

خطر تراكمي للإصابة بأمراض نفسية في العائلة: دراسة دنماركية وطنية شاملة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 18, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). خطر تراكمي للإصابة بأمراض نفسية في العائلة: دراسة دنماركية وطنية شاملة. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119155>

تخيل أنك تجلس مع عائلتك في تجمع عائلي. قد يكون هناك حديث عن الصحة، عن الأمراض الجسدية التي أصابت أحد الأقارب، أو عن العمليات الجراحية التي خضع لها آخر. لكن هل نتحدث بصراحة عن الصحة النفسية؟ غالبًا لا. لا يزال هناك وصمة عار تحيط بالأمراض النفسية، مما يجعل من الصعب على الناس التحدث عنها علنًا. ولكن ماذا لو عرفنا أن أكثر من نصفنا لديه فرد من العائلة يعاني من اضطراب نفسي؟ هذا ما كشف عنه بحث جديد.

منهجية البحث

قام باحثون في الدنمارك بتحليل بيانات شاملة من السجلات الوطنية الدنماركية، وهي قاعدة بيانات ضخمة تحتوي على معلومات حول جميع المواطنين الدنماركيين. ركزت الدراسة على مجموعة ولدت عام 1970 وتابعت أفراد عائلاتهم (الآباء والأشقاء والشركاء والأطفال) بين عامي 1980 و 2018. استخدم الباحثون هذه البيانات لتحديد عدد الأفراد الذين تم تشخيصهم باضطراب نفسي، سواء كانوا يتلقون علاجًا في العيادات الخارجية أو في المستشفيات. (الاضطرابات النفسية تشمل مجموعة واسعة من الحالات مثل الاكتئاب والقلق والفصام واضطرابات الشخصية).

اعتمدت الدراسة على تتبع الأفراد على مدى فترة طويلة من الزمن، واستخدمت ما يسمى بـ "وظائف التراكم" (cumulative incidence functions) لتقدير المخاطر التراكمية. بمعنى آخر، قاموا بحساب احتمالية أن يكون لدى الشخص فرد من العائلة تم تشخيصه باضطراب نفسي بحلول سن معينة. هذه الطريقة تسمح بفهم أفضل لمدى انتشار هذه التجربة على نطاق واسع.

النتائج

أظهرت النتائج أن حوالي 51.4% من المجموعة التي ولدت عام 1970 لديها فرد من العائلة تم تشخيصه باضطراب نفسي بحلول سن 49 عامًا. هذا يعني أن أكثر من نصف الأشخاص في هذه المجموعة قد مروا بتجربة وجود فرد من العائلة يعاني من مرض نفسي. وهذه النسبة ليست مجرد رقم، بل تعكس واقعًا يعيشه الكثيرون منا.

الأمر الأكثر إثارة للاهتمام هو أن الأفراد الذين تم تشخيصهم باضطراب نفسي بأنفسهم كانوا أكثر عرضة بنسبة 1.42 مرة لوجود فرد من العائلة يعاني أيضًا من اضطراب نفسي. وهذا يشير إلى أن هناك نمطًا وراثيًا أو بيئيًا يزيد من خطر الإصابة بالمرض النفسي في العائلات. كما وجد الباحثون أن هذا الفرق يزداد عندما يتعلق الأمر بتجربة وجود عدة أفراد من العائلة يعانون من اضطرابات نفسية. بمعنى آخر، إذا كنت تعاني من مرض نفسي، فمن المرجح أن يكون لديك أكثر من فرد من العائلة يعاني أيضًا من نفس المشكلة.

دلالات البحث

هذه الدراسة تقدم تقديرات وطنية جديدة حول مدى شيوع وجود فرد من العائلة يعاني من اضطراب نفسي. إنها تسلط الضوء على أن العديد من الأفراد والعائلات يختبرون الأمراض النفسية الشديدة عن قرب. بالإضافة إلى ذلك، تظهر النتائج العبء المحتمل لرعاية الأفراد الذين يعانون من اضطرابات نفسية، والذي يقع بشكل غير متناسب على عاتق الأفراد الذين تم تشخيصهم بأنفسهم باضطراب نفسي في مرحلة ما من حياتهم.

هذه النتائج لها آثار مهمة على السياسات الصحية والاجتماعية. من الضروري زيادة الوعي بالأمراض النفسية وتقليل الوصمة المرتبطة بها. يجب أيضًا توفير المزيد من الدعم للأفراد والعائلات المتضررة من هذه الأمراض، بما في ذلك خدمات العلاج والرعاية والدعم النفسي. إن فهم مدى انتشار هذه التجربة يمكن أن يساعدنا في بناء مجتمع أكثر تعاطفًا

وتفهماً للأمراض النفسية.

إن هذه الدراسة، التي أجراها الباحثون، تذكرنا بأن الصحة النفسية ليست مجرد قضية فردية، بل هي قضية مجتمعية. إنها قضية تؤثر على جميع جوانب حياتنا، وعلى عائلاتنا، وعلى مجتمعاتنا. ومن خلال التحدث بصراحة عن الأمراض النفسية، وتقديم الدعم للمحتاجين، يمكننا أن نحدث فرقاً حقيقياً في حياة الكثيرين.

Reference

Anker, A.S.T. (2026). *The Cumulative Risk of Having a Family Member With a Diagnosed Mental Disorder: A Nationwide Study of Mental Disorders in Family Networks*. Acta Psychiatrica Scandinavica

DOI: [10.1111/acps.70041](https://doi.org/10.1111/acps.70041)