوجد دواء شافٍ من مرض الصرع ولكن هنالك بعض العقاقير تمنع حدوث نوبات صرع والافضل تناول بعض الادوية وحسب استشارة الطبيب المختص وبشكل منتظم لمدة زمنية لا تقل عن السنة ومن ثم تخفيفها تدريجياً حتى يتوقف استخدامها وهنالك بعض العقاقير تؤدي إلى النوم والنعاس وبطء عملية التنفس وقد يرافقها احياناً حركات سريعة لا ارادية مصاحبة للطفح الجلدي.

وعلى الاسرة مساعدة الاطفال المصابين مثل هذا المرض وضرورة تنمية المهارات الاجتماعية وتشجيعه على ممارسة بعض الاحترازات كوضع اسوار وجدران حول الفتحات والابار والحفر الكبيرة والمواقد والمدافئ والسير في جوانب الشوارع ويمنع من السير وسط الطرقات ومع استخدام بعض الاغطية والواقيات لحماية الرأس اثناء حدوث نوبات الصرع ويفضل ان تكون من القماش.



طرق الوقاية من إنجاب أطفال مصابين بالصرع:

ضرورة تجنب الولادات داخل الدور بعيداً عن المستشفيات وكذلك الابتعاد عن الزواج من الاقرباء وخاصة من العوائل التي تعاني من حالات الصرع بالاسرة وضرورة الالتزام بمواعيد تناول الادوية وحسب استشارة الطبيب وعلى الاقل مدة سنة وكذلك تجنب توجيه الضربات على المناطق الحساسة كالرأس.

وعلى مدرسي التربية الرياضية التعامل مع هكذا حالات بحذر واختيار الانشطة والفعاليات التي لا تشكل خطورة عليهم... وهنالك حالات الشلل الدماغى والتخلف العقلي وعدم الامكانية والقدرة على التعلم هي حالات مصاحبة لنوبات الصرع. والصرع هو اضطراب في التناغم الكهربائي في الدماغ مما يسبب حالة الهيجان والتي تحدث بشكل مفاجئ والصرع انواع وحسب شدتها وكما يلي: -

١. الكبرى

٢. جاكسونيون

٣. الصغرى

٤. النفس الحركية

٥. المختلطة

أولاً: الصرع ذو الشدة الكبرى:

هذا النوع من الصرع مأساوي وواضح من السهل تشخيصه ويتم من خلال حالات معينة اهمها:

(١) الغيبوبة وفقدان الوعي والنوم العميق جداً ويشعر الفرد من حالات الارهاق والوهن والتعب وهذا الشعور يظهر بعد النوم الطويل ولمدة ليست قليلة ويعود الفرد إلى النوم ويستمر احياناً إلى ساعات ويكون

الفرد غير واعي للنوبة التي حصلت ولا يتذكر شيئاً عنها. وهنالك توترات وتقلصات مستمرة للمجاميع العضلية ويحصل لديه بكاء حاد مصحوب بفقدان وعي ويرافقه تقلص مستمر لعضلات الجهاز التنفسي ويصل إلى حالة الزرقة ولمدة ٣٠ ثانية.

(٢) الارتجاف والاهتزاز بين عملية التقلص والارتخاء وزمنها ثوان قليلة ما يقارب الـ ٣٠/ثانية ويعاني الفرد من الاستكراك وعض اللسان ويصعبه شهقة وحال ظهور حالة الشهقة يعني ستبدأ نوبة الصرع وقد ترافقها رائحة واحساس بالانهيار وحدوث اضطرابات وآلام في الأحشاء الداخلية.

ثانياً: صرع ذو الشدة الكبرى (جاكسونية)

من هذا النوع تظهر نفس اعراض هذه الحالة التي ترافق الصرع ذا الشدة الكبرى حيث يبدأ الاهتزاز بين حالتي التقلص والانبساط ولا تتم بالتوتر وظهور حالة الشهقة والارتجاف يشمل عضواً واحداً من اعضاء الجسم ويزداد ليشمل كافة انحاء الجسم وبذلك يصبح كل الجسم متقلصاً ومسترخياً ونسبة هذا النوع ما يقارب ٥٠٪ من حالات الصرع.

ثالثاً: الصرع ذو الشدة الصغرى:

هذا النوع لا يولد الاغماء وفقد الوعي بل اختلاجات قد تستمر إلى مدة زمنية قدرها (٣٠ ثانية) وينتاب الفرد حالة من الصمت المفاجئ والهدوء المطبق بعدها يفيق من هذه الحالة ويعود إلى حالته الطبيعية في التحدث والكلام بحرية وغالباً تحدث في سن الثالثة من العمر.

رابعاً: الصرع ذو التأثير النفسي -الحركي:

يعاني الفرد من نوع من النسيان وفقد الذاكرة قد تضعف حالة التذكر والاجابة على بعض التساؤلات المطروحة ويستدعي ذلك احياناً إلى تحطيم الاشياء وتكسيورها و احياناً يقوم باشياء وهو في غبطة النوم وتفسير هذا النوع مبهم من قبل العديد من الاطباء واسبابها قد تكون مجهولة لحد الآن.

خامساً: الصرع المتداخل(المختلط): -

في هذا النوع يتداخل اعراض الصرع من النوع ذي الشدة الكبرى وذي الشدة الصغرى من حيث الاعراض والعلامات التي تظهر على المريض. هنالك امور هامة جداً تساهم في ظهور حالات النوبة للصرع قد تكون بسبب الظروف الجسمية والوظيفية المرتبطة باجهزة الجسم، فمثلاً قلوية الدم العالية تشجع على ظهور حالات ونوبات الصرع واي تغيير في الحالة القلوية يزيد من ظهور النوبة وكذلك تناول المسكرات والمشروبات الكحولية والتي بدورها تضعف الجهاز المناعي في الجسم ونراها تزداد هذه النوبات مع قرب مواعيد الدورة الشهرية لدى المرأة والتي ترافق في بعض الاحيان الضغوط النفسية والابخار المحزنة ومشاعر الكره والخوف والغضب.

ارشادات هامة لمرض الصرع عند ممارسة الانشطة الرياضية:

وذلك عند ممارسة بعض الانشطة الرياضية التي تساهم وتساعد على زيادة انفعال الشخص المريض وهنالك أنشطة تمنع منعاً باتاً من ممارستها اهمها: