



الوظيفة الجنسية والنفسية

تعمل الحياة الجنسية بشكل أفضل بطريقتها الأصلية والطبيعية والفيولوجية ، حيث تلعب القدرة على الخبرة والتخيلات والذكريات المبكرة والرغبات والمشاعر دورًا كبيرًا. ومع ذلك ، كما يصف فريتش وويرشنج ، هناك اختلافات بين الرجال والنساء: الجانب العاطفي للمرأة له تأثير على حياتهم الجنسية بأكملها. ينصب التركيز على جو جيد ومتعلق بشخصهم بالكامل. الجنس يختلف في الرجال. إنهم يعتبرون حياتهم الجنسية عملية بيولوجية مقرونة بسلوك تناسلي

في كل من الرجل والمرأة ، يكون الجهاز الحوفي وما تحت المهاد مسؤولين عن النشاط الجنسي. يتم تنشيط التحفيز بواسطة الأعضاء الحسية (الشم ، الرؤية ، السمع ، الشعور) والمنبهات الحساسة. الأوهام والذكريات لها أهمية كبيرة هنا (Fritzsche K ، Wirsching M ، 2006)

الهرمونات الجنسية

تؤثر الأندروجينات (الأندروستيرويدون والتستوستيرون) على الرغبة الجنسية. يجب أن يكون لدى الرجل والمرأة مستوى كافٍ من الأندروجين لتجربة التهيج الجنسي والاستجابة والسرور. هرمون الاستروجين هو المسؤول عن زيادة الرغبة الجنسية. البروتينات هي أكثر للحد من الرغبة الجنسية. يتحد هرمون الاستروجين والبروجستين ، لكن تأثيره أقل من هرمون الاستروجين.

السن أيضا له تأثير على الحياة الجنسية. الاستثارة الجنسية للذكور وقوة الانتصاب تتناقص مع زيادة العمر. يرتاح العضو الجنسي الذكري بشكل أسرع بعد القذف ويصبح وقت الانكسار أطول. في النساء ، يتفاعل التفاعل بشكل مختلف. يبقى ثابتًا بشكل عام ولكنه يتكيف مع احتياجات الشريك

عند الوصول إلى النشوة الجنسية ، يكون الرجال عادة أسرع من النساء. بالنسبة للنساء ، ومع ذلك ، فإن الذروة تستغرق وقتًا أطول. الحالة الشخصية للمرأة أكثر تنوعًا من حالة الرجال

اضطرابات النشاط الجنسي

تشمل الاضطرابات الأكثر شيوعًا لدى النساء التشنج المهبلية وقلة الاهتمام بالجنس وصعوبات النشوة الجنسية

في الرجال ، مشاكل القذف والانتصاب هي من بين المشاكل الرئيسية

في الامتحانات ، يبقى موضوع النشاط الجنسي عادةً من المحرمات. كما سبق أن وصفه فريتش وويرشنج ، ينبغي للمرء (Fritzsche K ، Wirsching M ، 2006). أن يتعامل مع الاضطرابات الجنسية والرغبة والنفور

أعتقد أن الدافع الجنسي لديه قوة هائلة لحياة الشخص ويلعب دورًا كبيرًا. من المهم أن نلاحظ هنا الشكاوى الجسدية: منطقة الحوض وأسفل البطن ، خاصة في المرضى المسنين ، والمرض الطويل ، والجراحة في الأعضاء التناسلية والمشاكل بعد الولادة.

هناك أشياء ترافقتنا مدى الحياة والتي لها تأثير كبير على الصحة أو المرض

العلاقة العاطفية الصحية من الطفولة -

نموذج الضعف والتوتر -

طريقة التعامل مع المرض -

المرونة والتألق -

المرض أو الصحة نسبي ويتكونان من تفاعل لحالة المريض الذاتية وقصة حياته ومقاومة الإجهاد واستراتيجيات التعامل مع المرض

إجهاد

من المفهوم أن الإجهاد يعني أن الحالة التي يمكن أن تحدثها الأضرار الجسدية (من خلال التوازن البيولوجي المهدد أو الإرواء) وكذلك بسبب الظروف النفسية والاجتماعية. استجابة الإجهاد هي الجهد الذي يبذله الجسم للتكيف مع التوازن هي Allostase. البيولوجي أو الإرواء من خلال تغيير القدرة على التكيف على المستوى الخضري والغدد الصماء استراتيجية المواجهة للضغط الشديد مثل الجوع والعزلة وتقلبات درجات الحرارة الشديدة والحرمان من النوم لفترة طويلة. توازن التوازن بين الأكسجين في الدم ودرجة الحموضة ودرجة حرارة الجسم

الجهود المبذولة لاستعادة السلوك الطبيعي ، والجسم لا يخلق في الضغط المستمر. مع الضغط المؤقت يتم إيقاف عملية الإنتاج هذه. يتم تحديد آليات التحوط الفطري ضد الإجهاد ، وراثيا ، في بعض الناس لا يزال بإمكانهم ، كما الإجهاد فريتش (Fritzsche K ، Wirsching M ، 2006). ، تضررت من الصدمات الطفولة المبكرة أو تجارب الخسارة Wirsching و

الإجهاد عند الانفصال في سلوك الحيوان

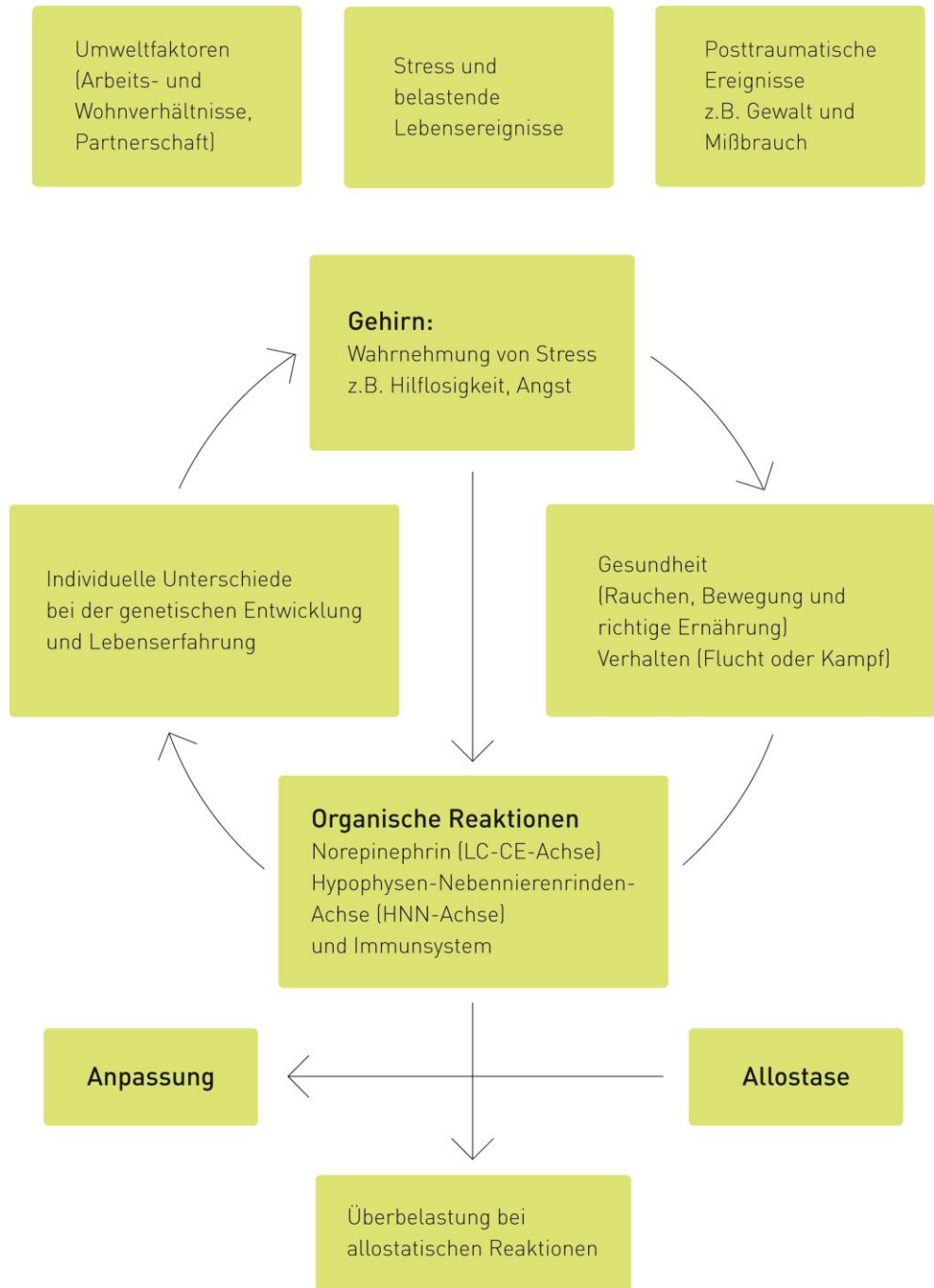
كما هو موصوف بالفعل فريتش وويرشنج ، بعد انفصال لمدة أسبوعين بين أطفال الفئران فور ولادتهم ، حدثت التفاعلات التالية: نفايات الكاتيكولامين ، تقليل البروتينات الجديدة ، تخليق البروتين وهرمونات النمو ، وتقليل نشاط القلب والجهاز التنفسي. علاوة على ذلك ، كان هناك تأخر في نضج الدماغ. حدثت اضطرابات النوم وازداد النشاط الحركي نتيجة الحث

الغالب للطفيل. في المقابل ، تسبب ملامسة الجسد مثل التمسيد والعين في تقليل التوتر بشكل كبير. رفاه تعزيز آليات الدفاع الفطرية.

محور) Coeruleus norepinephrine يتخذ الدور المركزي على المستوى العضوي في الحد من الإجهاد الموضعي (محور LC-NE HNN). (Fritzsche K ،Wirsching M ،2006). والمحور النخامي الكظرية (محور

خيفي الزائد واستجابة الإجهاد

X



.الشكل 3: الحمل الزائد بسبب رد الفعل الخيفي بسبب الإجهاد

(، ، الصفحة 200621، Wirsching M، Fritzsche K من McEwen (1998) تم التعديل بواسطة

للإجهاد تأثير على الربو القصبي والتصلب المتعدد والحساسية والتهاب المفاصل الروماتويدي. يؤدي الإجهاد ، الذي يستمر ، (LC-CE) بين يوم واحد وأسبوع واحد ، كما يصفه فريتزش وويرشينج ، إلى زيادة النشاط على النوروبيبينفرين (محور هنا ، يلعب الحصين دورًا مهمًا. يؤدي الحمل الزائد (IS) ومحور قشرة الغدة النخامية (الغدة النخامية) ، ونظام المناعة .وإلى أعباء إدراكية HNN الدائم لهذه الآليات إلى خلل في محور

مثال لحالة الإجهاد لدى شريك يعاني من مرض الزهايمر ويتم رعايته للعروض: على أساس الدراسات التي أجريت باستخدام لقاح الأنفلونزا ، كان من المذهل وجود عدد أقل من الأجسام المضادة في الدم. بعد سنوات ، ثبت أن الشخص كان زيادة في الأجسام المضادة في الدم. محور قشرة الغدة (IL-6) أكثر عرضة للإصابة بالأمراض. يسبب انتروكين 6 ، يتم زيادة إطلاق الكورتيزول وبالتالي IL-6 النخامية الغدة الكظرية له تأثير على توازن الكورتيزول. عن طريق تفعيل (Fritzsche K ، Wirsching M ، 2006). يؤدي إلى تثبيط الجهاز المناعي

الإجهاد يؤثر على السكتة القلبية

أظهرت دراسة أجريت على 40 مريضاً يعانون من الإجهاد والإرهاق ، خاصة بعد الانفعال الشديد ، مثل فقدان أحد أفراد أسرته أو سرقة الطريق أو خسارة مالية هائلة ، أنه أكثر حميمية مقارنة بالأفراد الأصحاء. وجدت في هؤلاء الناس 30 أضعاف زيادة الكاتيكولامينات ، والتي هي المسؤولة عن اعتلال عضلة القلب المرتبط بالإجهاد

في سياق أمراض المناعة الذاتية ، يتم توجيه الانتباه إلى أجهزة المناعة والجهاز العصبي والغدد الصماء كدالة واحدة. إذا لم ينجح أحد هذه الأنظمة ، فإن الأنظمة الأخرى ، كما ذكر فريتزش وويرش ، تتفاعل مع نظام مضاد. إذا لم يتمكن هرمون الإجهاد الكورتيزول من الوفاء بمهمته ، فهناك خطر متزايد للإلتهاب. واحد يتحدث عن مرض المناعة الذاتية. المرضى HNN. (Fritzsche K ، Wirsching M ، 2006). الذين يعانون من أعراض متلازمة التعب و فيبروميالغيا يستجيبون لتهدئة محور

استراتيجيات للتوتر

العلاقة الشخصية يجب مراعاتها بدقة. إنه يلعب دورًا مهمًا كعامل حماية ضد الإجهاد المفرط الناجم عن الإجهاد المزمن

يجب عدم الإفراط في استخدام القدرات العقلية والبدنية الخاصة -

تقنيات الاسترخاء تدعم المهمة المستقلة وتؤثر على إدارة الإجهاد -

بقدر الإمكان ، يجب تجنب المواقف العصبية -

اتباع نظام غذائي صحي ونوم كاف وممارسة الرياضة لدعم آليات الدفاع في الجسم -

من وجهة نظر نظرية التعلق ، يمكن طرح السؤال ما الذي يبيحك بصحة جيدة وما الذي يجعلك مريضًا. في رأيي ، فإن تجارب السنوات الست الأولى من الحياة ترافقنا طوال الحياة. يحتاج الطفل إلى الطعام والدفء ، ولديه حاجة إلى الارتباط

العاطفي والتقارب والأمان. مع وجود ما يكفي من الأم / الأب أو من قبل مقدم رعاية آخر ينبثق تعبيرات وإيماءات حساسة للوجه ، يأتي الأمر ، كما يصفه فريتزش وويرشنج ، لإطلاق إكسيتوسين الذي يعطي الطفل مشاعر ممتعة. تسبب اللوزة ، في حالة الإجهاد ، لكن له تأثير وقائي بسبب (CRH) الحصين ، قشرة الفص الجبهي والدماغ في إفراز الجلوكورتيكويد (Fritzsche K ، Wirsching M ، 2006) سلامة الرابطة

لقد ثبت أن الرابطة الأمانة تزيد من قدرة الإجهاد وتخفف من استجابة الإجهاد

إذا لم تلبى الأم / مقدم الرعاية احتياجات الطفل الملحقة بشكل كاف ، فسيؤدي ذلك إلى سلوك غير متناظرة غير آمن

يمكن أن يؤدي اضطراب الأم / مقدم الرعاية إلى حدوث خلل في تطوير نظام إدارة الإجهاد لدى الطفل

، والذي يمكن أن يؤدي إلى زيادة مستوى (CRH) عن طريق زيادة إفراز الجلوكورتيكويد HNN يتم تنشيط محور الكورتيزول في الدم وبالتالي إلى تلف الحصين. الأطفال الذين يعانون من الصدمات الجسدية أو النفسية يصابون بفرط HNN ومحور (LC-CE) نشاط النوروفينيفرين (محور

ولا سيما في مرحلة الطفولة ، يلعب الإجهاد النفسي - الاجتماعي دوراً أساسياً ويؤدي في الحياة اللاحقة إلى زيادة في وقد ثبت أن الكحول والمخدرات والسلوك القتالي أو الهروب والانسحاب الاجتماعي هي آثار Stressvulnerabilität. هذه الاضطرابات النفسية في مرحلة الطفولة المبكرة. التدخين ، والتغيرات المتكررة في الشريك والوظيفة ، مثل العجز في النوم وممارسة التمارين الرياضية ، تُعزى أيضاً إلى ضغوط الطفولة

الإجهاد الدائم يؤدي إلى مرض جسدي وعقلي

في 20 ٪ من جميع الأمراض الإجهاد النفسي والاجتماعي هو العامل المحفز

في الجدول التالي ، يتم عرض زيادة خطر التعرض لمرض عقلي أو جسدي نتيجة للتجارب السلبية والتعلق في الطفولة. ، فإن عوامل الحماية لها تأثير Fritzsche و Wirsching نحن نميز بين عوامل الحماية وعوامل الإجهاد. كما يؤكد متوازن على الطفل ، وتقوية المقاومة النفسية ويمكن أن تمتص التجارب السلبية. في السنوات الثلاث الأولى من الحياة ، يرتبط التعليم والتنشئة الاجتماعية مباشرة بالخلايا العصبية في الدماغ. وبهذه الطريقة ، يمكن لعوامل الحماية التخفيف من (Fritzsche K ، Wirsching M ، 2006) التأثيرات السلبية على الدماغ

الجدول 1: يمكن ملاحظة آثار عوامل الإجهاد الوقائي أو السلبي الإيجابية في الطفولة والبلوغ من هذا الجدول

الضغوط النفسية والاجتماعية عوامل الحماية النفسية والاجتماعية

وفاة شخص قريب (الوالد) الترويج على المستوى الاجتماعي

الزائد المهني للوالدين

المرض المتعلق بمشكلة إدمان الأم أو الأب

عنف دائم في الأسرة ، عدم التناسق ، علاقة مناسبة بالعمر بين الطفل والوالدين

الطلاق / الانفصال الاستخباراتي وراء القاعدة

في حالة الإعاقة الجسدية لأحد الوالدين شخصية قوية مع مزاج نشط
الاعتداء الجنسي ، وسوء المعاملة (الضرب) أجواء جيدة في الأجداد بعد فقدان الوالدين
العلاقة السيئة مع مقدم الرعاية الأساسي. العلاقة المستمرة مع مقدم الرعاية الأساسي

الجدول 1: تحميل أو. عوامل الحماية أثناء الطفولة

(Fritzsche K ،Wirsching M ،2006 ،pp. 24-33).

(معالجة الأمراض و (التأقلم

يصف التعامل عملية المريض للتعامل مع مرضه. كما أوضح من قبل فريتش وويرشنيج ، فإنه يشمل جميع ردود الفعل
العاطفية والواعية والسلوك الموجه للشخص المريض من أجل التغلب على المشاكل والأعباء أو تحملها والحد من مشاعر
خطر فقدان السيطرة. يحدد موقف وجهة نظر المريض نتيجة مرض أو أزمة حياة. يتسبب موقف المريض في إمكانات
(Fritzsche K ،Wirsching M ،2006) مواجهة الأزمة

ثلاثة مستويات من إدارة المرض

:المستوى السلوكي

(... الإبطال والسحب والاستسلام والجريمة والتعاون النشط (الأطباء والممرضات

:المستوى المعرفي

اكتساب المعرفة حول هذا المرض من الكتب والإنترنت والمجلات والمعالجين النفسيين. انظر إلى خطر المرض عن
"طريق التقليل إلى أدنى حد أو عن طريق تهدئة العبارات: "سيتحسن ، لن يكون سيئاً ، وقد نجا الآخرون

مستوى المعالجة العاطفية

...العواطف مثل الخوف والحزن على الأمراض النفسية: الانسحاب ، نوبات الهلع ، السلوك العدوانية ، الانتحار ،

:العوامل المؤثرة في المرض

تحسين أنماط التعامل مع الأمراض المهددة للحياة تؤدي إلى تحسين إدارة الإجهاد. من ناحية أخرى ، فإن العجز المكتسب -
يقلل من مقاومة الشخص المعني

.الصورة الذاتية للمريض تؤثر على رؤية المرض -

.الطريقة التي يتعامل بها الأشخاص مع الإعاقة الجسدية تؤثر على درجة المرض -

استراتيجيات واعية: البحث عن الدعم الاجتماعي ، وجمع المعلومات العامة ، والهاء الاجتماعي من خلال الرياضة -
والمسرح والسينما ،

.البحث عن المعنى والتدين والمحادثات والسير

الاستراتيجيات اللاشعورية: يجب أن تساعد آليات الدفاع في مواجهة التجارب غير السارة مثل الأمراض والمرارة. ومع -
(Fritzsche K ،Wirsching M ،2006). ذلك ، ستظهر العقول والمشاعر كأحلام وهواجس وقلق وكآبة

آليات الدفاع الرئيسية

:الإنكار

(لا يريد المرء أن يعترف بالواقع عند تشخيص مرض خطير وبدءه (مثل السرطان

:الدعم الاجتماعي

، من المهم أن يتصور المريض الدعم الاجتماعي من الأشخاص المقربين منه أو Wirsching و Fritzsche كما يؤكد
الطبيب أو طاقم التمريض. المرضى تقليل حالتهم وغالبا ما يجهلون. هذا هو المكان الذي تأتي فيه التجربة المختصة
للطبيب في تناول يدي ، والذي يعرف ما الذي يدركه المريض دون وعي. لا يترك الطبيب الأمر بهذه الطريقة ، لكنه
يجعل المريض يدرك أن هناك إنكارًا

خلاف ذلك ، فإن ثقة المريض في الطبيب تختفي ، وخاصة و

على أبعد تقدير عندما يتقدم المرض وحالة

.ساء المرضى بشكل كبير

:التفكك

.يؤمن المريض بحصانة جسمه. إنه يعتبر وجود المرض غير حقيقي

:الإسقاط

.ينكر المريض خوفه ويعرضهم على أشخاص مقربين منه

intellectualize:

من دون انفعال أو معرفي أو رسمي بحت ، يحكم المريض على وضعه ، ويقترح أحياناً طريقة علاج ، على سبيل المثال استئصال العضو الثاني السليم للحفاظ على فكرة الشفاء.

:التحول والترشيد

، (Fritzsche K يرى المريض الآثار الجانبية لأخذ دوائه كمحفز لحالته السيئة. هناك تحول في الشعور بالذنب هنا Wirsching M ،2006).

مستقبل الطب النفسي الجسدي في الرعاية الصحية

يذكر أندراوس (2018) أن الطب النفسي الجسدي يرى الإنسان كوحدة ، لا يتألف فقط من الأعضاء والجينات وما إلى ذلك. يحاول علماء النفس الجسدي رؤية عملهم على رفاية الإنسان بكامله من حيث اللياقة البدنية والنفسية والقضايا الاجتماعية. مقارنة بالهندسة الوراثية ، فإن الطب النفسي الجسدي ، كما يصفه ديتر ، لا يقتصر على الجينات فحسب ، بل يرى الإنسان ككائن شمولي ، مضمن في بيئته الفردية أو علاقاته الشخصية. الكائن البشري هو جزء من نظام التواصل ويتفاعل مع التكيف والتغيير والتنظيم ومخالفة لمتطلبات البيئة. إذا تم حل تحديات الفرد ، فسوف يعزز رفاهم وصحتهم. في المقابل ، فإن ضعف الكائن الحي كله يؤدي إلى المرض. فقط لأن الطب النفسي الجسدي لا يريد التحكم في الحياة ، (Andrawis A ،2018) ستكون لهذه الفكرة أهمية كبيرة في المستقبل

Dr. Andrawis