

# خلل في منطقة الفص الجبهي يربط بين الصداع النصفي والمشاكل العاطفية والداخلية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مايو 3, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). خلل في منطقة الفص الجبهي يربط بين الصداع النصفي والمشاكل العاطفية والداخلية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=121184>

## هل الصداع النصفي أكثر من مجرد ألم في الرأس؟ دراسة جديدة تكشف عن دور الدماغ في ربط الألم بالعواطف

ألم نابض، حساسية للضوء والصوت، غثيان... هذه الأعراض المألوفة للصداع النصفي تعاني منها ملايين البشر حول العالم. لكن ماذا لو كان الصداع النصفي ليس مجرد خلل في الدماغ يستجيب لمحفزات خارجية، بل هو انعكاسٌ لتشابكٍ معقد بين إدراكنا لأحاسيسنا الداخلية، وعواطفنا، وكيف يعالج الدماغ هذه المعلومات؟ هذا السؤال هو ما تسعى دراسة حديثة بقيادة لي ي. للإجابة عليه، مستخدمةً تقنية التصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي (fMRI) لفحص ما يحدث داخل أدمغة المصابين بالصداع النصفي أثناء تجارب مصممة لقياس استجاباتهم للأحاسيس الجسدية والعواطف السلبية.

### الإطار النظري

لفهم أهمية هذه الدراسة، يجب أن نعود إلى بعض المفاهيم الأساسية في علم النفس العصبي. الدماغ لا يستقبل المعلومات بشكل سلبي، بل يقوم بمعالجتها وتفسيرها بناءً على تجاربنا السابقة وتوقعاتنا. هذه العملية تتضمن مناطق مختلفة من الدماغ، وأهمها القشرة الأمامية الجبهية (PFC)، التي تلعب دوراً حاسماً في الوظائف التنفيذية مثل التخطيط، واتخاذ القرارات، وتنظيم العواطف. تعتبر نظرية "التكامل الحسي" (interoception) ذات صلة خاصة هنا. التكامل الحسي هو قدرة الدماغ على استشعار الأحاسيس الداخلية للجسم - مثل ضربات القلب، والتنفس، والشعور بالجوع أو العطش - وربطها بحالتنا العاطفية والسلوكية. يمكن تشبيه التكامل الحسي بـ "الاستماع إلى همسات الجسد". عندما يكون هذا "الاستماع" مشوشاً أو غير دقيق، قد يؤدي ذلك إلى صعوبات في تنظيم العواطف، وزيادة القلق والاكتئاب، وحتى ظهور أعراض جسدية مثل الصداع النصفي.

بالإضافة إلى ذلك، تلعب نظرية "المرونة العصبية" (neuroplasticity) دوراً مهماً. تشير هذه النظرية إلى أن الدماغ ليس ثابتاً، بل يتغير ويتكيف باستمرار استجابةً للتجارب الجديدة. في حالة الصداع النصفي، قد تؤدي التغيرات في الدماغ بسبب التعرض المتكرر للألم إلى خلل في التكامل الحسي وتنظيم العواطف. كما أن العلاج السلوكي المعرفي (CBT)، وهو أحد العلاجات النفسية الشائعة، يعتمد على مبادئ المرونة العصبية من خلال مساعدة المرضى على تغيير أنماط تفكيرهم وسلوكهم، وبالتالي إعادة تنظيم الدوائر العصبية المرتبطة بالألم والعواطف.

### المنهجية

لتحقيق فهم أعمق للآليات العصبية الكامنة وراء الصداع النصفي، قام فريق لي ي. بتجنيد 29 مريضاً يعانون من الصداع النصفي المتقطع (episodic migraine) و 31 شخصاً سليماً كعينة ضابطة. خضع المشاركون لفحص التصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي أثناء قيامهم بأربع مهام مختلفة. المهام الأولى والثانية ركزت على التكامل الحسي، حيث طُلب من المشاركين الانتباه إلى ضربات القلب والتنفس. المهام الثالثة والرابعة ركزت على العواطف السلبية، حيث طُلب من المشاركين تذكر مواقف مؤلمة أو مثيرة للقلق. خلال هذه المهام، تم تسجيل نشاط الدماغ باستخدام التصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي، مما سمح للباحثين بمراقبة تدفق الدم إلى مناطق مختلفة من الدماغ وتحديد المناطق التي تظهر نشاطاً أكبر أو أقل أثناء المهام المختلفة.

استخدم الباحثون تقنية تسمى "التفاعل النفسي الفسيولوجي المعمم" (gPPI) لتحليل كيفية تفاعل مناطق الدماغ المختلفة مع بعضها البعض أثناء المهام. تخيل أن الدماغ عبارة عن أوركسترا، حيث تعمل مناطق مختلفة معاً لإنتاج "موسيقى" معقدة. تساعد تقنية gPPI على تحديد الآلات الموسيقية (مناطق الدماغ) التي تعمل معاً بشكل متناغم أو غير متناغم. كما

قام الباحثون بتحليل العلاقة بين نشاط الدماغ وشدة الصداع ومستويات القلق والاكتئاب لدى المرضى.

## النتائج

أظهرت النتائج أن مرضى الصداع النصفي يعانون من خلل في القشرة الأمامية الجبهية أثناء كل من مهام التكامل الحسي والعواطف. أثناء الانتباه إلى ضربات القلب، أظهر المرضى انخفاضاً في النشاط في الجزء العلوي الأيمن من القشرة الأمامية الجبهية (SFG) وانخفاضاً في الاتصال الوظيفي بين هذه المنطقة والجزء الأمامي من الدماغ (FP). هذا الانخفاض في النشاط كان مرتبطاً بزيادة شدة الصداع. بمعنى آخر، كلما كان نشاط هذه المنطقة أقل، زاد الألم.

على العكس من ذلك، أثناء تذكر المواقف المثيرة للقلق، أظهر المرضى زيادة في النشاط في الجزء الأوسط الإنسي من القشرة المدارية الجبهية (mOFC) وزيادة في الاتصال الوظيفي من هذه المنطقة إلى القشرة الأمامية الجبهية (SFG). والجدير بالذكر أن درجة زيادة النشاط في هذه المنطقة كانت مرتبطة بانخفاض مستويات القلق والاكتئاب. وهذا يشير إلى أن هذه المنطقة قد تلعب دوراً في تنظيم العواطف وتقليل تأثيرها السلبي.

## الآثار السريرية والعملية

هذه النتائج لها آثار مهمة على فهمنا وعلاج الصداع النصفي. إنها تؤكد أن الصداع النصفي ليس مجرد مشكلة عصبية، بل هو اضطراب معقد يتضمن تفاعلات بين الأحاسيس الجسدية والعواطف. قد يساعد فهم هذه التفاعلات الأطباء والمعالجين على تطوير علاجات أكثر فعالية تستهدف ليس فقط الألم نفسه، بل أيضاً العوامل النفسية والعاطفية التي تساهم في حدوثه. على سبيل المثال، قد يكون العلاج السلوكي المعرفي مفيداً في مساعدة المرضى على تعلم كيفية تنظيم عواطفهم وتحسين وعيهم بأحاسيسهم الجسدية.

بالنسبة للمرضى، يمكن أن تساعد هذه النتائج على فهم أن الصداع النصفي ليس مجرد "ألم في الرأس"، بل هو علامة على أن هناك شيئاً ما يحدث داخل الدماغ. قد يشجعهم ذلك على طلب المساعدة المهنية واستكشاف العلاجات المختلفة المتاحة.

## السياق الثقافي العربي

عند النظر إلى هذه النتائج في سياق العالم العربي، يجب أن نأخذ في الاعتبار بعض الفروق الثقافية. في العديد من المجتمعات العربية، لا يزال هناك وصمة عار مرتبطة بالأمراض النفسية، مما قد يجعل المرضى مترددين في طلب المساعدة. بالإضافة إلى ذلك، قد يكون هناك تركيز أكبر على الجوانب الجسدية للألم، مع تجاهل أو التقليل من أهمية العوامل النفسية والعاطفية. من المهم أن نزيد الوعي بأهمية الصحة النفسية وأن نشجع المرضى على التحدث عن مشاعرهم وطلب المساعدة عند الحاجة.

كما أن العوامل الاجتماعية والاقتصادية قد تلعب دوراً في تفاقم الصداع النصفي في العالم العربي. الضغوط المالية، والبطالة، والنزاعات السياسية، والظروف المعيشية الصعبة يمكن أن تزيد من مستويات القلق والاكتئاب، وبالتالي تزيد من خطر الإصابة بالصداع النصفي. لذلك، من المهم أن نتبنى نهجاً شاملاً في علاج الصداع النصفي، يأخذ في الاعتبار ليس فقط الجوانب البيولوجية والنفسية، بل أيضاً العوامل الاجتماعية والاقتصادية.

## التوجهات المستقبلية والقيود

هذه الدراسة هي خطوة مهمة نحو فهم الآليات العصبية الكامنة وراء الصداع النصفي، ولكن لا يزال هناك الكثير لتتعلمه. في المستقبل، يجب إجراء المزيد من الدراسات لتحديد ما إذا كانت هذه النتائج تنطبق على أنواع أخرى من الصداع النصفي، مثل الصداع النصفي المزمن. كما يجب إجراء دراسات طويلة الأمد لتحديد ما إذا كانت التغيرات في نشاط الدماغ التي تم العثور عليها في هذه الدراسة يمكن أن تتنبأ بمسار المرض واستجابته للعلاج.

من القيود الرئيسية لهذه الدراسة أنها اعتمد

## Recommended Academic Training ¶

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

أخلاقيات مهنة التعليم View Course → اصول التربية والتعليم View Course → التربية البيئية والتنمية المستدامة View Course → Course

## Reference

Li Y. (2026). *Prefrontal dysregulation of interoceptive and emotional processing in episodic migraine: a task-based fMRI study*. The Journal of Headache and Pain, 27(1)

DOI: [10.1186/s10194-026-02329-8](https://doi.org/10.1186/s10194-026-02329-8)