استقرار الأعراض الإدراكية بعد كوفيد-19: دراسة طولية باستخدام اختبار الأكسفورد الإدراكي.

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 24, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). استقرار الأعراض الإدراكية بعد كوفيد-19: دراسة طولية باستخدام اختبار الأكسفورد الإدراكي.. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=120968

ARABPSYCHOLOGY.COM

هل يختفي الضباب الذهني بعد كوفيد-19؟ دراسة جديدة تلقي الضوء على الاستقرار الإدراكي طويل الأمد

كم مرة سمعنا عن شخص، بعد تعافيه من كوفيد-19، يشتكي من صعوبة التركيز، أو نسيان الأمور البسيطة، أو الشعور بضبابية في التفكير؟ هذه الأعراض، التي باتت تعرف بـ "متلازمة ما بعد كوفيد-19" أو "كوفيد طويل الأمد"، أثارت قلقًا واسعًا بين الأطباء والمرضى على حد سواء. هل هذه المشكلات الإدراكية مؤقتة، أم أنها ستستمر لفترة طويلة؟ وهل هناك ما يمكن فعله لتحسينها؟ هذه الأسئلة المحورية هي ما تسعى دراسة حديثة، أجراها الباحث فيلدريك كوزيك وفريقه، إلى الإجابة عليها.

الإطار النظري

الأسس العصبية والنفسية للضعف الإدراكي

لفهم نتائج هذه الدراسة، من الضروري أن نلقي نظرة على الأسس النفسية والعصبية التي تفسر الضعف الإدراكي المرتبط بكوفيد-19. تعتمد وظائفنا الإدراكية ـ مثل الذاكرة والانتباه والوظائف التنفيذية ـ على شبكة معقدة من الاتصالات العصبية في الدماغ. عندما يصيب كوفيد-19 الجسم، فإنه لا يقتصر تأثيره على الجهاز التنفسي فحسب، بل يمكن أن يؤثر أيضًا على الدماغ بطرق متعددة. تشير الأبحاث إلى أن الفيروس يمكن أن يدخل الدماغ مباشرة، أو أن الاستجابة المناعية المفرطة التي يثيرها يمكن أن تؤدي إلى التهاب يؤثر على وظائف الدماغ.

من الناحية النفسية، يمكن أن تلعب عوامل مثل الإجهاد والقلق والاكتئاب دورًا كبيرًا في تفاقم المشكلات الإدراكية. فالإجهاد المزمن، على سبيل المثال، يمكن أن يؤدي إلى إفراز هرمونات التوتر التي تؤثر سلبًا على الذاكرة والانتباه. وبالمثل، يمكن أن يؤدي الاكتئاب إلى صعوبة التركيز واتخاذ القرارات. لذا، فإن فهم التفاعل المعقد بين العوامل العصبية والنفسية أمر بالغ الأهمية في تقييم وعلاج الضعف الإدراكي بعد كوفيد-19. تعتمد العديد من التدخلات العلاجية، مثل العلاج السلوكي المعرفي (CBT)، على مبادئ التعلم والتكيّف لتغيير الأنماط السلبية في التفكير والسلوك التي تساهم في المشكلات الإدراكية.

المنهجية

كيف تم إجراء الدراسة؟

قام الباحث كوزيك وفريقه بمتابعة مجموعة من 81 مريضًا بالغًا (متوسط العمر 46.6 عامًا، 64٪ منهم من الإناث) أصيبوا بكوفيد-19 في عام 2020 أو أوائل عام 2021. تم تقييم هؤلاء المرضى باستخدام أداة تقييم إدراكية قائمة على الأجهزة اللوحية تسمى "Oxford Cognitive Screen-Plus" (OCS-Plus). هذه الأداة مصممة لتقييم مجموعة واسعة من الوظائف الإدراكية، بما في ذلك الذاكرة المتأخرة والانتباه والوظائف التنفيذية (مثل التخطيط وحل المشكلات).

تم إجراء التقييم الأول للمرضى بعد حوالي خمسة أشهر من الإصابة بكوفيد-19. ثم تم إعادة تقييمهم بعد فترة متابعة متوسطها 4.4 أشهر. استخدم الباحثون اختبارات إحصائية متقدمة، مثل اختبار Wilcoxon signed-rank tests واختبارات التكافؤ، لتحليل التغيرات في الأداء الإدراكي بين التقييمين. كما قاموا بتحليل العلاقة بين التغيرات في الأداء الإدراكي والتغيرات في أعراض الاكتئاب والتعب باستخدام تحليل الانحدار المتعدد المصحح.

ARABPSYCHOLOGY.COM

من المهم ملاحظة أن استخدام الأجهزة اللوحية في التقييم الإدراكي له العديد من المزايا. فهو يسمح بإجراء التقييم في بيئة طبيعية أكثر، ويوفر بيانات دقيقة وموثوقة، ويسهل جمع البيانات وتحليلها. كما أنه يقلل من الاعتماد على التقييمات الذاتية، والتي يمكن أن تكون عرضة للتحيز.

النتائج

ماذا كشفت الدراسة؟

أظهرت النتائج أن الأداء الإدراكي للمرضى بقي مستقرًا بشكل ملحوظ بين التقييم الأول والتقييم الثاني. لم يلاحظ الباحثون أي تغيير كبير في الأداء في أي من المجالات الإدراكية التي تم تقييمها (الذاكرة والانتباه والوظائف التنفيذية). وعلاوة على ذلك، أظهرت اختبارات التكافؤ أن أي اختلافات تم ملاحظتها كانت ضمن الحدود المحددة مسبقًا من الأهمية السريرية. وهذا يعني أن التغيرات في الأداء الإدراكي كانت صغيرة جدًا بحيث لا يمكن اعتبارها ذات دلالة سريرية.

الأمر الأكثر إثارة للاهتمام هو أن التغيرات في أعراض الاكتئاب والتعب لم تكن مرتبطة بالتغيرات في الأداء الإدراكي. وهذا يشير إلى أن المشكلات الإدراكية التي يعاني منها المرضى ليست مجرد نتيجة للاكتئاب أو التعب، بل هي مشكلات مستقلة تتطلب تقييمًا وعلاجًا منفصلين. بمعنى آخر، حتى لو تحسن مزاج المريض أو انخفض مستوى تعبه، فمن غير المرجح أن يتحسن أداؤه الإدراكي تلقائيًا.

الآثار السريرية والعملية

ماذا يعني هذا للأطباء والمرضى؟

تشير هذه النتائج إلى أن الضعف الإدراكي المرتبط بكوفيد-19 يمكن أن يكون مستقرًا على المدى القصير، أي أنه لا يتحسن تلقائيًا بمرور الوقت. وهذا يعني أن المرضى الذين يعانون من هذه المشكلات قد يحتاجون إلى تدخلات علاجية محددة لتحسين وظائفهم الإدراكية. بالنسبة للأطباء، فإن هذه النتائج تؤكد أهمية إجراء تقييم إدراكي شامل للمرضى الذين يعانون من متلازمة ما بعد كوفيد-19، ومتابعة حالتهم بانتظام.

بالنسبة للمرضى، فإن هذه النتائج قد تكون مخيبة للآمال، ولكنها أيضًا توفر لهم بعض الأمل. فمعرفة أن المشكلات الإدراكية يمكن أن تكون مستقرة تسمح لهم بالتركيز على إيجاد طرق فعالة لإدارتها وتحسينها. يمكن أن تشمل هذه الطرق العلاج السلوكي المعرفي، والتدريب الإدراكي، وتعديل نمط الحياة (مثل الحصول على قسط كاف من النوم وممارسة الرياضة بانتظام).

السياق الثقافي العربي

كيف تنطبق هذه النتائج على العالم العربي؟

عند النظر إلى هذه النتائج في سياق العالم العربي، من المهم مراعاة بعض العوامل الثقافية والاجتماعية التي قد تؤثر على تجربة المرضى. في العديد من المجتمعات العربية، لا يزال هناك وصمة عار مرتبطة بالأمراض النفسية، مما قد يمنع المرضى من طلب المساعدة أو التحدث عن مشكلاتهم الإدراكية. بالإضافة إلى ذلك، قد يكون هناك نقص في الموارد والخدمات الصحية المتخصصة في مجال إعادة التأهيل الإدراكي.

ARABPSYCHOLOGY.COM

من ناحية أخرى، قد توفر الثقافة العربية بعض نقاط القوة التي يمكن الاستفادة منها في دعم المرضى. فالقيم الأسرية القوية والشبكات الاجتماعية المتماسكة يمكن أن توفر للمرضى الدعم العاطفي والاجتماعي الذي يحتاجونه. كما أن التركيز على التماسك الاجتماعي والتعاون يمكن أن يساعد في تعزيز جهود إعادة التأهيل الإدراكي. لذا، من المهم تطوير تدخلات علاجية تراعي السياق الثقافي المحلي وتستفيد من نقاط القوة الموجودة في المجتمع.

التوجهات المستقبلية والقيود

ما هي الخطوات التالية؟

على الرغم من أن هذه الدراسة تقدم رؤى قيمة حول الاستقرار الإدراكي بعد كوفيد-19، إلا أنها لا تخلو من القيود. أولاً، تم إجراء الدراسة على عينة صغيرة نسبيًا من المرضى، مما قد يحد من إمكانية تعميم النتائج على نطاق أوسع. ثانيًا، كانت فترة المتابعة قصيرة نسبيًا (4.4 أشهر)، مما يعني أننا لا نعرف ما إذا كان الأداء الإدراكي للمرضى سيبقى مستقرًا على

Recommended Academic Training

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

أخلاقيات مهنة التعليمView Course → اصول التربية والتعليمView Course → التربية البيئية والتنمية المستدامةView Course →

Reference

Kozik V. (2026). *Longitudinal stability of cognitive impairments in post-COVID-19 syndrome assessed with the tablet-based Oxford Cognitive Screen-Plus*. Scientific Reports, 16(1).

DOI: 10.1038/s41598-026-48476-5

ARABPSYCHOLOGY.COM