



اختلال وسواسی اجباری در کودکان

● تهیه و تنظیم: هادی کجیاف نژاد
عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان

آنجا باشد. در مدرسه سعی می‌کند به دستگیره درها و نرده پله‌ها دست نزند زیرا می‌ترسد که اگر به آنها دست بزند، دچار بیماری خطرناکی شود. گاهی اوقات سارا در کار کلاسی عقب می‌افتاد زیرا احساس می‌کند که باید همه چیز را مرتباً بررسی کند. در طی امتحان سارا هر سؤال را بارها و بارها چک می‌کند و هر چیز ار که مرتب و تمیز نوشته نشده باشد، پاک می‌کند. سارا این احساس بد را دارد که اگر همه چیز دقیقاً درست نباشد، ممکن است یک اتفاق ناگوار بیافتد. تمام این نگرانی‌ها، چک کردن‌ها و پاک کردن‌ها مدت زمان زیادی طول می‌کشد به طوری که سارا به زحمت می‌تواند قبل از اتمام زمان، امتحان خود را به پایان برساند. بنابراین هر چند که او مسأله را می‌داند ولی معمولاً آن را به طور ناقص انجام می‌دهد



مقدمه

بیماری وسواس از سن قبل از مدرسه تا میانسالی می‌تواند اتفاق بیفتد یک سوم تا دو سوم بالغین با بیماری وسواس سن شروع علائم را از کودکی مطرح می‌کنند! این بیماری به نظر می‌رسد که به دلایلی تشخیص داده نشود تا مورد درمان قرار بگیرد. از آنجاییکه کودکان این اطلاعات و آگاهی را ندارند که علائم بیماری چیست بعضی‌ها نیز ممکن است منبع درمانی مناسب دسترس نداشته باشند. هدف نگارش این مقاله این بوده که با تشخیص صحیح و درمان درست و زودهنگام بتوان از عواقب بعدی این بیماری جلوگیری نمود.

یک سوم تا دو سوم بالغین با بیماری وسواس سن شروع علائم را از کودکی مطرح می‌کنند

و گاهی اوقات هم در آن درس نمره نمی‌گیرد. سارا بسیار تلاش می‌کند که عادات خود را پنهان کند. او نگران است که نکند دیوانه شود یا اگر دیگران بفهمند که او چه کار می‌کند، فکر کنند که او آدم عجیب و غریبی است. سارا می‌داند که زمانی را که او صرف شستن و چک کردن می‌کند، می‌تواند با دوستان خود به خوشی بگذراند یا تکلیف خود را انجام دهد، ولی به نظر نمی‌رسد که او دست از این کار بردارد. این مسأله بدان دلیل است که سارا دارای اختلال وسواسی - اجباری است.

اختلال وسواسی - اجباری (OCD) چیست؟

OCD نوعی اضطراب است که زمانی رخ می‌دهد که در روشی که مغز با نگرانی یا شک‌های معمولی برخورد می‌کند، مشکلی پیش آید. کودکان دارای OCD، زیاد نگران می‌شوند و احساس می‌کنند که

بعضی از کودکان دوست دارند که دست‌های خود را بشویند، ولی سارا این کار را بیش از اندازه انجام می‌دهد. او دوست دارد که دیگر دست‌های خود را نشوید ولی احساس نمی‌کند که دست‌هایش به اندازه کافی تمیز شده‌اند و نمی‌تواند خود را وادار کند که شیر آب را ببندد. گاهی اوقات آنقدر دست‌های خود را می‌مالد که قرمز می‌شوند. پس از غذا خوردن احساس می‌کند که باید دوباره دست‌های خود را بشوید از آنجایی که وقت را صرف شستن می‌کند، همیشه با عجله به مدرسه می‌رود تا سر وقت در





البته این یک امر طبیعی است که انسان گهگاه احساس نگرانی کند چرا که نگرانی به کودکان می‌آموزد که چگونه محتاط و مراقب باشند ولی نگرانی کودکان مبتلا به OCD چیزی فراتر از نگرانی عادی می‌باشد. افراد دارای OCD خیلی نگران می‌شوند به طوری که ساعت‌های زیادی و حتی تمام طول روز را در مورد مسایلی از قبیل این‌که گم شوند یا اینکه برای والدینشان اتفاقی خواهد افتاد، احساس نگرانی می‌کنند همچنین ممکن است کودک OCD دچار ترس از آسیب رسیدن به خود یا اعضای خانواده‌اش شود. مثلاً وارد شدن دزد به خانه که کودک مدام در و پنجره‌ها را موقعی که والدینش خواب هستند بررسی می‌کند. یا افکاری در مورد آتش‌سوزی، زمین‌لرزه، مردن و اشتباه کردن یا عدم اطمینان داشتن را به طور مرتب مرور می‌کنند. کودک بالغ‌تری که مبتلا به OCD است ممکن است دچار ترس از مریض شدن توسط میکروب‌ها شود. کودک جهت غلبه بر این افکار رفتارهای تشریفاتی و اجباری انجام می‌دهد. به عبارتی دیگر رفتاری را که این کودکان انجام می‌دهند تا افکار نگران‌کننده از بین رود رفتار اجباری می‌گویند. وقتی که کودک OCD داشته باشد به نظر می‌رسد که انجام رفتارهای

افراد دارای OCD خیلی نگران می‌شوند

به طوری که ساعت‌های زیادی

و حتی تمام طول روز را در مورد

مسایلی از قبیل این‌که گم شوند

یا اینکه برای والدینشان

اتفاقی خواهد افتاد، احساس

نگرانی می‌کنند

نسبت به چیزهایی که احتمال دارد رخ دهد، ترس دارند. بعضی کودکان دارای OCD مانند سارا از کثیف شدن یا از میکروب‌ها می‌ترسند. بعضی از کودکان احساس می‌کنند که باید یک چیز خاص را بارها و بارها تکرار کنند یا بارها و بارها سؤال کنند و یا چیزها را فوق‌العاده تمیز نگاه دارند به طوری که از اتفاق افتادن چیزهای بد جلوگیری شود. بعضی کودکان حتی در رابطه با فکر کردن در مورد افکار بد نیز نگران می‌شوند. آنها فکر می‌کنند که فکر کردن در مورد چیزهای بد باعث می‌شود که آن چیزها رخ دهند.

کودکان دارای OCD، زیاد نگران می‌شوند

و احساس می‌کنند که نسبت به

چیزهایی که احتمال دارد رخ

دهد، ترس دارند

افراد دارای OCD بسیار زیاد نگران می‌شوند، به طوری که می‌توانند ساعت‌های زیاد و یا حتی تمام طول روز را در مورد مسایل نگران شوند و سعی می‌کنند که اطمینان حاصل کنند که چه چیزهای بدی که نگران آنها هستند، رخ نمی‌دهند. (این اختلال معمولاً در دوران کودکی و آغاز نوجوانی شروع می‌شود و از میان هر ۲۰۰ کودک و نوجوان یک مورد دیده شده است.)



افکار وسواسی ممکن است به اقتضای سن کودک متفاوت باشند و با گذشت زمان تغییر کند کودکان مبتلا به این اختلال نسبت به چیزهایی که احتمال دارد رخ دهد، ترس دارند. بعضی از کودکان احساس می‌کنند که باید یک چیز خاص را بارها و بارها تکرار کنند یا بارها و بارها سؤال کنند یا چیزها را خیلی تمیز نگاه دارند به طوری که از رخداد های ناگوار جلوگیری کنند.

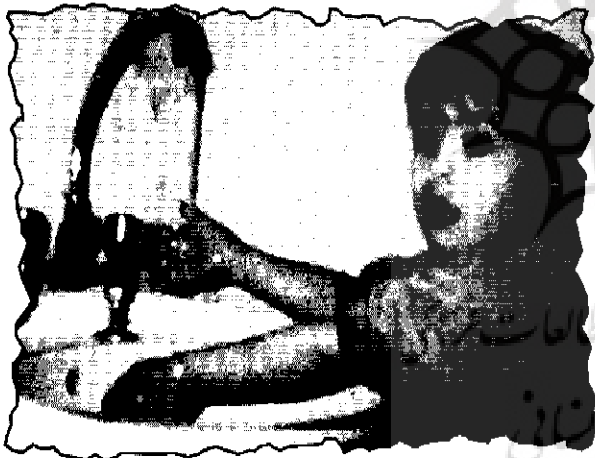
تشریفاتی و اجباری تنها راه برای احساس امنیت نسب به جلوگیری از وقوع رخداد‌های ناگوار باشد.

نمونه‌ای از رفتارهای اجباری و تشریفاتی شامل شستن زیاد دستان یا حمام زیاد به طوری که متوقف کردن آنها خیلی مشکل می‌باشد، شمارش (مثلاً شمارش ۲۰ ماشین به رنگ سفید قبل از رسیدن به خانه یا لمس کردن نرده‌های ساختمان‌ها یا مکان‌ها در میان مسیر خانه تا مدرسه یا انجام کاری به دفعات خاص مانند پوشیدن و امتحان کردن چند دست لباس قبل از رفتن و بستن کفش به طور مکرر تا موقعی که احساس کند کفش هایش به درستی بسته شده است، البته کودکان دارای OCD زمانی می‌توانند انجام زیاد این مراسم و تشریفات و رفتارهای اجباری را پایان دهند که مدت زمان کمی برای انجام کارهایی که واقعاً می‌خواهند انجام دهند باقی مانده باشد.



عکس از: رضا هاروی

تحقیقات نشان داده است علاوه بر اینکه یکی از دلایل OCD در اثر کاهش شدید سروتونین در مغز به طوری که مغز کودک مبتلا به OCD افکار نگران کننده را به طور مرتب مرور می‌کند و این نگرانی‌ها اصلاً پایان نمی‌یابد و مغز به جای اینکه به یک مسأله دیگر بپردازد مرتب آن را تکرار می‌کند. مطالعات اخیر و جدید نشان داده است که OCD ممکن است ناگهان در کودکی که دچار گلودرد چرکی شده است و بعد از عفونت استرپتوکوک (نوعی باکتری عفونت‌زا) شروع شود یا اینکه بدتر شود، ارتباط خوب بین والدین و فرزندان می‌توان باعث افزایش درک مشکل شود. و اغلب کودکان مبتلا به OCD به طور مؤثری به درمان ترکیبی (دارو درمانی و روان‌درمانی مؤثر تکنیک‌های رفتاری - شناختی) معالجه شوند. آنتی‌بیوتیک درمانی زمانی که علت OCD به عفونت استرپتوکوک مرتبط باشد مفید است. تمام اطلاعات ارایه شده جهت آگاهی و اطلاع بیشتر والدین می‌باشد به منظور دریافت توصیه خاص پزشکی تشخیص و درمان حتماً باید با یک روان‌پزشک مشورت کنید.



عکس از: زیلا اعجمی