

علاج عصبي معرفي متكامل يتفوق على التمارين البدنية في تحسين وظائف المخ لدى مرضى الفصام

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 11, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). علاج عصبي معرفي متكامل يتفوق على التمارين البدنية في تحسين وظائف المخ لدى مرضى الفصام. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=118716>

تخيل أنك تحاول تجميع أحجية معقدة، ولكن بعض القطع مفقودة أو مشوهة. هذا التشبيه يقارب تجربة التفكير بالنسبة للكثيرين ممن يعانون من الفصام. الفصام مرض نفسي مزمن يؤثر على طريقة تفكير الشخص وشعوره وتصرفه، وغالبًا ما يصاحبه ضعف إدراكي (cognitive impairment) يؤثر بشكل كبير على الحياة اليومية. لعقود، ركزت العلاجات بشكل أساسي على إدارة الأعراض، ولكن ماذا عن معالجة هذه الصعوبات الإدراكية الأساسية؟

منهجية البحث

قام باحثون بقيادة جي. ديستي (G. Deste) بإجراء دراسة سريرية عشوائية متعددة المراكز لتقييم فعالية علاج جديد يسمى "العلاج العصبي الإدراكي المتكامل" (Integrated Neurocognitive Therapy - INT) مقارنة بالتمارين الرياضية والعلاج التقليدي (Treatment As Usual - TAU) للمرضى الذين يعانون من الفصام. شملت الدراسة 132 شخصًا تم تشخيصهم بالفصام، وتم توزيعهم عشوائيًا على ثلاث مجموعات: المجموعة الأولى تلقت العلاج العصبي الإدراكي المتكامل، والثانية مارست التمارين الرياضية، والثالثة تلقت العلاج التقليدي الذي يتلقونه عادةً. تم تقييم المشاركين في بداية الدراسة وبعد 15 أسبوعًا من العلاج، باستخدام مقاييس لتقييم شدة الأعراض، والأداء الإدراكي، والوظائف الاجتماعية والنفسية.

العلاج العصبي الإدراكي المتكامل (INT) هو تدخل نفسي اجتماعي يهدف إلى تحسين الأداء الإدراكي من خلال تدريب محدد يستهدف الوظائف المعرفية مثل الذاكرة والانتباه والتخطيط وحل المشكلات. بينما ركزت مجموعة التمارين الرياضية على برنامج تمارين بدنية منتظم، استمرت مجموعة العلاج التقليدي في تلقي الرعاية الروتينية التي يحصلون عليها من أطبائهم.

نتائج البحث

أظهرت النتائج اختلافات كبيرة بين المجموعات الثلاث بعد انتهاء فترة العلاج. لاحظ الباحثون تحسنًا ملحوظًا في الوظائف التنفيذية (Executive Functions) - وهي مجموعة من العمليات العقلية التي تشمل التخطيط والتنظيم والتحكم في الاندفاع - والقدرة على الإدراك الاجتماعي (Social Cognition) - وهي القدرة على فهم مشاعر الآخرين والتفاعل معهم بشكل مناسب - والأداء الإدراكي العام (Global Cognitive Performance) لدى المشاركين في مجموعة العلاج العصبي الإدراكي المتكامل (INT) مقارنة بالمجموعتين الأخريين.

أظهرت التحليلات التفصيلية أن العلاج العصبي الإدراكي المتكامل (INT) كان أكثر فعالية من العلاج التقليدي (TAU) في تحسين الوظائف التنفيذية والأداء الإدراكي العام. كما تفوق العلاج العصبي الإدراكي المتكامل (INT) على التمارين الرياضية (PE) في تحسين كل من الوظائف التنفيذية والإدراك الاجتماعي. ومع ذلك، لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات فيما يتعلق بشدة الأعراض أو النتائج الوظيفية (مثل القدرة على العمل أو الدراسة).

دلالات البحث

تؤكد نتائج هذه الدراسة على فعالية إعادة التأهيل الإدراكي، وخاصة العلاج العصبي الإدراكي المتكامل (INT)، كعلاج قائم على الأدلة للمرضى الخارجيين الذين تم تشخيصهم بالفصام. يشير هذا إلى أن معالجة الصعوبات الإدراكية بشكل مباشر يمكن أن تؤدي إلى تحسينات ملموسة في جوانب مهمة من الأداء المعرفي والاجتماعي. على الرغم من أن تأثير التمارين الرياضية (PE) لم يكن كبيرًا إحصائيًا في هذه الدراسة، إلا أن الباحثين يقترحون أنها قد تكون إضافة قيمة لبرامج إعادة التأهيل الشاملة.

هذه النتائج مهمة بشكل خاص لأنها تقدم خياراً علاجياً يتجاوز مجرد إدارة الأعراض. من خلال استهداف العمليات المعرفية الأساسية، يمكن للعلاج العصبي الإدراكي المتكامل (INT) أن يساعد المرضى على استعادة بعض القدرات التي فقدوها بسبب المرض، مما يمكنهم من عيش حياة أكثر استقلالية وإنتاجية. تفتح هذه الدراسة الباب أمام المزيد من الأبحاث لاستكشاف أفضل الطرق لدمج إعادة التأهيل الإدراكي في رعاية الفصام، وربما تطوير علاجات أكثر تخصيصاً وفعالية.

Reference

Deste, G. (2026). *Effectiveness of Integrated Neurocognitive Therapy compared to Physical Exercise and Treatment As Usual in schizophrenia: Results from a multi-center randomized controlled study*. Schizophrenia Research

DOI: [10.1016/j.schres.2025.12.003](https://doi.org/10.1016/j.schres.2025.12.003)