

خرافة اسمها سن اليأس*

يتحدث العديد من الاطباء النفسيين و العاملين في مجال الطب النفسى في مصر عن ظاهرة أسموها : سن اليأس سواء عند النساء أو الرجال !!! و هذا النوع من الحديث فى الوقت الحاضر يعتبر امرا غريبا . فبالنسبة لاستخدام اللفظ للرجال و النساء معا ، فان فى هذا مغالطة صارخة يسهل على المبتدئ فى علم النفس التعرف عليها .

فكلمة اليأس كما يعنى بها تشير الى المصطلح الانجليزى menopause و يتكون هذا المصطلح من شقين ، الاول meno و يعنى menstruation أى الطمث لدى النساء ، ويعنى الشق الثانى pause توقف . ومعنى هذا أن المعنى الواضح و الصريح و بدون أى اجتهاد هو .. التوقف الطبيعى للدورة الشهرية لدى النساء (٨، ٢٠ ، ٢٢) ويحدث هذا ما بين سن ٤٠ - ٥٥ فكيف اذن يستخدم هذا اللفظ مع الرجال !!!

و الواقع أن استخدام لفظ سن اليأس فى حد ذاته يعد مغالطة ، لأن المصطلح الانجليزى لا يحمل أى دلالة على اليأس !! و يبدو أن الذى حدث أن المصطلح الانجليزى تمت ترجمته فى بعض القواميس الانجليزى-عربى بهذا الشكل (٤) و تم تناول المعنى الخاطىء حتى يومنا هذا . وفى القرآن الكريم صياغة محددة و دقيقة لكلمة اليأس ، حين حدها سبحانه و تعالى باليأس من المحيض و ليس اليأس بوجه عام .

يقول سبحانه و تعالى فى سورة الطلاق " و اللاتى يئسن من المحيض من نساكنم أن ارتبتم فعدتهن ثلاثة أشهر و اللاتى لم يحضن و أولات الاحمال اجلهن أن يضعن حملهن و من يتق الله يجعل له من امره يسرا " (السورة ٦٠ - آية ٤) .

و اذا تركنا موضوع الخطأ اللغوى السابق الاشارة اليه لنتحدث عما يدعيه بعض اطباءنا النفسيين من صفات ومظاهر تصيب المرأة فى هذه السن (٤٠ - ٥٥) مهما كانت التسمية التى تطلق عليها .. نجد ان المغالطات تزداد فداحة ، و ذلك اعتمادا على المراجع المتخصصة فى هذا الشأن .

يرى البعض ان من أهم الصعوبات التى تصاحب فترة انقطاع الحيض ، هى عملية التوقع ، توقع مثل هذه الصعوبات و ذلك نتيجة للأراء الخاطئة المتداولة عن طبيعة هذه المرحلة (١٤ ، ٢٣) . و يرى البعض الآخر من العاملين فى المجال النفسى أنه حتى بالنسبة لبعض الاعراض الجسمية البسيطة المصاحبة لأنقطاع الطمث و التى تحدث لبعض النساء ، لا تحدث الا بنسبة لا تزيد بأى حال عن ٢٥% من مجموع النساء فى هذه السن ، و هذا لا يعطى اى انطباع على ان هذه الاعراض الجسمية تحدث بصفة عامة لكل النساء فى هذه الفترة او لأغلب النساء (٢٣) .

و يذهب آخرون الى ان توقف الطمث لدى النساء لا يعنى اطلاقا فقدانهن للمتعة الزوجية ، بل على العكس يظهر اغلب النساء فى هذه الفترة ميولا اكثر لهذه المتعة ، و قد يرجع ذلك الى توقف القلق من الحمل و من المشاكل المصاحبة لكل طمث و التى تعرفها كل النساء (١٠ ، ١٨ ، ٢٣) .

و يؤكد احد العلماء هذه الحقيقة بقوله " فى الحقيقة من المحتمل ان تعد فترة انقطاع الحيض بمثابة الدخول الى مرحلة تعد من اسعد فترات الحياة و اكثرها انتاجا ، فى الواقع ان بعضا من اهم و اسمى انجازات النساء حدثت و تحدثت فى هذه الفترة " (٢١) .
اما بالنسبة لربط بعض الاعراض الاكتئابية بفترة انقطاع الطمث ، وهذا ما يسميه اغلب اطباء

النفس باكتئاب سن اليأس (١ ، ٣) فلقد اوضحت الدراسات الحديثة فى مجال الطب النفسى و العلاج النفسى ان هذا النوع من الاكتئاب اصبح لا و جود له .
بدأت قصة اكتئاب سن اليأس (او بالضبط اكتئاب منتصف العمر) باحد العلماء فى الطب النفسى ويدعى **كريبلين Kraepelin** اعتقد بأن هناك نوعا مميزا من الاكتئاب العقلى يظهر فى فترة منتصف العمر .

و لقد عارض العديد من العاملين فى المجال النفسى وجهة نظر كريبلين بناء على نتائج العديد من الدراسات التى قاموا بها (١٣ ، ١٤) . ولقد رضخ كريبلين لهذه المعارضة ووافق مع المعارضين على ان هذا النوع من الاكتئاب لا وجود له ، وضم المرض الذى اسماه باكتئاب منتصف العمر (والذى اسميناه نحن المتحدثين بالعربية اكتئاب سن اليأس) الى نوع آخر من الأمراض العقلية يطلق عليه الاكتئاب العقلى (٥ ، ١٧) ولكن نحن هنا فى مصر ، وبعد مرور اكثر من نصف قرن من الزمان ، لازلنا نعتقد بوجود ذلك النوع من الاكتئاب الذى نطلق : اكتئاب سن اليأس !!!
وللحقيقة هناك العديد من الدول و الهيئات العلمية التى لاتزال تشاركنا نفس الخطأ فى استخدام مصطلح **Involuntional Melancholia** للإشارة الى نوع من الاكتئاب يصيب بعض الناس فى منتصف العمر .. هذا رغم ان اغلب المراجع الحديثة فى الطب النفسى و العلاج النفسى تشير الى انه من النادر استخدام هذا المصطلح الآن فى الحياة العملية (١٥ ، ١٦ ، ١٧ ، ١٨) .
وتلخيصا للأراء التى تنفى و جود ما نسميه باكتئاب سن اليأس نجد ان احد اطباء النفس الامريكاني و يدعى بك **Beck** يرى انه لم تظهر اى دلائل واضحة قاطعة تربط بين اختلال بعض الوظائف البيولوجية فى فترة وسط العمر و بين الاكتئاب (٥) .
ويذهب اثنان من اطباء النفس الى ان أعراضا شديدة الشبه بما يظهر احيانا على النساء فى فترة منتصف العمر (فترة انقطاع الطمث) تظهر لنساء فى سن مبكرة .. فى العشرينات والثلاثينات من عمرهن (١١) .

ويؤكد عالم آخر بأنه ليس هناك أى وقائع مقنعة تؤكد أن التغيرات الفسيولوجية التى تحدث فى فترة وسط العمر تشكل سببا لظهور وإحداث الاكتئاب سواء بالنسبة للنساء أو بالنسبة للرجال (١٧) .
ويرى عالمان آخران أن الأعراض النفس - جسمية والشكاوى النفسية التى تصدر من النساء فى فترة منتصف العمر ليست أكثر من معدلها من تلك التى تصدر من النساء اللاتى لم يصلن بعد إلى هذه الفترة (١٣) . ويرى بوست **post** العالم النفسى ، أنه بالنسبة لاكتئاب منتصف العمر ، لم يتحدد أى عامل بيولوجى مهم أو محدد يمكن أن يكون وراء هذا المرض ، وبناء على ذلك يقترح بوست أن مفهوم ما يسمى باكتئاب منتصف العمر (سن اليأس كما نسميه) أصبح مفهوم عديم المعنى (١٥) .
ومن هذا يمكن أن نستنتج **أولا** : أن ما يسمى بسن اليأس إنما هو خرافة ليست لها وجود ، وأن ما أدى إلى ظهور هذه الخرافة فى اللغة العربية قد يكون خطأ فى الترجمة سار ويسير عليه للأسف أغلب أطبائنا النفسيين . **ثانيا** : أن ما يسمى باكتئاب سن اليأس (والأصح اكتئاب منتصف العمر) توقف التكلم عنه

في الأوساط العلمية النفسية منذ أكثر من نصف قرن ، وهذا يوضح مدى تخلفنا عما يحدث في العالم من حولنا فيما يتعلق بالمعلومات النفسية .

المراجع

- ١- أحمد عكاشة (١٩٦٩) : الطب النفسي المعاصر. القاهرة. الانجلو المصرية . ص ٢٧٠
- ٢- الياس انطون الياس (١٩١٣) القاموس العصري . القاهرة .
- ٣- عمر شاهين و يحيى الرخاوى (بدون) مبادئ الامراض النفسية. القاهرة. مكتبة النصر الجديدة. ص ١٨١
- ٤- منير البعلبكي (١٩٧٧) قاموس المورد . بيروت . دار العلم للملايين ص ٥٧٢
- 5- Beck, A. (1967) Depression: Causes and Treatment. Philadelphia: University of Pennsylvania Press P.101
- 6- Beck, A. et al. (1979) Cognitive Therapy of Depression. New York: The Guilford Press
- 7-Dreyfuss, G (1922) In Hoch, A. and Mac Curdy, J. T. “The prognosis of involuntional melancholia “Arch. Neurol. Psychiat.37.7:1
- 8-Encyclopedia of Psychology (1973) .Guilford, Connecticut: The Dushkin Publishing. P.161
- 9- Goldenberg, H. (1977) Abnormal Psychology. California: Brook/cole Publishing. PP.453-454
- 10- Haeberle, E (1978) The Sex Atlas. New York: Seabury Press P. 51
- 11- Henderson, D., & Gillespie, R. (1963) Textbook of Psychiatry. 9th Ed. London: Oxford Univ. Press
- 12- Leigh, Denis et al. (1977) A Concise Encyclopedia of Psychiatry (Ed.) Baltimore: University Park Press
- 13- McKlinlay, & MaKlinlay (1973) Selected studies on the menopause. Journal Of Biosocial Science .5, PP.533-555
- 14-Neugarten, B. (1964) Personality in Middle and Late Life. New York: Atherton Press
- 15-Post, F.(1982) Affective disorders in old age .In Paykel, E.S.(Ed.) Handbook of Affective Disorders .New York: The Guilford Press. P.399
- 16- Psychiatric Glossary (1980) American Psychiatric Association 5th Ed. P54
- 17- Rimm and somervill (1977) Abnormal Psychology .New York: Academic Press. PP. 159 – 160.
- 18- Rogers, D. (1979) The Adult Years. New Jersey: Prentice-Hall .PP147-148
- 19-Thalbitzer, S. (1945) Prognosis and course in manic depressive psychosis. Acta Psychiat. Scan Suppl. 35:8
- 20-Webster’s Ninth New Collegiate Dictionary (1983) USA: Merriam Webster.
- 21- Winchester, A.M. (1973) The Nature of Human Sexuality, Columbus, Ohio; Char Les. E. Merrill pub, p.90.

- 22- Wolman, Benjamin. (1973) Dictionary of Behavioral Science, (Ed) New York:
Van Nostrand Reinhold Company.
- 23- Zanden, James.(1978) Human Development. New York: Alfred A. Knopf.