

تحديد أنواع فرعية للصحة النفسية للأمهات بعد الولادة بناءً على عوامل الخطر والمرونة العصبية والبيئية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 27, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تحديد أنواع فرعية للصحة النفسية للأمهات بعد الولادة بناءً على عوامل الخطر والمرونة العصبية والبيئية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120154>

تخيل امرأةً حديثة الأم، تغرق في بحر من المشاعر المتضاربة. فرحة الأمومة تتداخل مع قلق لا ينتهي، وإرهاق جسدي وعاطفي يهدد بتقويض قدرتها على الاستمتاع بأجمل لحظات حياتها. هذه التجربة، الشائعة بين العديد من الأمهات الجدد، غالباً ما تُختزل في مصطلح "اكتئاب ما بعد الولادة"، لكن الحقيقة أكثر تعقيداً بكثير. فما الذي يحدث بالضبط في دماغ الأم بعد الولادة؟ وهل يمكننا التنبؤ بمن هن الأكثر عرضة للمعاناة، وتقديم الدعم المناسب قبل فوات الأوان؟

منهجية البحث

للإجابة على هذه الأسئلة، قام باحثون بقيادة السيدة بارك (S. Park)، بدراسة شاملة شملت 87 أمًا حديثة الولادة، بمتوسط عمر 29.71 عامًا. لم يكتفِ الباحثون بالاعتماد على استبيانات حول الظروف البيئية والاجتماعية التي تعيشها الأمهات، بل تعمقوا في دراسة التغيرات التي تحدث في أدمغتهن. استخدموا تقنيات التصوير العصبي المتقدمة لقياس حجم المادة الرمادية في مناطق مختلفة من الدماغ - وهي مؤشر على عدد الخلايا العصبية وكثافتها - وكذلك لتقييم مدى نشاط التواصل بين هذه المناطق أثناء أداء مهام معينة. هذه التقنية، المعروفة باسم "التوصيل الوظيفي القائم على المهام" (task-based functional connectivity)، تكشف عن كيفية عمل مناطق الدماغ معاً لمعالجة المعلومات وتنظيم المشاعر.

ولتحليل الكم الهائل من البيانات التي تم جمعها - سواء كانت معلومات بيئية أو نتائج التصوير العصبي - استخدم الباحثون أسلوباً إحصائياً متطوراً يسمى "دمج شبكة التشابه" (Similarity Network Fusion - SNF). هذا الأسلوب يسمح بتحديد مجموعات فرعية من الأمهات يشتركن في خصائص متشابهة، سواء على مستوى الدماغ أو على مستوى الظروف البيئية، مما يساعد على فهم العوامل التي تساهم في اختلاف تجارب الأمهات بعد الولادة.

النتائج

أظهرت الدراسة أن أسلوب SNF تمكن من تحديد ثلاث مجموعات متميزة من الأمهات. لم تكن هذه المجموعات مجرد تصنيفات عشوائية، بل كانت تعكس اختلافات حقيقية في العوامل البيئية والعصبية التي تم قياسها. فالمجموعة الأولى، على سبيل المثال، تميزت بمستويات عالية من الدعم الاجتماعي، وحجم مادة رمادية أكبر في مناطق الدماغ المسؤولة عن تنظيم العواطف، وتوصيل وظيفي أقوى بين هذه المناطق. هذا يشير إلى أن هؤلاء الأمهات يتمتعن بقدرة أكبر على التعامل مع الضغوط النفسية المرتبطة بالأمومة.

في المقابل، كانت المجموعة الثانية أكثر عرضة للظروف البيئية الصعبة، مثل المشاكل المالية أو العنف المنزلي، وكانت تعاني من حجم مادة رمادية أقل في مناطق الدماغ المرتبطة بالاكتئاب والقلق، وتوصيل وظيفي أضعف بين هذه المناطق. هذا يشير إلى أن هؤلاء الأمهات أكثر عرضة للإصابة باضطرابات المزاج بعد الولادة.

أما المجموعة الثالثة، فكانت تتميز بخصائص وسيطة بين المجموعتين الأولى والثانية. الأكثر إثارة للاهتمام هو أن الباحثين اكتشفوا أن هذه المجموعات الثلاث تختلف أيضاً في مستويات أعراض الاكتئاب والقلق التي تعاني منها الأمهات، حتى بعد استبعاد هذه الأعراض من التحليل الإحصائي الأولي. وهذا يعني أن أسلوب SNF لم يقتصر على تحديد العوامل التي ترتبط باضطرابات المزاج، بل تمكن أيضاً من التنبؤ بظهور هذه الاضطرابات.

دلالات البحث

تُظهر هذه الدراسة أن الصحة النفسية للأم بعد الولادة ليست مجرد مسألة بيولوجية أو نفسية، بل هي نتيجة تفاعل معقد بين العوامل البيئية والعصبية. إن فهم هذه التفاعلات يمكن أن يساعدنا في تطوير استراتيجيات وقائية أكثر فعالية، تستهدف

ليس فقط علاج أعراض الاكتئاب والقلق، بل أيضاً تعزيز العوامل التي تساهم في صحة الأم النفسية. على سبيل المثال، يمكن أن تشمل هذه الاستراتيجيات توفير الدعم الاجتماعي للأمهات الجدد، وتحسين الظروف الاقتصادية والاجتماعية التي يعشن فيها، وتطوير برامج تدريبية لتعزيز قدرتهن على التعامل مع الضغوط النفسية.

بالإضافة إلى ذلك، تسلط هذه الدراسة الضوء على أهمية التصوير العصبي كأداة لتحديد الأمهات الأكثر عرضة للخطر، وتقديم الدعم المناسب لهن في وقت مبكر. فمن خلال تحديد العلامات العصبية التي تشير إلى زيادة خطر الإصابة باضطرابات المزاج، يمكننا تطوير تدخلات علاجية مخصصة، تستهدف مناطق الدماغ المتأثرة، وتحسين فرص الأمهات في التمتع بتجربة أمومة صحية وسعيدة. إن الاستثمار في صحة الأم النفسية ليس مجرد واجب أخلاقي، بل هو استثمار في مستقبل أجيال قادمة.

Reference

Park S. (2025). *Identifying subtypes based on environmental and neurobiological risk and resilience factors of postpartum maternal mental health*. Translational Psychiatry, 16(1), 47-47

DOI: [10.1038/s41398-025-03755-z](https://doi.org/10.1038/s41398-025-03755-z)