

محو الأمية الصحية وتصور المرض: عوامل أساسية لمرضى الضغط الأكبر سناً

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 1, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). محو الأمية الصحية وتصور المرض: عوامل أساسية لمرضى الضغط الأكبر سناً. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120457>

هل يفهم كبار السن حقاً صحتهم؟ دراسة تكشف عن تحديات في فهم الأمراض والأدوية

كم مرة زار جدك أو جدتك الطبيب وشرح لهم وصفة طبية معقدة؟ هل كنت متأكدًا من أنهم فهموا حقًا ما يجب عليهم فعله، ولماذا؟ هذا السؤال، الذي يبدو بسيطًا، يطرح تحديًا كبيرًا يواجهه نظام الرعاية الصحية في جميع أنحاء العالم، وخاصةً فيما يتعلق بكبار السن المصابين بأمراض مزمنة مثل ارتفاع ضغط الدم. الفهم الصحيح للمعلومات الصحية ليس مجرد مسألة تلقي التعليمات، بل هو مفتاح الالتزام بالعلاج، وتحسين جودة الحياة، والوقاية من المضاعفات. دراسة حديثة أجراها الباحث أ. بيرانفاندي، تسلط الضوء على العلاقة المعقدة بين القدرة على فهم المعلومات الصحية، والمعتقدات حول الأدوية، والإدراك العام للمرض لدى كبار السن المصابين بارتفاع ضغط الدم، وتكشف عن فجوات مقلقة قد تعيق جهود الرعاية الصحية.

الإطار النظري

لفهم أهمية هذه الدراسة، يجب أن نعود إلى بعض الأسس النفسية التي تشكل سلوكياتنا الصحية. تعتمد هذه الدراسة بشكل كبير على نظرية المعتقدات الصحية (Health Belief Model)، وهي إطار نظري يفسر كيفية اتخاذ الأفراد قراراتهم المتعلقة بالصحة. تقترح هذه النظرية أن استعداد الشخص لاتخاذ إجراء صحي معين (مثل تناول الدواء بانتظام) يعتمد على عدة عوامل: إدراكه لخطورة المرض، وإدراكه لحساسيته تجاه المرض، وفوائد الإجراء الصحي المتوقع، وحواجز الإجراء الصحي المتوقع، والإشارات التي تدعو إلى العمل. بالإضافة إلى ذلك، تلعب نظرية التحكم المتصور (Perceived Control) دورًا هامًا، حيث أن شعور الفرد بالقدرة على التحكم في صحته يؤثر بشكل كبير على التزامه بالعلاج.

كما أن مفهوم "الكفاءة الذاتية" (Self-Efficacy)، الذي طورته ألبرت باندورا، ذو صلة وثيقة. الكفاءة الذاتية هي اعتقاد الشخص بقدرته على النجاح في مهمة معينة. في سياق الرعاية الصحية، إذا كان الشخص يعتقد أنه قادر على فهم تعليمات الطبيب، وتناول الدواء في الوقت المحدد، وإجراء تغييرات في نمط حياته، فمن المرجح أن يفعل ذلك. أما إذا كان يشعر بالعجز أو الارتباك، فمن المرجح أن يتجاهل النصائح الطبية. هذه النظريات مجتمعة توفر لنا عدسة لفهم كيف يفسر كبار السن معلوماتهم الصحية، وكيف تؤثر هذه التفسيرات على سلوكهم.

منهجية البحث

أجرى الباحث أ. بيرانفاندي دراسته على عينة من كبار السن المصابين بارتفاع ضغط الدم في مجتمع محلي. لم تكن هذه الدراسة تجربة معملية، بل كانت دراسة وصفية تعتمد على جمع البيانات من المشاركين من خلال استبيانات مفصلة. تم تصميم الاستبيانات لقياس ثلاثة جوانب رئيسية: مستوى الإلمام الصحي (Health Literacy)، والمعتقدات حول الأدوية (Medication Beliefs)، والإدراك العام للمرض (Illness Perception).

قياس الإلمام الصحي لم يقتصر على القدرة على قراءة وفهم النصوص الطبية، بل شمل أيضًا القدرة على البحث عن المعلومات الصحية، وتقييمها، وتطبيقها في الحياة اليومية. تم استخدام مقياس معياري لتقييم هذه المهارات. أما بالنسبة للمعتقدات حول الأدوية، فقد تم سؤال المشاركين عن آرائهم حول فعالية الأدوية، وآثارها الجانبية المحتملة، وأهمية تناولها بانتظام. الإدراك العام للمرض تم تقييمه من خلال استكشاف كيف يرى المشاركون طبيعة مرضهم (هل هو مرض مزمن أم مؤقت؟)، وأسبابه (هل هي عوامل وراثية أم نمط حياة؟)، ومدى خطورته، وقدرتهم على التحكم فيه. تم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية لتحديد العلاقات بين هذه المتغيرات.

نتائج البحث

أظهرت نتائج الدراسة أن هناك ارتباطاً وثيقاً بين مستوى الإلمام الصحي لدى كبار السن وإدراكهم للمرض ومعتقداتهم حول الأدوية. فكلما كان مستوى الإلمام الصحي أقل، زادت احتمالية أن يكون لدى المشاركين تصورات سلبية عن المرض، ومعتقدات خاطئة عن الأدوية. على سبيل المثال، وجد الباحث أن كبار السن الذين يعانون من صعوبة في فهم المعلومات الصحية كانوا أكثر عرضة للاعتقاد بأن ارتفاع ضغط الدم هو مرض خطير لا يمكن السيطرة عليه، وأن الأدوية المستخدمة لعلاجها لها آثار جانبية ضارة تفوق فوائدها. هذه المعتقدات السلبية بدورها أدت إلى انخفاض الالتزام بالعلاج، وزيادة خطر حدوث مضاعفات.

كما كشفت الدراسة عن أن كبار السن الذين يشعرون بأنهم غير قادرين على التحكم في صحتهم كانوا أقل عرضة لتناول الأدوية بانتظام، واتباع النصائح الطبية. هذا يشير إلى أن تعزيز الشعور بالسيطرة الذاتية يمكن أن يكون له تأثير إيجابي على سلوكياتهم الصحية. من المهم ملاحظة أن هذه الارتباطات لا تعني بالضرورة وجود علاقة سببية، ولكنها تشير إلى أن هناك عوامل مشتركة تؤثر على هذه المتغيرات.

أهمية البحث

تكمن أهمية هذه الدراسة في أنها تسلط الضوء على الحاجة إلى تحسين مستوى الإلمام الصحي لدى كبار السن، وتصحيح المعتقدات الخاطئة حول الأدوية والأمراض. هذا يتطلب جهوداً متضافرة من جانب الأطباء، والصيدلة، والممرضين، والعاملين في مجال الرعاية الصحية، بالإضافة إلى تطوير برامج تعليمية مخصصة تستهدف هذه الفئة العمرية. يجب أن تكون هذه البرامج مصممة بطريقة سهلة الفهم، وتراعي احتياجاتهم الخاصة، وتستخدم لغة بسيطة وواضحة.

بالنسبة للأطباء، يجب أن يكونوا أكثر وعياً بمستوى الإلمام الصحي لمرضاهم، وأن يخصصوا وقتاً كافياً لشرح التشخيص والعلاج بطريقة مبسطة، والتأكد من أن المريض قد فهم المعلومات بشكل صحيح. يمكنهم أيضاً استخدام أدوات مساعدة بصرية، مثل الرسوم البيانية والنماذج، لتوضيح المفاهيم المعقدة. بالنسبة للصيدلة، يمكنهم لعب دور حيوي في تثقيف المرضى حول الأدوية التي يتناولونها، وشرح كيفية تناولها بشكل صحيح، والتعامل مع الآثار الجانبية المحتملة. أما بالنسبة للمرضى أنفسهم، فيجب تشجيعهم على طرح الأسئلة، وطلب المساعدة إذا كانوا غير متأكدين من أي شيء.

السياق الثقافي العربي

عند النظر إلى هذه النتائج في السياق العربي، تظهر بعض الاعتبارات الثقافية الهامة. في العديد من المجتمعات العربية، هناك احترام كبير لكبار السن، ولكن في الوقت نفسه، قد يكون هناك تردد في طرح الأسئلة على الأطباء أو الاعتراف بعدم الفهم، خوفاً من الظهور بمظهر الجاهل أو عدم الاحترام. كما أن هناك بعض المعتقدات الشعبية حول الأمراض والأدوية التي قد تتعارض مع المعلومات الطبية الحديثة. على سبيل المثال، قد يعتقد البعض أن ارتفاع ضغط الدم هو نتيجة "عين" أو "حسد"، أو أن العلاج بالأعشاب هو بديل فعال للعلاج الدوائي.

بالإضافة إلى ذلك، قد تكون هناك فجوة رقمية كبيرة بين كبار السن والأجيال الشابة في العالم العربي، مما يحد من قدرتهم على الوصول إلى المعلومات الصحية عبر الإنترنت. لذلك، يجب أن تكون البرامج التعليمية مصممة بطريقة تراعي هذه العوامل الثقافية، وتستخدم قنوات اتصال مناسبة، مثل المحاضرات التوعوية في المساجد والمراكز المجتمعية، والزيارات المنزلية من قبل العاملين في مجال الرعاية الصحية. كما يجب أن يتم التركيز على بناء الثقة بين المرضى والأطباء، وتشجيعهم على التواصل المفتوح والصادق.

آفاق مستقبلية وقيود البحث

هذه الدراسة تمثل خطوة مهمة في فهم التحديات التي يواجهها كبار السن المصابون بارتفاع ضغط الدم، ولكن هناك حاجة إلى مزيد من البحث لاستكشاف هذه القضية بشكل أعمق. من بين الأسئلة التي تحتاج إلى إجابة: ما هي أفضل الطرق لتصميم برامج تعليمية فعالة لتحسين

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

Beiranvandi A. (2026). *Association of health literacy, medication beliefs, and illness perception among older adults with hypertension: a community-based study*. BMC Public Health, 26(1).

DOI: [10.1186/s12889-025-26123-4](https://doi.org/10.1186/s12889-025-26123-4)