

ارتقاء سلامت روان از نیاز تا هشدار

*احمد علی نوربالا

براساس مطالعات پیش‌بینی‌کننده سازمان جهانی بهداشت بار کلی برخی بیماری‌ها از سال ۲۰۰۲ تا سال ۲۰۳۰ تغییر بارز می‌یابد به گونه‌ای که اختلال افسردگی از رتبه چهارم به رتبه دوم برای کشورهای در حال توسعه و رتبه اول برای کشورهای توسعه یافته، حوادث جاده‌ای از رتبه هشتم به رتبه چهارم، خشونت از رتبه ۱۵ به رتبه ۱۳ و دیابت به عنوان یک بیماری روان‌تنی از رتبه ۲۰ به رتبه ۱۱ تغییر می‌نماید [۱]. به عبارت دیگر بار کلی اختلال روانی و بیماری روان‌تنی ناشی از تأثیر استرس در جهان پیش‌روی ما، رو به تزاید است.

براساس مطالعه "دکتر فروزانفر و همکاران که در مقاله "ارزیابی علل مرگ و بیماری‌زایی در ایران، بار کلی بیماری‌ها و عوامل خطر در سال ۲۰۱۰" که در ماه می ۲۰۱۴ در مجله پزشکی فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران^۱ منتشر شده است دوازده رتبه بار کلی بیماری‌ها در ایران برای مردان به ترتیب عبارتند از: حوادث جاده‌ای، درد پایین کمری، اختلال افسردگی اساسی، بیماری ایسکمی قلبی، اختلال مصرف مواد، خشونت بین فردی، صدمه به خود، بیماری ایدز، اختلالات اضطرابی، درد گردنی، دیابت، سقوط، و نیز دوازده رتبه بار کلی بیماری‌ها در ایران برای زنان به ترتیب عبارتند از: اختلال افسردگی اساسی، درد پایین کمری، حوادث جاده‌ای، اختلالات اضطرابی، سایر اختلالات اسکلتی عضلانی، آنمی فقر آهن، بیماری ایسکمی قلبی، درد گردنی، میگرن، دیابت، اختلال مصرف مواد، اختلالات دوقطبی گزارش شده است [۲]. بنابراین به استناد این مطالعه مهم، وضعیت سلامت روان فعلی ایران و تأثیرپذیری آن از حوادث و استرس‌ها نیز، قابل توجه است.

استاد دکتر احمدعلی نوربالا سال‌ها در حوزه سلامت روان رزمندگان دوران دفاع مقدس فعالیت داشته‌اند. مطالعاتی که طی سی سال اخیر از ایشان به چاپ رسیده حکایت از تجارب ارزشمندشان در این زمینه دارد.

از طرفی، استرس اعم از حوادث جاری و ناخوشایند زندگی و یا موارد غیر معمول و شدید آن، چون تصادفات جدی، آتش سوزی، سیل و زلزله و جنگ و غیره، نه تنها موجب برخی اختلالات خاص از جمله اختلال استرس پس از سانحه PTSD^۱، بلکه به عنوان عوامل آشکارساز تمامی اختلالات روانپزشکی، ایفای نقش می‌نمایند و بدیهی است که به عنوان عوامل تداوم بخش، در ازمان تمامی اختلالات روانی نیز مؤثر می‌باشند [۳]. به همین جهت در طبقه‌بندی جدید ویرایش پنجم راهنمای آماری و تشخیصی اختلالات روانی، برای اختلالات ناشی از استرس، طبقه‌بندی خاصی با عنوان Trauma-and Stressor – Related Disorders در نظر گرفته شده است [۴].

نکته مهم دیگر آنکه، برخی از این اختلالات ناشی از استرس از جمله PTSD، موضوعی سهل و ممتنع در تشخیص، سیر و درمان می‌باشند [۴] که همگی موارد فوق، کار در این زمینه را سخت و در عین حال، نیازمند دانش و مهارت ویژه می‌نماید.

با استناد به مطالعات انجام شده در خصوص شیوع نشانه‌های روانی و اختلال روانپزشکی در ایران و مقایسه شیوع این اختلال‌ها با دیگر کشورها، به نظر می‌رسد که علاوه بر بالا بودن میزان شیوع این اختلال‌ها در کشور نسبت به سایر کشورها، شیوع اختلال‌های روانپزشکی در کشور ایران طی سال‌های اخیر، سیری صعودی داشته است و لازم است نسبت به شناخت علل و عوامل و نیز راهکارهای بهبود آن تدبیری

عاجل اندیشیده شود [۶].

در مجموع با عنایت به موارد مذکور، می‌توان استنباط نمود علاوه بر روند رو به تزاید تضعیف سلامت روان در دنیا، کشور ایران نیز، به سبب پشت سرگذاشتن شرایط خاص انقلاب و جنگ و در حال حاضر حوادث جاده‌ای و عوارض تحریم‌های همه جانبه، وضعیت ویژه‌ای دارد که عنایت همه دست اندرکاران نظام سلامت اعم از لشکری و کشوری را می‌طلبد و البته در این مسیر، مسئولیت محققین و کارشناسان سلامت روان در زمینه پژوهش و نشر مقوله‌های مرتبط با سلامت روان دو چندان است. قابل ذکر است که در حال حاضر به صورت بارز، خلاء چنین نشریه‌ای در کشور ما، محسوس می‌باشد.

جای بسیار خرسندی است که مجله علمی پژوهشی ابن سینا با تمرکز روی زمینه تأثیرات روانپزشکی ناشی از استرس، بلایا، تصادفات، حوادث دست‌ساز آدمی و از جمله جنگ، به گروه انتشارات علمی کشور می‌پیوندد. شادمانی بیشتر آنکه دانشگاه علوم پزشکی ارتش که افتخار راه‌اندازی رشته فلوشیپی روانپزشکی نظامی را در کشور دارد متقبل جهت‌دار کردن مجله خود در این وادی شده است. اینجانب، ضمن اظهار خوشحالی و تبریک به دست اندرکاران این رویداد علمی، در ادامه راه برای سردبیر محترم و سایر همکارانشان، توفیق پر بار نمودن مجله به منظور آگاهی بخشی عموم سیاست‌سازان و سیاستمداران نظام سلامت، اساتید، دانشجویان و علاقمندان در زمینه تأثیر استرس بر جسم و جان آدمی را از درگاه ایزد منان آرزومندم.

References

1. WHO. Integrating mental health into primary care: a global perspective. World Health Organization; 2008.
2. Forouzanfar MH, Sepanlou SG, Shahrzad S, Dicker D, Naghavi P, Pourmalek F, et al. Evaluating causes of death and morbidity in Iran, global burden of diseases, injuries, and risk factors study 2010. Archives of Iranian medicine. 2014;17(5):304-320.
3. Nourbala AA. General neuropsychiatric effects of war. Nabz. 1993;1(3):14-20. [Persian]
4. Diagnostic and statistical manual of mental disorders, (DSM-5®). American psychiatric association; 2013.
5. Mirzaee J, Karami Gh, Nourbala AA. Guideline of post traumatic stress disorder, (Theory & Practice). Tehran, Iran: Janbazan Medical and Engineering Research Center; 2007. [Persian]
6. Nourbala AA, Damari B, Riazzi-Isfahani S. Evaluation of mental disorders incidence trend in Iran. 2. 014;21(112):1-10. [Persian]

Mental health: The need to alert

***Noorbala AA**

Professor, Department of Clinical
Psychology, Tehran University of
Medical Sciences, Tehran, Iran
(*Corresponding Author)