انتشار القلق والاكتئاب بين مرضى الجهاز الهضمي: دراسة متعددة المراكز

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 26, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). انتشار القلق والاكتئاب بين مرضى الجهاز الهضمي: دراسة متعددة المراكز. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=120066

ARABPSYCHOLOGY.COM

تخيل أنك تعاني من آلام مزمنة في المعدة، أو حرقة مستمرة، أو شعور دائم بالانتفاخ. قد تتوجه إلى طبيب الجهاز الهضمي بحثًا عن حل جسدي لهذه المشاكل. لكن ماذا لو كانت هناك قصة أعمق، قصة مرتبطة بصحتك النفسية؟ دراسة حديثة تكشف عن انتشار كبير للاضطرابات النفسية، مثل القلق والاكتئاب، بين المرضى الذين يراجعون عيادات الجهاز الهضمي، مما يثير تساؤلات حول العلاقة المعقدة بين العقل والجسم.

منهجية البحث

قام الباحثون، بقيادة دونغ تشيو، بإجراء دراسة شاملة متعددة المراكز شملت عيادات الجهاز الهضمي المختلفة. اعتمدت الدراسة على منهجية المقطعية (cross-sectional study)، مما يعني أنها جمعت البيانات في نقطة زمنية واحدة. تم جمع البيانات من عدد كبير من المرضى الذين يراجعون هذه العيادات لأسباب متنوعة تتعلق بالجهاز الهضمي. استخدم الباحثون استبيانات مُصممة خصيصًا لتقييم مستويات القلق والاكتئاب لدى المشاركين. بالإضافة إلى ذلك، تم جمع معلومات حول العوامل الديموغرافية (مثل العمر والجنس) والتاريخ الطبي للمرضى، بما في ذلك التشخيصات المتعلقة بالجهاز الهضمي وأنماط النوم. الهدف من هذه المنهجية هو تحديد مدى انتشار هذه الاضطرابات النفسية بين هذه الفئة من المرضى، والكشف عن العوامل التي قد تزيد من خطر الإصابة بها. تم تحليل البيانات إحصائيًا لتحديد الارتباطات بين الاضطرابات النفسية وأمراض الجهاز الهضمي المختلفة.

نتائج البحث

أظهرت النتائج أن معدلات القلق والاكتئاب كانت مرتفعة بشكل ملحوظ بين المرضى الذين يراجعون عيادات الجهاز الهضمي. لم يكن الأمر مجرد وجود هذه الاضطرابات، بل كان هناك ارتباط واضح بينها وبين بعض الحالات المرضية المحددة في الجهاز الهضمي. على سبيل المثال، وجد الباحثون أن المرضى الذين يعانون من الارتجاع المعدي المريئي (GERD) - وهي حالة شائعة تتميز بحرقان في المعدة ـ كانوا أكثر عرضة للإصابة بالقلق والاكتئاب مقارنة بالمرضى الذين لا يعانون من هذه الحالة. وبالمثل، كان المرضى الذين يعانون من عسر الهضم (dyspepsia) - وهو شعور بعدم الراحة في المعدة ـ أكثر عرضة للاضطرابات النفسية.

لم يقتصر الأمر على هذه الحالات الشائعة. أظهرت الدراسة أيضًا أن المرضى الذين يعانون من حالات أكثر خطورة، مثل التهاب المعدة الضموري مع التحول المعوي (atrophic gastritis with intestinal metaplasia) - وهي حالة قد تزيد من خطر الإصابة بسرطان المعدة ـ وأمراض القنوات الصفراوية وأمراض الكبد، كانوا أيضًا أكثر عرضة للقلق والاكتئاب. علاوة على ذلك، وجد الباحثون أن المرضى الذين يعانون من مشاكل في النوم كانوا أكثر عرضة للإصابة بهذه الاضطرابات النفسية. تشير هذه النتائج إلى أن العلاقة بين الصحة النفسية وأمراض الجهاز الهضمي قد تكون أكثر تعقيدًا مما كان يعتقد سابقًا.

دلالات البحث

تلقي هذه الدراسة الضوء على أهمية النظر إلى المريض ككل، وليس فقط التركيز على الأعراض الجسدية. يشير الباحثون إلى أن أطباء الجهاز الهضمي يجب أن يكونوا أكثر وعيًا بالحالة النفسية لمرضاهم، وأن يسألوا عن أعراض القلق والاكتئاب كجزء من الفحص الروتيني. إن تجاهل الصحة النفسية للمريض قد يؤدي إلى تأخير التشخيص والعلاج، وتفاقم الأعراض الجسدية.

إن فهم العلاقة بين القلق والاكتئاب وأمراض الجهاز الهضمي يمكن أن يؤدي إلى تطوير استراتيجيات علاجية أكثر فعالية.

ARABPSYCHOLOGY.COM

على سبيل المثال، قد يستفيد بعض المرضى من العلاج النفسي (psychotherapy) بالإضافة إلى العلاج الدوائي التقليدي لأمراض الجهاز الهضمي. كما أن تحسين أنماط النوم وتعزيز الصحة العامة يمكن أن يلعب دورًا مهمًا في تحسين الصحة النفسية والجسدية للمرضى.

تؤكد هذه الدراسة على الحاجة إلى مزيد من البحث لفهم الآليات التي تربط بين العقل والجسم. هل القلق والاكتئاب يسببان أمراض الجهاز الهضمي؟ أم أن أمراض الجهاز الهضمي تزيد من خطر الإصابة بالاضطرابات النفسية؟ أم أن هناك عوامل أخرى تلعب دورًا؟ الإجابة على هذه الأسئلة ستساعد في تطوير علاجات أكثر استهدافًا وفعالية للمرضى الذين يعانون من هذه المشاكل المعقدة.

Reference

Dong Q. (2026). *Prevalence of anxiety, depression and associated risk factors in gastroenterology outpatients: a multicenter cross-sectional study*. BMC Gastroenterology, 26(1), 89-89.

DOI: 10.1186/s12876-025-04590-8

ARABPSYCHOLOGY.COM