

افغانستان آزاد – آزاد افغانستان

AA-AA

چو کشور نیاښد تن من مباد
همه سر به سر تن به کشتن دهیم

بدین بوم ویر زنده یک تن مباد
از آن به که کشور به دشمن دهیم

www.afgazad.com

afgazad@gmail.com

Social

اجتماعی

۴ نومبر ۲۰۰۸

هموطن عالیقدر، جناب محترم پروفیسر داکتر یار محمد!
نوشتۀ شما که بر گوشه ای از آلام عصبی و روانی هموطنان آفت دیده ما روشنی می اندازد، مواصلت کرد. در حالی که مقاله ارزنده شما را در دسترس استفادۀ خوانندگان ارجمند قرار می دهیم، آغاز همکاری های شما را با پورتال "افغانستان آزاد – آزاد افغانستان" خیر مقدم گفته و آرزو مینمائیم که صفحات پورتال را با ارسال همچو مطالب مفید همیشه آراسته بدارید. به تمنای صحت و موفقیت های شایان شما

با تقدیم محبت
پورتال AA-AA

پروفیسر داکتر یار محمد
ورجنیا، نومبر، ۲۰۰۸

تبارز امراض روانی در پناهندگان افغان

طوری که به همه معلوم است از سه دهه به این طرف ملیون ها هموطن ما تحت فشار های سیاسی، ظلم و جور دولت های دکتاتوری، حملات و بمباردمان های خارجی و شکنجه و کشتار های عمال مزدور داخلی و بیگانگان وطن، خانه و کاشانه خود ها را مجبوراً ترک نموده و آواره کوه و دشت گردیده و عده ای توانسته اند در ممالک بیگانه به صفت پناهنده به زندگی پر رنج و ملال اقامت اختیار نمایند. پناهندگان مذکور در عالم بیگانگی از کلچر، لسان، دین و مذهب ممالک میزبان، دست پاچه گردیده و کوشیدند تا زمینه تطابق خود را در محیطی که با آن کاملاً نا آشنا بودند، مهیا سازند. این تلاش ها طبعاً به آسانی برایشان میسر نگردیده، زندگی فلاکتبار، غربت، فقر غذائی و میسر نبودن شرائط حفظ الصحة بالایشان فشار های شدیدی روحی وارد نموده، صحت روحی و جسمی شانرا به مخاطره کشانید که اکثر شان در اثر خرابی وضع اقتصادی و عدم دسترس به داکتر و ادویه و عدم تشخیص درست امراض شان، وضع شان بصورت عموم رو بخرابی گذاشته و حتی اکثر شان زندگی شیرین خود را در عالم غربت و مسافرت از دست دادند. از نظر عقلی و عصبی در بین پناهندگان امراض تبارز نموده که حتی در موجودیت احصائیه های بسیار محدودی که در دسترس است، میتوان این امراض را ذیلاً دسته بندی نمود :

اول : P.T.S.O. post Traumatic Stress Syndrome : این عبارت از يك نوع مریضی روحی میباشد که در اثر مواجه شدن به فشار های شدید روحی از قبیل تهدید، شکنجه، توهین و حقارت، تجاوزات جنسی، بمباردمان ها و بعضاً سیل و زلزله و آفات طبیعی دیگری مانند سونامی بوجود می آید. ضرور نیست که این فشار ها را خودش تحمل کرده باشد، حتی مشاهده زجر و شکنجه و درد و رنج خویش، اقارب، رفقاء و هموطنان نیز این مریضی را بار آورده میتواند. این نوع مریضان خود را در مقابل حادثات فوق عاجز و بی دفاع تصور نموده همیشه خطرات رنج آور گذشته را بیاد آورده و خواب های ترسناکی می بینند، طوری که بعضاً به حالت شوک روحی از خواب بیدار گردیده و فکر میکنند که حادثات مذکور دوباره بالایشان ظهور نموده است. این عوارض باعث آن میشود که شخصی از زندگی اجتماعی دوری اختیار نموده و حتی از شنیدن و مورد بحث قرار گرفتن و مشاهده حادثات مشابه در تلوزیون نیز دچار وحشت میگردند. این ها همیشه از زندگی ناراض بوده و متأثر و غمگین به ملاحظه میرسند، حافظه خود را تدریجاً از دست

داده از هیچ نوع مراسم خوشی و فامیلی احساس خوشی و لذت نمیکند، بلکه فکر مینمایند که از جهان بیگانه شده و بهیچ کس دیگری ارتباط نداشته از همه احساس بیگانگی میکنند، حتی بعضی ازین نوع مریضان آرزوی کار، تحصیل علم و ورزش و ازدواج را از دست میدهند. اینها بطور عموم مودماغ بوده مسائل بسیار جزئی آنها را تخریش کرده و عصبانی میسازد، حتی بدون کدام سبب و دلیل بصورت قهر و غضب بالای خود و دیگران بسر میبرند.

از نظر تداوی، پرسونل فنی که با این مریضان سر و کار دارند کوشش میکنند که با آنها احساس مصونیت بدهند، آنها را تشویق مینمایند که بدون خوف و هراس بصورت بسیار آزادانه در مورد حادثات گذشته سخن بزنند تا روحاً تقویه گردیده و طوری بشخص معالج خود اطمینان حاصل کنند که تمام رازهای زندگی خود را در میان بگذارند، چون، این مریضان همیشه خود را گنهکار احساس میکنند و فکر خود را جمع کرده نمیتوانند و بکدام مشغله و کاری دلچسپی نشان نمیدهند، ازینرو باید این حالات ایشان تغییر داده شود.

متخصص معالج مریض را تشویق و کمک میکند تا تحصیل فراهم نموده و به کدام کار و زندگی مصروف شده و دوباره داخل اجتماع گردد. نا گفته نماند که در پهلوی تداوی های روحی امروز برای این نوع مریضان تداوی های دوائی نیز در دسترس است. داکتر معالج، مریضان خود را تشویق مینماید تا خود را گنهکار احساس ننموده و در مورد خاطرات گذشته خود بدون ترس و احساسات، سخن بزنند و این ها را از طریق تلوزیون، رادیو و دیگر وسائلی که در دسترس است، تشویق مینماید، تا بصورت مثبت فکر نموده و خود را از حالت قهر و غضب خارج سازند و سعی نمایند و خاطرات تلخ گذشته را فراموش کنند.

دوم: مریضی دیگری که در بین پناهندگان غالباً بوجود می آید عبارت از تشویش یا Anxiety میباشد. این نوع مریضان دچار تشویش دائمی بوده و همیشه در مورد آن فکر میکنند و آینده خود را بسیار تاریک احساس نموده، مسائل بسیار کوچک را بسیار بزرگ احساس نموده، روز ها و حتی ماه ها به چرت و فکر و تشویش میگذرانند و هیچ وقت این نوع افکار را از خود دور نتوانسته، از خود ناراض و دق و خفه میباشند که در نتیجه خوابشان مختل میشود و يك عده به ادویه مخدره و مشروبات الکھولی و غیره دچار میگردند. این نوع مریضان باید توسط متخصص عقلی و عصبی تحت مشاهده قرار بگیرند تا از نگاه روحی و روانی معالجه شوند.

سوم: نوع سوم مرض دقیت یا Depression است که نه تنها در پناهندگان بلکه در بین مردمان عادی نیز تبارز نموده میتواند. اما در بین آوارگان و پناهندگان اشکال شدید تر و دوام دار تر آن تظاهر میکند که آنها همیشه خود را نا آرام و ناراضی احساس نموده اکثر اوقات گریه میکنند و غذا نمیخورند، بیدار خوابی دارند که در اثر آن تدریجاً وزن خود را از دست داده و لاغر میشوند. برخلاف بعضی از آنها زیاد غذا میخورند و هم زیاد میخوابند و چاق میگردند. بعضی های دیگر چپ و گوشه گیر و آرام بوده و برخلاف يك عده دیگر آنها فوق العاده حساس گردیده، با اندک واقعه ای فوق العاده قهر و غضب برایشان دست میدهد. این مریضان تمرکز فکری نداشته و فیصله های معقول کرده نمیتوانند که بعضاً به خود کشی میپردازند که این خراب ترین حالت مریضی دقیت است. از نظر تداوی، خوشبختانه بر علاوه مداوی روحی، يك تعداد ادویه ضد دیپریشن در مارکیت های جهان عرضه گردیده است که با استفاده از آنها میتوان این نوع اشخاص را تا حدی تداوی نمود.