

الخوف من المجهول مشترك بين كثير من اضطرابات القلق

العديد من اضطرابات القلق (١) ، بما في ذلك اضطرابات الهلع (٢) واضطراب القلق الاجتماعي (الرهاب الاجتماعي،٣) والرهاب المحدد (٤) ، تتقاسم سمة أساسية مشتركة: زيادة الحساسية للتهديد المجهول أن يمكن النتائج .شيكاجو في إلينوي جامعة من باحثون نشر كما ، المجهول من الخوف أو ، uncertain تساعد في توجيه علاج هذه الاضطرابات بعيداً عن العلاجات القائمة على التشخيص وإلى علاج خصائصها المشتركة .

تقول ستيفاني غوركا ، الأستاذة المساعدة في الطب النفسي وأخصائية السالبيكوجيا الإكلينيكية في كلية الطب في جامعة إلينوي في شيكاغو UIC: " قد نفتتح في يوم من الأيام عيادات تركز على معالجة بايلوجيا الأعصاب الأساسية المشتركة في أعراض المريض بدلاً من التشخيص الفردي ". " العلاج أو مجموعة العلاجات التي تركز على الحساسية للتهديد مجهول يمكن أن يؤدي إلى طريقة أكثر تأثيراً وفعالية لعلاج مجموعة متنوعة من اضطرابات القلق وأعراضها".

التهديد المجهول لا يمكن التنبؤ به في توقيته أو شدته أو تواتره أو مدته ويتسبب في إحساس عام بالتخوف واليقظة المفرطة (٥).

"هذا ما نسميه بالقلق التوقعي"(٦) ، كما تقول غوركا Gorka، المؤلفة المراسلة في الدراسة ، المنشورة في مجلة ابنورمال سايكولوجي Psychology Abnormal. " قد يكون شيئاً مثل عدم معرفة متى

سيتمل طبيبك ليخبرك بنتائج الفحص".

عندما يكون الشخص حساسًا للتهديد المجهول ، فإنه قد يقضي يوماً كاملاً قلقاً ومشغول الذهن من أن أي شيء سيئ قد يحدث له ، كما قالت غوركا. اضطراب الهلع هو أحد الأمثلة على ذلك - المرضى قلقون باستمرار من حقيقة أنهم يمكن أن يكون لديهم نوبة هلع في أي لحظة ، كما قالت.

من ناحية أخرى ، فإن التهديد الذي يمكن التنبؤ به ينتج استجابة منعزلة discrete من الكر أو الفر ينتهي أن بمجرد المثبر ويتراجع ، إليك يأتي جائع دب مثل ، واضح (مسبب) مثير لها fight-or-flight التهديد.

تشير الأبحاث السابقة التي أجرتها غوركا وزملاؤها إلى أن زيادة الحساسية تجاه التهديد المجهول الخوف على القائمة (النفسة الباثولوجيا) النفسية الأمراض مسبب يميز مهمما عاملا يكون قد uncertain والمكتومة داخل نفس المريض (لا يظهرها لغيره) ، ولكن معظم الأبحاث تركز على اضطراب الهلع ، وبالتالي دوره في الاضطرابات الأخرى القائمة على الخوف - وخاصة اضطراب القلق الاجتماعي و الرهاب المحدد - لا يزال غير واضح.

نظرت غوركا Gorka وزملاؤها في البيانات من المشاركين الذين خضعوا لمهمة مجفلة (فيها إجمال) في دراستين مختلفتين أجريت في الUIC. الدراسات ، للمشاركين الذين تتراوح أعمارهم بين ١٨ و ٦٥ عاماً ، شملت ٢٥ مشاركاً يعانون من اضطراب اكتئابي كبير ؛ و ٢٩ من اضطراب القلق العام. و ٤٢ من اضطراب القلق الاجتماعي. و ٢٤ من رهاب محدد. واحد وأربعون من المشاركين فئة ضابطة من الذين ليس لديهم باثولوجيا نفسية حالية أو مسبقة التشخيص .

وقام الباحثون بقياس استجابات رمش عيون المشاركين لصدمة كهربائية معتدلة متوقعة وغير متوقعة موجهة للمعصم. لإستثارة الرمّش أثناء الصدمة ، سمع المشاركون نغمات صوتية قصيرة عبر سماعات الرأس.

وقالت غوركا "بعض النظر عن تكون أنت أو ما هي حالتك الصحية العقلية ، فأنت سترمش استجابة للنغمة". "إنه رد فعل طبيعي ، لذلك الجميع يفعل ذلك ، دون استثناء".

قاس الباحثون قوة الرمّش باستخدام قطب تحت عيون المشاركين. و قارنوا قوة الرمّش المستجيبة للنغمات التي عملت خلال الصدمة المتوقعة إلى الرمّش أثناء الصدمة غير المتوقعة.

ووجد الباحثون أن المشاركين الذين يعانون من اضطراب القلق الاجتماعي أو الرهاب المحدد قد رمشوا بشكل أكثر قوة أثناء تلقيهم للصدمة الكهربائية غير المتوقعة ، عند مقارنتهم بالمشاركين الذين لا يعانون من مشكلة صحة عقلية مشخصة أو مشاركين يعانون من اضطراب اكتئابي رئيسي أو اضطراب قلق عام.

وقال الدكتور ك. لوان فان Phan Luan ، أستاذ الطب النفسي ومدير برنامج بحوث اضطرابات المزاج والقلق وكبير المؤلفين في الدراسة: "إننا نصنف العديد من اضطرابات المزاج والقلق المختلفة ، ولكل منها مجموعة من إرشادات علاجية خاصة بها ، ولكن لو قضينا بعض الوقت في علاج خصائصهما المشتركة ، فقد نحقق تقدماً أفضل". . "إن معرفة الحساسية للتهديدات المجهولة التي تكمن وراء جميع اضطرابات القلق القائمة على الخوف تشير أيضاً إلى أنه يمكن استخدام أو تطوير عقاقير تساعد تحديداً على استهداف هذه الحساسية لعلاج هذه الاضطرابات".

تعريف مصادر من خارج النص؛

١-https://ar.m.wikipedia.org/wiki/القلق_اضطراب

٢-https://ar.m.wikipedia.org/wiki/الهلع_اضطراب

٣-<https://www.mayoclinic.org/ar/diseases-conditions/social-anxiety-disorder/symptoms>

محدد_رها ب-<https://ar.m.wikipedia.org/wiki/>ε-

مفرطة_يقظة/<https://ar.m.wikipedia.org/wiki/>0-

٦-القلق التوقعي: الشخص يواجه مستويات متزايدة من القلق بالتفكير في حدث ما أو موقف ما قد يحدث في المستقبل، ترجمناه من النص على هذا العنوان:

<https://www.anxietyuk.org.uk/anxiety-type/anticipatory-anxiety/>

المصدر الرئيسي:

<https://today.uic.edu/fear-of-the-unknown-common-to-many-anxiety-disorders>