

الصحة النفسية وأمراض الكبد الدهنية: رؤى جزئية جديدة من دراسة ضخمة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 23, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). الصحة النفسية وأمراض الكبد الدهنية: رؤى جزئية جديدة من دراسة ضخمة. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119324>

هل يمكن أن يؤثر حزنك على صحة كبدك؟ دراسة جديدة تكشف الصلة بين الصحة النفسية ومرض الكبد الدهني غير الكحولي

هل تساءلت يوماً عن العلاقة بين شعورك بالضيق أو القلق وصحة أعضائك الداخلية؟ لطالما اعتقدنا أن الصحة النفسية والجسدية كيانان منفصلان، ولكن الأبحاث الحديثة تشير إلى وجود ترابط وثيق بينهما. دراسة حديثة، أجراها الباحث يانغ د.، تلقي الضوء على علاقة غير متوقعة: الصلة بين المشاكل النفسية وتطور مرض الكبد الدهني غير الكحولي (MASLD)، وهو مرض يصيب الكبد بسبب تراكم الدهون فيه.

منهجية البحث

قام الباحثون بتحليل بيانات مجموعة كبيرة من الأفراد، مستخدمين تقنيات حديثة في مجال التمثيل الغذائي (metabolomics - دراسة المواد الكيميائية الناتجة عن عمليات الأيض في الجسم). الهدف كان تحديد ما إذا كانت هناك علامات بيولوجية (biomarkers - مؤشرات حيوية) مشتركة بين الأشخاص الذين يعانون من مشاكل نفسية، مثل الاكتئاب والقلق، وأولئك الذين يعانون من مرض الكبد الدهني غير الكحولي. تم جمع بيانات مفصلة حول الصحة النفسية للمشاركين، بالإضافة إلى عينات دم لتحليلها. ركز التحليل على تحديد الاختلافات في مستويات جزيئات صغيرة تسمى المستقلبات (metabolites - نواتج عمليات الأيض) في دم الأشخاص الذين يعانون من كل من هذه الحالات.

استخدم الباحثون تحليلات إحصائية متطورة لتحديد ما إذا كانت هناك علاقة بين المشاكل النفسية وتغيرات معينة في المستقلبات. كما سعوا إلى فهم ما إذا كانت هذه التغيرات في المستقلبات يمكن أن تفسر جزئياً كيف يمكن أن تؤثر المشاكل النفسية على تطور مرض الكبد الدهني غير الكحولي. لم يقتصر البحث على مجرد إثبات وجود علاقة، بل سعى إلى فهم الآليات البيولوجية الكامنة وراء هذه العلاقة.

النتائج

أظهرت النتائج أن الأشخاص الذين يعانون من مشاكل نفسية، مثل الاكتئاب والقلق، كانوا أكثر عرضة للإصابة بمرض الكبد الدهني غير الكحولي. ولكن الأهم من ذلك، اكتشف الباحثون أن هذه العلاقة ليست مجرد مصادفة. وجدوا أن هناك تغيرات محددة في مستويات المستقلبات في دم الأشخاص الذين يعانون من كل من المشاكل النفسية ومرض الكبد الدهني غير الكحولي.

على وجه الخصوص، لاحظ الباحثون اضطرابات في عمليات التمثيل الغذائي للنيتروجين (nitrogen metabolism - العمليات الكيميائية التي تتعامل مع النيتروجين في الجسم) وتوزيع الدهون (lipid partitioning - كيفية توزيع الدهون في الجسم). هذا يشير إلى أن المشاكل النفسية قد تؤثر على كيفية معالجة الجسم للنيتروجين والدهون، مما قد يؤدي إلى تراكم الدهون في الكبد وتطور مرض الكبد الدهني غير الكحولي. على سبيل المثال، قد يؤدي الإجهاد النفسي المزمن إلى تغييرات في الهرمونات التي تؤثر على كيفية تخزين الجسم للدهون. كما أن التغيرات في نمط الحياة المرتبطة بالمشاكل النفسية، مثل سوء التغذية وقلة النشاط البدني، يمكن أن تساهم أيضاً في هذه التغيرات الأيضية.

دلالات البحث

هذه النتائج لها آثار مهمة على فهمنا لكيفية تأثير الصحة النفسية على الصحة الجسدية. إنها تشير إلى أن المشاكل النفسية

ليست مجرد مشاكل "في الرأس"، بل يمكن أن يكون لها تأثير ملموس على أعضائنا الداخلية. بالنسبة لمرض الكبد الدهني غير الكحولي، فإن هذا يعني أن معالجة المشاكل النفسية قد تكون جزءاً مهماً من استراتيجية علاج شاملة.

بالإضافة إلى ذلك، فإن تحديد المستقبلات المرتبطة بكل من المشاكل النفسية ومرض الكبد الدهني غير الكحولي يفتح الباب أمام تطوير طرق جديدة للتشخيص والعلاج. قد يكون من الممكن استخدام هذه المستقبلات كمؤشرات حيوية لتحديد الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بمرض الكبد الدهني غير الكحولي، أو لمراقبة فعالية العلاج. كما أن فهم الآليات البيولوجية التي تربط بين المشاكل النفسية ومرض الكبد الدهني غير الكحولي قد يؤدي إلى تطوير أدوية جديدة تستهدف هذه الآليات.

في الختام، تؤكد هذه الدراسة على أهمية اتباع نهج شامل للصحة، يأخذ في الاعتبار كلاً من الصحة النفسية والجسدية. إن الاعتناء بصحتنا النفسية ليس مجرد مسألة رفاهية، بل هو أيضاً استثمار في صحة كبدنا، وصحة أجسامنا بشكل عام.

Reference

- Yang D. (2025). *Association between mental health and MASLD molecular insights through metabolomics*. *Communications Medicine*, 6(1), 59-59.
DOI: [10.1038/s43856-025-01317-4](https://doi.org/10.1038/s43856-025-01317-4)