

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

۱۰۰ پرسش و پاسخ درباره

اختلال و سواس فکری - عملی

در کودکان و نوجوانان

ترجمه و تألیف:

دکتر محسن شکوهی یکتا، دانشیار دانشگاه تهران

الهه مؤیدزاده جلیلی

ویرایش:

دکتر محمد رضائی، لیلاساکی

ناشر: سپید برگ

۱۰۰ پرسش و پاسخ درباره اختلال

وسواس فکری - عملی

در کودکان و نوجوانان

ترجمه و تألیف:

دکتر محسن شکوهی یکتا
الهه مؤیدزاده جلیلی

سرشناسه	: شکوهی یکتا، محسن، ۱۳۳۸-
عنوان و نام پدیدآور	: ۱۰۰ پرسش و پاسخ درباره اختلال وسواس فکری - عملی در کودکان و نوجوانان / ترجمه و تألیف محسن شکوهی یکتا، الهه مؤیدزاده جلیلی.
مشخصات نشر	: تهران: سپیدبرگ، ۱۳۹۰.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۴ ص: مصور، جدول.
شابک	: ۵۰۰۰۰ ریال: ۵-۸۲-۷۴۱۶-۹۶۴-۹۷۸.
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا.
عنوان گسترده	: صد پرسش و پاسخ درباره اختلال وسواس فکری - عملی در کودکان و نوجوانان.
موضوع	: وسواس در کودکان - پرسش ها و پاسخ ها.
موضوع	: وسواس در کودکان - درمان.
موضوع	: شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی.
شناسه افزوده	: مؤیدزاده جلیلی، الهه، ۱۳۵۲-
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۰ ص ۴/و ۵/ RJ۵۰۶
رده بندی دیویی	: ۶۱۸/۹۲۸۵۲۲۷
شماره کتاب شناسی ملی	: ۲۶۶۱۱۸۳

- **عنوان** ۱۰۰ پرسش و پاسخ درباره اختلال وسواس فکری - عملی در کودکان و نوجوانان
- **ترجمه و تألیف** دکتر محسن شکوهی یکتا، الهه مؤیدزاده جلیلی
- **ویرایش** دکتر محمد رضائی، لیلا ساکی
- **ناشر** انتشارات سپیدبرگ
- **ناشر همکار** مؤسسه فرهنگی تربیت نوین
- **تیراژ** ۲۰۰۰ نسخه
- **نوبت چاپ** اول - ۱۳۹۱
- **قیمت** ۴۵۰۰ تومان
- **لیتوگرافی و چاپ** ۱۲۸
- **صحافی** غزل
- **شابک** ۵-۸۲-۷۴۱۶-۹۶۴-۹۷۸

هر گونه کپی برداری یا استفاده از مطالب کتاب فقط با اجازه کتبی ناشر امکان پذیر است.

فهرست مطالب

پیش‌گفتار ۱۳

فصل اول: کلیات ۱۷

۱. اختلال وسواس فکری - عملی چیست؟ ۱۷
۲. آیا اختلال وسواس فکری - عملی اختلال شایعی است یا از بدشانسی ماست که فرزندانمان به این اختلال دچار شده است؟ ۱۸
۳. پسر من در ۵ سالگی به اختلال وسواس فکری - عملی مبتلا شده است، آیا این وضعیت غیرمعمول است؟ این اختلال معمولاً در چه سنی آغاز می‌شود و آیا این بیماری، خاص دوره کودکی است؟ آیا این اختلال در دختران و پسران متفاوت است؟ ۲۰
۴. آیا اختلال وسواس فکری - عملی که در کودکی بروز می‌یابد با این اختلال که در بزرگسالی بروز می‌یابد تفاوت دارد؟ آیا این اختلال‌ها دائمی است؟ ۲۱
۵. آیا علائم اختلال وسواس فکری - عملی در یک فرد همیشه یکسان است یا در طول زمان تغییر می‌کند؟ ۲۲
۶. عوارض اختلال وسواس فکری - عملی چیست؟ ۲۲
۷. آیا اختلال وسواس فکری - عملی ارثی است؟ اگر شخصی از خانواده من به این اختلال مبتلا بوده باشد، احتمال ابتلای فرزندم به این اختلال چقدر است؟ آیا این اختلال مسری است؟ آیا این اختلال در میان گروه خاصی از افراد شایع‌تر از دیگران است؟ ۲۳
۸. علت ابتلا به اختلال وسواس فکری - عملی چیست؟ ۲۶

فصل دوم: تشخیص ۳۲

۹. علائم اختلال وسواس عملی - فکری که ممکن است در فرزندم مشاهده کنم چیست؟ ۳۲
۱۰. آیا دختر من متوجه می‌شود که این امر غیرطبیعی است؟ ۳۴
۱۱. دختر من همیشه در مورد اعداد دل‌مشغولی (نگرانی) دارد، آیا این امر در اختلال وسواس شایع است؟ و او ممکن است در آینده دچار چه نوع وسواس‌های فکری شود؟ ۳۵
۱۲. پسر من بیشتر اوقات در حال شستن دست‌هایش است. گمان می‌کنم این نوعی وسواس عملی است. چه نوع وسواس‌های دیگری ممکن است در او بروز پیدا کند؟ ۳۷



۱۳. وسواس های فکری و عملی چه ارتباطی با یکدیگر دارند؟ شباهت آنها چیست؟..... ۳۷
۱۴. هر کسی گاهی اوقات نگران و مضطرب می شود، چرا روان پزشک تشخیص داده که فرزندم بیمار است؟ چه علایمی را ممکن است در پسرمان مشاهده کنیم که با فقط اضطراب داشتن متفاوت باشد؟..... ۳۹
۱۵. آیا علایم دیگری وجود دارند که شیوع کمتری داشته باشند؟..... ۴۱
۱۶. آیا ممکن است فرزندم به علت اضطراب و نگرانی شدید دچار بیماری جسمی شود؟..... ۴۲
۱۷. روان پزشکان چگونه اختلال وسواس فکری - عملی را تشخیص می دهند؟..... ۴۲
۱۸. چه اختلالات روانی ممکن است با اختلال وسواس اشتباه گرفته شوند؟..... ۴۳
۲۰. آیا بیماری های مغزی یا عصبی ای وجود دارند که نشانه ها و علایم اختلال وسواس فکری - عملی را ایجاد کنند؟ آیا ممکن است فرزندم تومور مغزی یا سرطان داشته باشد؟..... ۴۵
۲۱. آیا کودکان مبتلا به اختلال وسواس فکری - عملی، دچار هذیان می شوند؟ تفاوت میان وسواس فکری و هذیان چیست؟ تفاوت میان هذیان و افکار اغراق آمیز چیست؟..... ۴۷
۲۲. آیا اختلالات دیگری وجود دارد که ممکن است با اختلال وسواس فکری - عملی اشتباه گرفته شود؟..... ۴۸
۲۳. بازی آئینی چیست و آیا همیشه غیرطبیعی است؟ چه تفاوتی میان آیین های کودک طبیعی و کودک مبتلا به اختلال وسواس فکری - عملی وجود دارد؟..... ۴۸
۲۴. آیا باید نگران خرافه پرستی (افکار واهی) فرزندم باشم؟..... ۵۱
۲۵. آیا ممکن است برخی علایم به اندازه ای شدید یا حاد باشند که در روند درمان دخترم مشکل ایجاد کنند؟..... ۵۲
۲۶. آیا ممکن است پسر من یا دیگری آسیب برسانند؟ احتمال بروز خشونت در اختلال وسواس فکری - عملی تا چه اندازه است؟..... ۵۲
۲۷. آیا احتمال خودکشی وجود دارد؟ در این صورت چه باید کرد و چه چاره ای باید اندیشید؟..... ۵۳
۲۸. من خوانده ام که عفونت ها ممکن است موجب بروز اختلال وسواس فکری - عملی شوند. آیا این مسئله حقیقت دارد؟ PANDAS چیست؟..... ۵۳
۲۹. PANDAS چگونه درمان می شود؟ آیا این اختلال همان اختلال وسواس است و راه های درمان این دو یکی است؟..... ۵۵



۳۰. در مقام مادر باید به دنبال چه علایمی در فرزندم باشم؟ نمی‌خواهم زمان را از دست بدهم، می‌خواهم هر کاری لازم است برای فرزندم انجام دهم. ۵۶
۳۱. آیا اختلال وسواس فکری - عملی ناشی از روش‌های نامناسب فرزندپروری است؟ ما به عنوان پدر و مادر کودک مبتلا به وسواس چه وظایفی بر عهده داریم؟ ۵۸
۳۲. پسر من که مبتلا به اختلال وسواس فکری - عملی است، فقط در خانه این رفتارها را از خود نشان می‌دهد و هرگز در مدرسه این کارها را نمی‌کند، چگونه چنین چیزی ممکن است؟ اگر او می‌تواند در مدرسه رفتارش را کنترل کند چرا در خانه نمی‌تواند؟ ۵۹
۳۳. آیا آزمایشی برای تشخیص اختلال وسواس فکری - عملی (برای مثال، اسکن مغز یا آزمایش خون) وجود دارد؟ ۶۰

۶۳ فصل سوم: مفاهیم کلی درمان

۳۴. ما با پسرمان که ظاهراً مبتلا به اختلال وسواس فکری - عملی است، مشکلات بسیاری داریم. من و همسرم احساس می‌کنیم که باید او را نزد پزشک ببریم و درمان کنیم؛ به این منظور باید به کجا مراجعه کنیم؟ اکنون باید چه کار کنیم؟ ۶۳
۳۵. ما برای درمان فرزندمان به یک مرکز درمانی مراجعه کردیم که دارای روان‌شناس، روان‌پزشک، مددکار، روان‌درمانگر و بسیاری دیگر از متخصصان سلامت روانی بود. این بسیار گیج‌کننده است. تفاوت میان این متخصصان چیست و اول باید به کدام یک از آنان مراجعه کنیم؟ ۶۴
۳۶. برای دختر من به‌طور واضح تشخیص اختلال وسواس داده نشده است، با وجود این، آیا ممکن است او دچار اختلال روانی دیگری باشد یا حتی مبتلا به اختلال وسواس همراه با اختلال دیگری باشد؟ آیا باید هر دو اختلال را به اتفاق درمان کرد یا یکی پس از دیگری؟ در صورت درمان یکی از این اختلال‌ها، آیا اختلال دیگر وخیم‌تر نخواهد شد؟ ۶۵
۳۷. برای درمان اختلال وسواس فکری - عملی در دخترمان، چه نوع روش‌های درمانی را می‌توانیم انتخاب کنیم؟ ۶۶
۳۸. آیا من برای کمک به درمان فرزندم می‌توانم کاری انجام دهم؟ ۶۷
۳۹. من فکر می‌کنم اولین ملاقات ما با روان‌پزشک بسیار مهم است و ممکن است زمان زیادی بگیرد. روان‌پزشک در اولین جلسه معمولاً چه کارهایی برای فرزندم انجام می‌دهد؟ ۶۷



۴۰. هر چند وقت یک بار باید پسرم را نزد دکتر ببرم؟ ۶۹
۴۱. آیا می‌توانیم به مسافرت برویم؟ احساس می‌کنیم واقعاً به مسافرت نیاز داریم؛ سفر برای فرزندمان ضرر ندارد؟ این مسئله موجب اختلال در روند درمان نمی‌شود؟ ۷۰
۴۲. آیا لازم است با روان‌پزشک دیگری هم مشورت کنم و نظر او را نیز درباره بیماری فرزندم بدانم؟ ۷۰
۴۳. نقش اعضای خانواده و خویشاوندان در روند درمان چیست؟ ۷۱
۴۵. آیا رژیم غذایی یا تمرین‌های ورزشی خاصی وجود دارد که بر بیماری فرزندم تأثیر بگذارد؟ ۷۳

فصل چهارم: درمان شناختی - رفتاری ۷۴

۴۶. روان‌پزشک برای فرزندم درمان غیردارویی به نام درمان شناختی - رفتاری (CBT) را تجویز کرده، این روش درمانی چیست؟ اگر وسواس اختلال بیولوژیکی است، آیا نباید با دارو درمان شود؟ ۷۴
۴۷. من شنیده‌ام که روش جایگزین دیگری به غیر از درمان شناختی - رفتاری وجود دارد که «مواجهه و بازداری از پاسخ» نامیده می‌شود. آیا این روش بهتر از CBT است؟ تفاوت آن با CBT چیست؟ ۷۵
۴۸. تفاوت میان بخش‌های رفتاری و شناختی در درمان شناختی - رفتاری چیست؟ آیا می‌توان فقط یکی از آنها را به کار برد یا همیشه هر دو باید با هم به کار روند؟ ۷۶
۴۹. آیا تکنیک‌های درمان شناختی - رفتاری دیگری نیز وجود دارد؟ ۷۷
۵۰. مزایای درمان شناختی - رفتاری چیست؟ آیا این روش دشوار است؟ ۷۸
۵۱. به ما گفته شده که نباید درمان شناختی - رفتاری را به عنوان اولین روش درمانی برای پسرمان به کار ببریم. علت این امر چیست؟ چرا داروها مقدم هستند؟ آیا بعدها می‌توانیم از این روش درمانی استفاده کنیم و آیا مواردی وجود دارد که این روش درمانی، مناسب یا بهترین روش نباشد؟ ۷۹
۵۲. چگونه می‌توانم یک متخصص رفتاردرمانی (ماهر و باتجربه) را پیدا کنم؟ ۸۰
۵۳. چه مدت زمان می‌برد تا تأثیر درمان شناختی - رفتاری مشخص شود؟ آیا با پیشرفت روند درمان، شاهد بهبود فرزندمان خواهیم بود؟ این روش در کجا باید انجام شود؟ چه چیزهای



- دیگری لازم است درباره این روش بدانیم؟ ۸۰
۵۴. دختر من اکنون بسیار بهبود یافته است، علایم بیماری اش بسیار خفیف شده و حتی تقریباً از بین رفته است؛ اکنون چگونه می توانم از عود مجدد بیماری جلوگیری کنم؟ ۸۲
۵۵. من شنیده ام که گروه های درمانی و حمایتی برای بیماران مبتلا به اختلال وسواس فکری - عملی وجود دارد. آیا کمک گرفتن از آنها مفید است و آیا در درمان فرزندان نقش مهمی دارد؟ ۸۳
۵۶. من شنیده ام می توانم در درمان شناختی - رفتاری، «کمک درمانگر» دخترم باشم. من در این زمینه هیچ آموزشی ندیده ام و مطمئن نیستم بتوانم از عهده این کار برآیم. ممکن است در این باره توضیح دهید؟ ۸۴
- فصل پنجم: دارودرمانی** ۸۵
۵۷. چه داروهایی در درمان اختلال وسواس فکری - عملی به کار می روند؟ ۸۵
۵۸. این داروهای گزینشی و غیرگزینشی تا چه اندازه در درمان اختلال وسواس مؤثرند؟ و عوارض جانبی آنها چیست؟ ۸۷
۵۹. داروهایی که ذکر شد، داروهای ضدافسردگی اند اما پسر من افسردگی ندارد، او به وسواس مبتلاست. چرا از داروهای ضدافسردگی در درمان اختلال وسواس استفاده می شود؟ ۸۹
۶۰. چه دوزی از دارو در درمان اختلال وسواس فکری - عملی استفاده می شود؟ آیا این دوز خطری ندارد؟ آیا این دوز از دارو بیشتر از دوزی است که برای سایر اختلالات به کار می رود؟ ۹۰
۶۱. مدت زمان اثربخشی داروهای SSRI در پسر من چقدر است؟ این درمان چه مدت باید ادامه یابد؟ ۹۱
۶۲. چه داروهای دیگری در درمان اختلال وسواس به کار می روند؟ ۹۲
۶۳. روان پزشکی چگونه داروی مناسب را برای فرزندم انتخاب می کند؟ ۹۳
۶۴. چه موقع باید دارودرمانی را برای دخترمان مد نظر قرار دهیم؟ ۹۴
۶۵. آیا واکنش فرزند من به دارو با واکنش بزرگسالان متفاوت است؟ ۹۵
۶۶. پسر من نمی تواند قرص بخورد، آیا این داروها به شکل شربت نیز موجود است؟ ۹۶
۶۷. نظرتان درباره داروهای ژنریک چیست؟ آیا آنها را تأیید می کنید؟ داروهای داروخانه های



- اینترنتی چگونه؟..... ۹۶
۶۸. اگر روان‌پزشک فرزندم بخواهد از دارویی استفاده کند که مورد تأیید FDA نیست، من چه باید بکنم؟ آیا باید این مسئله را بپذیرم؟..... ۹۷
۶۹. شنیده‌ام این گونه داروها احتمال خودکشی را بالا می‌برند، در این باره باید به چه چیزهایی توجه کنم؟..... ۹۸
۷۰. فرزند من نوعی از داروهای SSRI را مصرف می‌کند. این دارو چه عوارض جانبی ممکن است داشته باشد و من چگونه می‌توانم آنها را کنترل کنم؟..... ۹۸
۷۱. پسر من مدتی است داروهای SSRI مصرف می‌کند، اگر دکتر تصمیم بگیرد این داروها را قطع کند، باید به چه نکاتی توجه داشته باشیم؟ آیا می‌توان به یک‌باره این داروها را قطع کرد یا باید به تدریج دوز دارو را کم کرد؟..... ۱۰۰
۷۲. این داروها برای مصرف در کودکان ۷ سال به بالا تأیید شده است. دختر من ۵ ساله و مبتلا به اختلال وسواس است، آیا او می‌تواند از این نوع داروها استفاده کند؟..... ۱۰۱
۷۳. شنیده‌ام در صورت مصرف هم‌زمان چند دارو ممکن است تداخل دارویی به‌وجود آید، آیا این مسئله درست است؟ در این زمینه باید به چه چیزهایی توجه کنم؟..... ۱۰۱
۷۴. آیا روان‌پزشک، درمان را با نیازهای فرزندم متناسب می‌کند یا یک نوع درمان برای همه بیماران مؤثر است؟..... ۱۰۲
۷۵. در صورتی که فرزندم دارو مصرف کند، آیا باید اطلاعات خاصی را از روان‌پزشک بگیرم؟..... ۱۰۳
۷۶. فرزند من تاکنون به هیچ‌یک از داروهای معمول اختلال وسواس فکری - عملی پاسخ خوبی نداده است. آیا داروهای دیگری هست که بتوان در درمان این اختلال به کار برد؟..... ۱۰۵
۷۷. روان‌پزشک می‌خواهد برای دخترم که به اختلال وسواس فکری - عملی مبتلاست، داروهای خاص بیماران روان‌پریش را تجویز کند، اما او دچار روان‌پریشی نیست و میان واقعیت و خیال فرق می‌گذارد. چرا روان‌پزشک قصد دارد از این نوع داروها برای دخترم تجویز کند؟..... ۱۰۸
۷۸. اگر توانایی مالی برای خرید داروها را نداشته باشیم آیا می‌توانیم از مرکز یا سازمان خاصی کمک بگیریم؟..... ۱۰۹
۷۹. روان‌پزشک دخترمان فکر می‌کند او علاوه بر اختلال وسواس فکری - عملی به اختلال روانی



- دیگری نیز مبتلاست. او ممکن است به چه اختلالات دیگری مبتلا باشد و این اختلالات چگونه بر روند درمان او تأثیر می‌گذارد؟ ۱۱۰
- ۸۰ چگونه می‌توان فهمید که دوره حاد اختلال وسواس فکری - عملی تمام شده است؟ چه موقع باید درمان نگهدارنده شروع شود و این درمان چه تأثیری دارد؟ ۱۱۲
- ۸۱ چه موقع فرزندان باید در بیمارستان یا مرکز شبانه‌روزی و تخصصی برای درمان اختلال وسواس فکری - عملی بستری شود؟ ۱۱۵
- ۸۲ آیا درست است فرزندم را که مبتلا به اختلال وسواس است در پژوهش بالینی درمان اختلال وسواس فکری - عملی شرکت دهم که در آن اثربخشی دارویی جدید آزمایش می‌شود؟ ۱۱۵
- ۸۳ نظرتان درباره داروها و درمان جایگزین و طبیعی چیست؟ ۱۱۷
- ۸۴ من شنیده‌ام که روش‌های درمانی جدیدی برای درمان اختلال وسواس در حال بررسی و طرح‌ریزی است، آیا می‌توانیم به زودی شاهد درمان‌ها و داروهای جدید و بهتر باشیم؟ ۱۱۸

فصل ششم: نقش خانواده و مدرسه ۱۲۱

- ۸۵ آیا در درمان فرزندم باید از دیگر اعضای خانواده کمک بگیرم؟ به آنان چه باید بگویم؟ ۱۲۱
- ۸۶ آیا باید به مسئولان مدرسه دخترم اطلاع دهم که او به اختلال وسواس مبتلاست؟ این مسئله را به چه کسی باید بگویم و چگونه باید آن را مطرح کنم؟ ۱۲۳
- ۸۷ به نظر می‌رسد سایر بچه‌ها پسر مرا مسخره می‌کنند و او دوستانش را از دست داده، آیا این امر به سبب ابتلای او به اختلال وسواس است؟ ۱۲۴
- ۸۸ ما همیشه می‌توانیم با اختلال وسواس پسرمان کنار بیاییم مگر زمان انجام دادن تکالیفش که برای ما مثل کابوس است. چه کار می‌توانیم انجام دهیم؟ ۱۲۵
- ۸۹ دختر من که به اختلال وسواس فکری - عملی مبتلاست، بسیار باهوش است اما نمره‌ها و عملکرد تحصیلی خوبی ندارد، علت این امر چیست؟ من چه کار می‌توانم بکنم؟ ۱۲۶
- ۹۰ من فکر می‌کنم مدرسه پسرم جوابگوی نیازهایش نیست و شاید او امسال مردود شود، چه باید بکنم؟ ۱۲۷
- ۹۱ ما برنامه رفتاردرمانی را برای دخترمان امتحان کردیم اما علایم بیماری او بدتر شد، بنابراین، این روش را کنار گذاشتیم. آیا شما پیشنهاد دیگری دارید؟ ۱۲۸
- ۹۲ آیا ممکن است پسر من به سبب ابتلا به اختلال وسواس «احمق» جلوه کند؟ من نمی‌خواهم او در



- تمام طول عمر مورد تمسخر قرار بگیرد. آیا امکان دارد که او را درمان نکنم و اجازه بدهم که خودبه‌خود بهبود یابد؟..... ۱۲۹
۹۳. پزشک دخیل معتقد است که علائم بیماری او پس از مدتی از بین می‌روند، اما روان‌پزشک با این مسئله موافق نیست، آیا باید منتظر بمانیم یا باید هرچه سریع‌تر درمان را آغاز کنیم؟..... ۱۳۰
۹۴. فرزندم به سبب رفتارهای عادت‌ی و آئینی خود از رفتن به مدرسه سر باز می‌زند، در این وضعیت چه باید کرد؟..... ۱۳۱
۹۵. پسر ما از افکار بدی که به ذهنش خطور می‌کند، احساس گناه و شرم دارد؛ آیا باید به او بگوییم که او تقصیری در این باره ندارد؟ و آیا واقعاً او در این باره مقصر نیست؟..... ۱۳۲
۹۶. من و همسرم بر سر دارودرمانی فرزندمان باهم توافق نداریم، چه کار باید بکنیم؟..... ۱۳۲
۹۷. من مادری هستم که به‌تنهایی سرپرستی فرزندم را به عهده دارم و مسئولیت همه چیز با خودم است، دیگر واقعاً از پا افتاده‌ام و تمام امید و توانم را از دست داده‌ام، چه کار می‌توانم انجام دهم؟..... ۱۳۳
۹۸. در منطقه زندگی ما، هیچ رفتاردرمانگری نیست، چه کار می‌توانیم انجام دهیم؟..... ۱۳۳
۹۹. من شغل تمام وقت دارم و فرزندم نیز تا بعد از ظهر مدرسه است؛ این مسئله موجب شده است که نتوانیم در همه جلسه‌های درمانی شرکت کنیم. آیا برای شرکت در جلسات درمان باید از وقت کار خودم و مدرسه فرزندم کم کنم؟..... ۱۳۴
۱۰۰. بیمه درمانی ما، برای بیماری وسواس خدمات بسیار کمی را پوشش می‌دهد، ما چه کاری می‌توانیم انجام دهیم؟..... ۱۳۵



پیش‌گفتار

شما که این کتاب را برای مطالعه انتخاب کرده‌اید، احتمالاً با اختلال وسواس فکری - عملی (OCD)^۱ آشنا هستید و تجربه‌ای نیز درباره مسایل و درمان‌های مرتبط با آن دارید.

اختلال وسواس فکری - عملی یکی از اختلالات رایج دوران کودکی و حتی بزرگسالی است که اثرات نامطلوب بسیاری بر کارکردهای زندگی فرد برجای می‌گذارد. هرچند نمی‌توان تمام رفتارهای تکرارشونده یا شک و تردیدها را وسواس دانست، تنها زمانی می‌توان این‌گونه رفتارها را اختلال نامید که فرد قادر به متوقف کردن آنها نباشد و این مسایل بر عملکرد روزانه وی و اطرافیانش تأثیر منفی بگذارد، در این صورت است که این مشکل باید مورد توجه و بررسی بیشتر قرار گیرد.

دامنه اختلال وسواس فکری - عملی از خفیف تا شدید بوده و ممکن است به‌تنهایی یا به همراه سایر بیماری‌ها و اختلالات روانی در کودک بروز یابد. قوانین و اصول قطعی در این باره وجود ندارد، و گاه پیش‌بینی سیر و مدت درمان این بیماری دشوار است. با وجود این در طول ۲۰ سال گذشته، اطلاعات و شناخت دانشمندان درباره اختلال وسواس فکری - عملی (و به‌طور کلی بیماری‌های روانی) پیشرفت چشم‌گیری داشته است.

1. Obsessive Compulsive Disorder (OCD)



نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد بسیاری از افراد با آن که در کودکی به این اختلال دچار شده‌اند، به دلایل گوناگون از جمله عدم دسترسی به امکانات درمانی، عدم شناخت کافی از این اختلال و یا احساس شرم از علایم بیماری، درمان خود را تا بزرگسالی به تعویق انداخته‌اند که این امر روند درمان را دشوارتر ساخته است.

با توجه به این مسئله و با توجه به شیوع نسبتاً بالای این اختلال و تأثیر آن بر عملکرد تحصیلی، اجتماعی، خانوادگی و شغلی افراد، بررسی و پرداختن به آن بسیار ضرورت دارد. کتاب حاضر نیز در راستای این ضرورت نگاشته شده است. اساس محتوای مجموعه حاضر، مبتنی بر کتاب دکتر جوسین کوبرت با عنوان «یک‌صد پرسش و پاسخ درباره کودک شما با وسواس فکری - عملی» است که با توجه به فرهنگ بومی ایرانی نگارش و تدوین شده است.

هدف از این کتاب کامل کردن دانسته‌های شما درباره این اختلال با روشی کاملاً ساده و به شکل جلسات پرسش و پاسخ میان شما، روان‌پزشک، روان‌شناس، مشاور و سایر افراد دخیل در مراقبت و سلامت فرزندان است. این کتاب، منبع درسی نیست بلکه خلاصه‌ای است از اطلاعات لازم درباره تشخیص، علل و عوامل، درمان، پیش‌آگهی، تحقیقات و آزمایشات مداومی که در این زمینه انجام شده است. کتاب، کاملاً واضح، صریح و به زبان ساده نوشته شده است.

در فصل «کلیات»، خوانندگان با تعریف اختلال وسواس فکری - عملی، عوارض ناشی از این اختلال و علل و عوامل ایجاد آن، از جمله عوامل آناتومیک، بیوشیمیایی، محیطی، ژنتیکی آشنا می‌شوند. هم‌چنین نسبت به میزان شیوع وسواس فکری - عملی در کودکان و تأثیر سن، جنسیت و ژنتیک بر این اختلال شناخت پیدا می‌کنند. در این فصل خواهید دید که با وجود آن که علل دقیق ابتلا به وسواس فکری - عملی کاملاً شناخته‌شده نیست، اما نقش ژنتیک و تلفیقی از عوامل زیستی و محیطی در ایجاد آن تا حدودی به اثبات رسیده است، و به نظر می‌رسد در این میان نقش عامل بیوشیمیایی شناخته‌شده‌تر از سایر عوامل است.

پس از آن مبحث «تشخیص» مطرح می‌شود. تشخیص اختلال وسواس فکری - عملی کار چندان ساده‌ای نیست، چراکه کودکان به دلیل ترس و اضطرابی که دارند، اغلب سعی می‌کنند تا نگرانی‌ها و اعمال تکرارشونده خود را از دید دیگران مخفی نگه‌دارند. علاوه بر این، شباهت



علایم و سواس فکری - عملی با برخی اختلالات رفتاری دیگر، تشخیص و تمایز این اختلال را دشوار می‌سازد. بنابراین، تشخیص یکی از مراحل مهمی است که باید به آن توجه ویژه‌ای نشان داد و برای این کار باید از کارشناسان و متخصصان امر کمک گرفت. با این حال، در فصل «تشخیص» اطلاعات جامع و سودمندی در ارتباط با علایم و نشانه‌های شایع این اختلال، اختلال‌هایی که علایمی شبیه به سواس فکری - عملی ایجاد می‌کنند و تفاوت میان این اختلال‌ها، هم‌چنین تعاریفی از روش‌های تشخیصی و آزمون‌های ویژه ارزیابی اختلال و سواس فکری - عملی در اختیار خوانندگان قرار گرفته است که به آنها کمک می‌کند هرچه زودتر متوجه این اختلال در کودک خود شوند و اقدام‌های درمانی لازم را برای وی انجام دهند.

مبحث دیگری که در این کتاب به آن پرداخته شده است، مبحث «درمان و روش‌های درمانی است». این نوع درمان‌ها شامل درمان شناختی - رفتاری (CBT)^۱ و دارودرمانی است. در موارد خفیف تا متوسط بیماری، عموماً از روش‌های درمانی شناختی - رفتاری و در موارد شدید از دارودرمانی استفاده می‌شود. در فصول مرتبط با درمان، تأثیر داروها، مدت زمان مصرف و عوارض جانبی آنها و هم‌چنین چگونگی به کارگیری تکنیک‌های درمان شناختی - رفتاری مورد بحث و بررسی قرار گرفته است. علاوه بر این پرسش‌ها و پاسخ‌هایی در ارتباط با درمان نگهدارنده و روش‌های درمانی جدید نیز در این فصول مطرح شده‌اند که می‌تواند برای خوانندگان سودمند باشد.

یکی از مباحث مهم دیگری که در این کتاب آمده است، «نقش خانواده و مدرسه» در تسهیل روند درمان کودک می‌باشد. نقش خانواده از آن جهت حائز اهمیت است که والدین معمولاً اولین کسانی هستند که متوجه اختلال کودک خود می‌شوند و اولین گام را در راه درمان وی برمی‌دارند. از سوی دیگر آنها باید با ایجاد تعامل‌های مناسب با مسئولان مدرسه، آنها را در جریان مشکل فرزندشان قرار داده و در این راه از آنها نیز کمک بگیرند. در این فصل به نیازهای ویژه آموزشی کودکان با اختلال و سواس فکری - عملی اشاره شده و روش‌هایی برای کمک به پیشرفت تحصیلی و یادگیری آنها ارائه شده است که در صورت به کارگیری آنها توسط والدین و مسئولان مدرسه،



بسیاری از مشکلاتی که در رابطه با عملکرد تحصیلی این کودکان وجود دارد، از بین خواهد رفت.

در حال حاضر از یک سو، درمان‌های جدید، شامل دارودرمانی و رفتاردرمانی به صورت هم‌زمان، بیشتر در دسترس قرار گرفته و پیشرفت داشته‌اند، و از سوی دیگر در جامعه و مدارس، شناخت بیشتری نسبت به اختلال وسواس فکری - عملی کودکان و نوجوانان حاصل شده است. بنابراین، شرایط بسیار خوش‌بینانه است و کودکان مبتلا به این اختلال بیش از گذشته مورد حمایت قرار گرفته‌اند و می‌توانند زندگی موفق‌تر و شادتری داشته باشند. این امر درباره خانواده‌های آنها نیز صادق است.

در نهایت باید گفت در این کتاب سعی شده است تا تقریباً به تمام پرسش‌های معمول و متداول مرتبط با اختلال وسواس فکری - عملی پاسخ داده شود. امیدواریم این پاسخ‌ها برای خانواده‌هایی که کودکانی مبتلا به این اختلال دارند، راهنمایی سودمند باشد و این کتاب بتواند گامی در راه درمان موفقیت‌آمیز کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلال وسواس فکری - عملی بردارد.

در پایان از مساعدت و همکاری مؤسسه فرهنگی تربیت نوین، مرکز خدمات روان‌شناسی و مشاوره استاد روزبه (پژوهشکده استاد روزبه) و کانون اسلامی انصار که ما را در مراحل مختلف تهیه و تدوین مجموعه حاضر یاری دادند، سپاس‌گزاریم.

هم‌چنین از آقای دکتر محمد رضائی، ویراستار علمی؛ خانم لیلا ساکی، ویراستار ادبی؛ آقای علیرضا عباسیان، همکار اجرایی و آقای محمد جعفرزاده، طراح جلد تشکر و قدردانی می‌نمایم.

دکتر محسن شکوهی یکتا

الهه مؤیدزاده جلیلی