

## كيف يمكننا تقديم رعاية صحية أفضل لأصحاب الإعاقة الذهنية؟

**Simone Reppermund\*, Janelle Weise, Rachael Cvejic و Julian Trollor**  
on behalf of The Department of Developmental Disability Neuropsychiatry (3DN)

قسم الطب النفسي العصبي للإعاقة التنموية، جامعة نيو ساوث ويلز، سيدني، نيو ساوث ويلز، أستراليا

### المراجعون الصغار

HELENA  
العمر: 15



مقارنةً بالمستوى العادي، فمستوى الذكاء لدى أصحاب الإعاقة الذهنية أقل، كما أنهم يجدون صعوبة في القيام بأنشطة الحياة اليومية الضرورية، مثل التواصل أو الاعتناء بأنفسهم. تتفاوت مستويات الإعاقة الذهنية من الخفيفة إلى الشديدة والعميقة. ويعاني أصحاب الإعاقة الذهنية في الغالب من عدة مشاكل صحية، ولكن يصعب عليهم في أحيان كثيرة الحصول على رعاية صحية جيدة. فهم لا يستطيعون بسهولة فهم اللغة المعقدة التي يستخدمها العديد من الأطباء ومتخصصو الرعاية الصحية الآخرون. بالإضافة إلى ذلك، لم يتعلم أغلب المتخصصين في الرعاية الصحية كيفية التعامل مع أصحاب الإعاقة الذهنية، ما يجعلهم في حيرة من أمرهم عندما يتعاملون مع شخص منهم. ولا بد من التعاون بين فرق خدمات أصحاب الإعاقة وخدمات الرعاية الصحية كفريق واحد، لأنه من المهم توفير مستوى رعاية صحية أفضل لأصحاب الإعاقة الذهنية حتى تقل حالات الوفاة بينهم نتيجة عدم حصولهم على الرعاية الصحية اللازمة.

## ما المقصود بالإعاقة الذهنية؟

كلنا نجيد بعض الأشياء ونحتاج إلى مساعدة في غيرها. وينطبق الأمر ذاته على أصحاب **الإعاقة الذهنية**، فهم لديهم مستوى أقل من **الذكاء**، ويتعلمون ببطء أكبر مقارنةً بأقرانهم الأصحاء، كما يتأخر نموهم. وقد يعانون من مشاكل في النواحي التالية:

- التفكير
- تذكّر الأشياء
- التحدث والاستماع
- التنقل (مثلاً المشي والركض)
- التحكم في مشاعرهم
- الاعتناء بأنفسهم (على سبيل المثال الاغتسال وارتداء الملابس وإطعام أنفسهم)

تبدأ هذه المشاكل في مرحلة الطفولة، أو قبل أن يبلغوا من العمر 18 عامًا. وبسبب هذه المشاكل، قد يحتاجون إلى مساعدة إضافية في المدرسة أو مكان العمل أو المنزل، ويعتمد حجم المساعدة اللازمة لهم على مستوى الإعاقة الذهنية.

في بعض الأحيان، قد تكون الإعاقة الذهنية غير واضحة، ففي حالة الإعاقة الذهنية الخفيفة، قد لا يلاحظها الناس فورًا. ولكن حتى إذا كانت الإعاقة الذهنية غير ملحوظة، فأصحابها يواجهون صعوبات في أنشطتهم اليومية وقد يحتاجون إلى دعم إضافي.

## ما مستويات الإعاقة الذهنية؟

يمكن أن تكون الإعاقة الذهنية خفيفة أو متوسطة أو شديدة أو عميقة (انظر شكل 1). من المحتمل أنك تعرف شخصًا مصابًا بمتلازمة داون، وهي السبب الجيني الأكثر شيوعًا للإعاقة الذهنية. في العادة، تكون الإعاقة الذهنية لدى أصحاب متلازمة داون خفيفة أو متوسطة. بوجه عام، تكون درجة الإعاقة خفيفة لدى قرابة 85% من أصحاب الإعاقة الذهنية. ويمكن للعديد من أصحاب الإعاقة الذهنية الخفيفة الذهاب إلى مدارسهم وجامعاتهم بانتظام والحصول على وظائف والعيش باستقلالية. أما أصحاب الإعاقة الذهنية المتوسطة، فيحتاجون إلى المزيد من المساعدة في التخطيط لحياتهم وتنظيمها. وقد تلزمهم مساعدة في التواصل مثلًا من خلال استخدام صور أو أدوات تواصل أخرى، كما أنهم يعيشون في الغالب مع أفراد عائلتهم أو في دور رعاية مع متخصصين يعاونونهم في أشياء مثل الحفاظ على أموالهم. على الجانب الآخر، يحتاج أصحاب الإعاقات الذهنية الشديدة أو العميقة إلى دعم أكبر بكثير ولا يمكنهم العيش وحدهم باستقلالية. قد يكونون عاجزين عن التحدث وقد يتواصلون باستخدام تعابير الوجه أو الإيماءات البسيطة، كما يحتاجون إلى المساعدة في جميع المهارات الأساسية، مثل ارتداء الملابس واستخدام المراض وتناول الطعام، ويعيشون مع أشخاص يساعدونهم ويعتنون بهم في كل الأوقات.

### الإعاقة الذهنية (Intellectual disability)

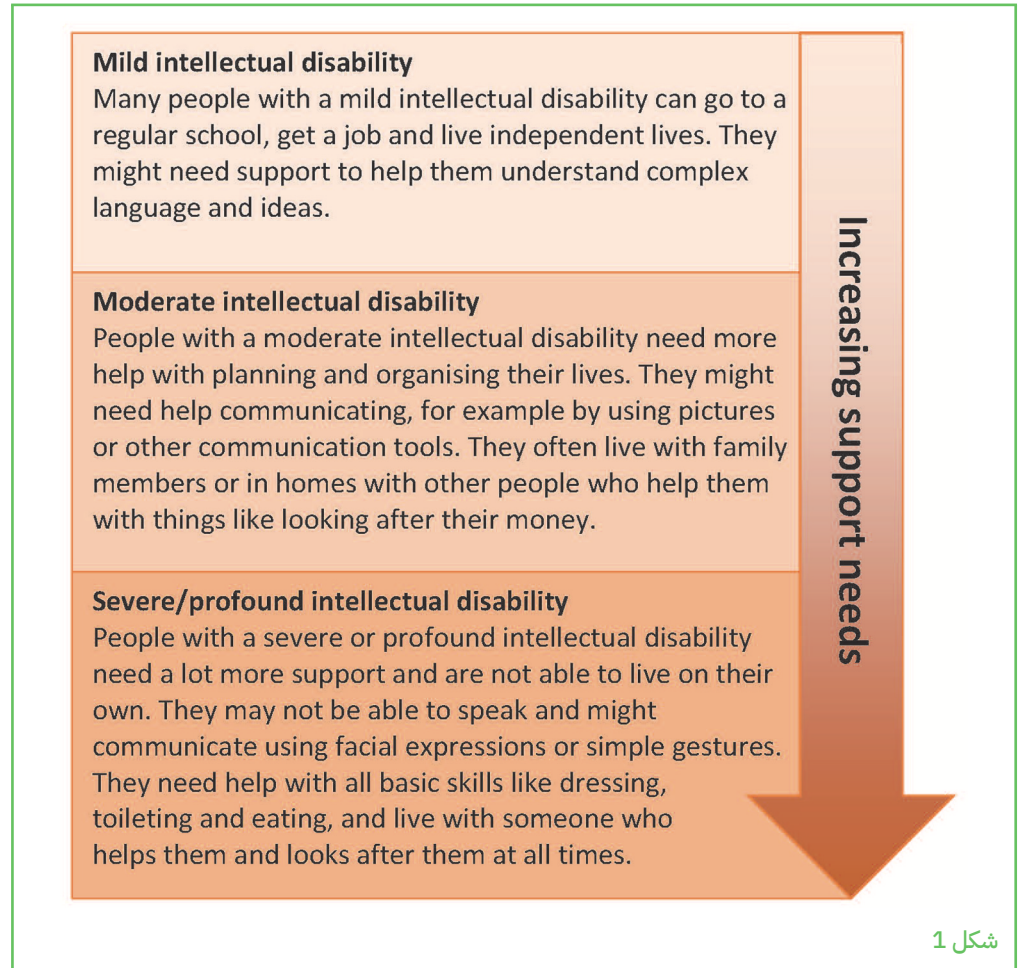
اضطراب في النمو العصبي يتسم بعجز في الوظائف الذهنية والتكيفية (على سبيل المثال، العيش باستقلالية) ويبدأ أثناء الطفولة.

### الذكاء (Intelligence)

القدرة على حل المشاكل والتخطيط وتعلم وفهم المصطلحات المجردة والتكيف مع الأوضاع الجديدة.

## شكل 1

مستويات الإعاقة الذهنية  
 واحتياجات الدعم  
 لكل مستوى.



## ما سبب الإعاقة الذهنية؟

تتعدد أسباب الإعاقة الذهنية، إذ تشمل الحالات الجينية مثل متلازمة داون أو المشاكل أثناء الحمل أو الولادة أو إصابات الدماغ أو حالات العدوى أو الأمراض. وفي بعض الحالات قد لا يُعرف سبب إصابة الشخص بالإعاقة الذهنية.

## المشاكل الصحية لدى أصحاب الإعاقة الذهنية

يعاني معظم أصحاب الإعاقات الذهنية من الكثير من المشاكل الصحية (انظر شكل 2). ومن أمثلة هذه المشاكل الصحية الجسدية ما يلي:

- مشاكل القلب
- السمنة
- الصرع
- مشاكل الأسنان
- مشاكل الرؤية والسمع

## • الإصابات (مثل الكسور)

## شكل 2

يعاني العديد من أصحاب  
الإعاقة الذهنية من مشاكل  
صحية جسدية و/أو عقلية  
أكثر مقارنةً بعامّة السكان.



يمكن أن يتعرض هؤلاء الأشخاص أيضًا لمشاكل صحية عقلية، مثل:

- الاكتئاب (الشعور بالحزن أو الإحباط أو التعاسة معظم الوقت أو فقدان الاهتمام بأنشطة اعتادوا الاستمتاع بها)

- القلق (عدم القدرة على التوقف عن القلق بشأن أشياء معينة أو الاعتقاد بأن المواقف أسوأ كثيرًا مما هي عليه أو وجود مخاوف شديدة من أشياء أو مواقف ما أو المعاناة من تكرار أفكار مزعجة)
- الذهان (الاعتقاد أو الإحساس بأشياء ليست حقيقية، مثلًا رؤية أو سماع شيء ليس موجودًا)

يعاني أصحاب الإعاقة الذهنية من عدد من المشاكل الصحية الجسدية أكبر مما يعانيه الأصحاء، كما أن معدل إصابتهم بالمشاكل الصحية العقلية أكبر كذلك بمقدار الضعف [1, 2].

يعاني العديد من أصحاب الإعاقة الذهنية من أكثر من مشكلة صحية جسدية أو عقلية واحدة، ويحتاجون إلى مساعدة من أطباء من مختلف التخصصات وغيرهم من أخصائيي الرعاية الصحية. وبسبب ارتفاع معدلات المشاكل الصحية الجسدية والعقلية، يموت أصحاب الإعاقة الذهنية غالبًا في عمر أصغر من العمر الذي يموت عنده الأصحاء. أثبتت إحدى دراساتنا البحثية أن أصحاب الإعاقة الذهنية عاشوا في المتوسط حتى عمر 54 عامًا تقريبًا، في حين عاش غيرهم من الأصحاء حتى عمر 81 عامًا تقريبًا [3]. والسبب في وفاة العديد من أصحاب هذه الإعاقات عدم حصولهم على أفضل الرعاية الصحية.

#### الرعاية الصحية (Healthcare)

توفير الرعاية الصحية من خلال مقدمي خدمات مثل الممارس العام والأخصائي الطبي والأخصائي الصحي المساعد وطاقم التمريض للحفاظ على العافية الجسدية والعقلية أو تحسينها.

### لماذا يصعب على أصحاب الإعاقة الذهنية الحصول على رعاية صحية جيدة؟

قد يصعب على أصحاب الإعاقة الذهنية فهم المعلومات التي يتلقونها حول صحتهم، كما قد يجدون صعوبة في الذهاب إلى الطبيب. والعديد من الأطباء لا علم لهم بكيفية التواصل مع شخص مصاب بإعاقة ذهنية. فأغلب الأطباء لم يتلقوا أي معلومات حول كيفية التعامل مع أصحاب الإعاقة الذهنية، ويكونون بالتالي في حيرة من أمرهم عند التعامل مع شخص منهم [4, 5]. قد يصعب على الطبيب معرفة نوع المشكلة الصحية التي يعاني منها الشخص المصاب بالإعاقة الذهنية، وخاصةً لو كان لا يمكنه التحدث. قد يعتقد الكثير من الأطباء أن الشخص يشعر أو يتصرف بشكل معين لأن لديه إعاقة ذهنية، وليس لأن لديه مشكلة صحية بدنية أو عقلية. وفي أغلب الأحيان، لا يكون بمقدور أصحاب الإعاقة الذهنية إخبار الطبيب عما يعانون منه، وغالبًا ما تكون لديهم العديد من المشكلات الصحية في الوقت نفسه، الأمر الذي يجعل العلاج صعبًا. في بعض الأحيان، تقول فرق الخدمات الصحية إنها لا تستطيع مساعدة أصحاب الإعاقة الذهنية، وأنهم بحاجة إلى طلب المساعدة من مكان آخر. وهذه مشكلة كبيرة لأن القدرة على تلقي المساعدة بسهولة هو حق لأي مريض.

## ما الخطوات التي يجب اتخاذها لتوفير رعاية صحية جيدة لأصحاب الإعاقة الذهنية؟

هناك إجماع بين أصحاب الإعاقة الذهنية وعائلاتهم وموفري الرعاية والدعم لهم (مثل الأطباء) على وجود حاجة إلى تحسين مستوى الرعاية الصحية والخدمات لأصحاب هذه الإعاقات. تحدّث الباحثون لدينا إلى أشخاص حول ما يجب على أخصائيي الرعاية الصحية فعله حتى يحصل أصحاب الإعاقة الذهنية على رعاية صحية جيدة (انظر شكل 3).

### شكل 3

ما يحتاج أخصائيو الرعاية الصحية للقيام به لتحسين توفّر خدمات الرعاية الصحية.



وقال الأشخاص الذين تمت محاورتهم إنه من المهم أن يتعلم هؤلاء الأخصائيون كيفية التواصل مع أصحاب هذه الإعاقة وكيفية التعامل معهم.

بالإضافة إلى ذلك، يجب أن يتأكد أخصائيو الرعاية الصحية من أن صاحب الإعاقة الذهنية يفهم المعلومات التي يقدمها له الطبيب، وأنه يتم مساعدته في اتخاذ القرارات المتعلقة بالصحة. ففي أغلب الأحيان، تتم كتابة المعلومات ذات الصلة بالمشاكل الصحية بلغة معقدة لا يمكن لأصحاب الإعاقة الذهنية فهمها. سيكون من المفيد أن يكتب الأطباء وغيرهم من موفري الخدمات الصحية المعلومات بلغة بسيطة. ولا بد من

## خدمات أصحاب الإعاقة (Disability services)

مجموعة من أشكال الدعم والخدمات للأفراد والأسر ومقدمي الرعاية، في أشياء مثل دعم العيش باستقلالية والاندماج في المجتمع والمساعدة في الحصول على وظيفة و/أو اكتساب مهارات التعلم.

التعاون بين فريق **خدمات أصحاب الإعاقة** والخدمات الصحية كفريق واحد، لأنه من المهم توفير رعاية صحية أفضل لأصحاب الإعاقة الذهنية حتى تقل حالات الوفاة الناتجة عن عدم حصولهم على أفضل رعاية صحية. ومن الضروري كذلك مواصلة الأبحاث بشأن احتياجات الرعاية الصحية لأصحاب الإعاقة الذهنية، حتى تتضح الجوانب الأخرى التي يجب تحسينها في نظام الرعاية الصحية.

## ما الذي يمكن للأطفال والشباب فعله لدعم أصحاب الإعاقة الذهنية؟

قد لا يكون بمقدور أصحاب الإعاقة الذهنية التواصل بنفس طريقة الأصحاء، ولكنهم يشعرون بنفس المشاعر بكل تأكيد. وكحال كل طفل آخر، يحتاج الطفل صاحب الإعاقة الذهنية إلى الأصدقاء وإلى القيام بنفس الأنشطة التي يقوم بها الأطفال في المدرسة والمنزل.

يجب معاملة أصحاب الإعاقة الذهنية بالطريقة نفسها التي تعامل بها أي صديق آخر والتخلي باللطف معهم وتقبلهم تمامًا. أخبر المعلم إذا لاحظت حدوث تنمر أو مضايقة لهم في المدرسة. وعند التحدث مع شخص مصاب بإعاقة ذهنية، استخدم الجمل القصيرة والبسيطة واسمح لهذا الشخص بالوقت الكافي للرد عليك، فهم قد يتكلمون ببطء أكبر أو يتعثرون في بعض الكلمات، لذا دعهم يعبرون عن أنفسهم على مهلهم ولا تستعجلهم. وإذا كنت تلعب لعبة أو تؤدي نشاطًا، فكن ودودًا معهم واجعلهم يشاركون في كل ما تقوم به.

عندما يزيد عدد الداعمين لحقوق أصحاب الإعاقة الذهنية، سيساعد ذلك في تسليط المزيد من "الضوء" على الإعاقة الذهنية. وهذه خطوة مهمة لضمان معاملة هؤلاء الأشخاص بعدل ومساواة.

## أين يمكنك العثور على المزيد من المعلومات؟

هناك أبحاث يجريها قسم الطب النفسي العصبي للإعاقة التنموية (3DN) في جامعة نيو ساوث ويلز في سيدني، بهدف تحسين السياسات والممارسات ذات الصلة بالصحة العقلية لدى أصحاب الإعاقة الذهنية. معنى هذا أننا نستخدم نتائج مشاريعنا البحثية لمساعدة الحكومة وأخصائيي الرعاية الصحية على تحسين أسلوب التعامل مع أصحاب الإعاقة الذهنية. يمكنك العثور على المزيد من المعلومات حول أنشطتنا وروابط تؤدي إلى منظمات أخرى تساعد أصحاب الإعاقة الذهنية على صفحتنا الرئيسية: <https://3dn.unsw.edu.au/>

## المراجع

1. Cooper, S.-A., Smiley, E, Morrison, J., Williamson, A., and Allan, L. 2007. Mental ill-health in adults with intellectual disabilities: prevalence and associated factors. *Br. J. Psychiatry* 190:27–35. doi: 10.1192/bjp.bp.106.022483
2. Cooper, S. A., McLean, G., Guthrie, B., McConnachie, A., Mercer, S., Sullivan, F., et al. 2015. Multiple physical and mental health comorbidity in adults with intellectual disabilities: population-based cross-sectional analysis. *BMC Fam. Pract.* 16:110. doi: 10.1186/s12875-015-0329-3
3. Trollor, J., Srasuebku, P., Xu, H., and Howlett, S. 2017. Cause of death and potentially avoidable deaths in Australian adults with intellectual disability using retrospective linked data. *BMJ Open* 7:e013489. doi: 10.1136/bmjopen-2016-013489
4. Lennox, N. G., Brolan, C. E., Dean, J., Ware, R. S., Boyle, F. M., Taylor Gomez, M., et al. 2013. General practitioners' views on perceived and actual gains, benefits and barriers associated with the implementation of an Australian health assessment for people with intellectual disability. *J. Intellect. Disabil. Res.* 57:913–22. doi: 10.1111/j.1365-2788.2012.01586.x
5. Weise, J., and Trollor, J. N. 2018. Preparedness and training needs of an Australian public mental health workforce in intellectual disability mental health. *J. Intellect. Dev. Disabil.* 43:431–40. doi: 10.3109/13668250.2017.1310825

نُشر على الإنترنت بتاريخ: 20 نوفمبر 2023

المحرر: Eilidh Cage

مرشدو العلوم: Maria Fernanda Forni

الاقتباس: Reppermund S, Weise J, Cvejic R و Trollor J (2023) كيف يمكننا تقديم رعاية صحية أفضل لأصحاب الإعاقة الذهنية؟ *Front. Young Minds.* doi: 10.3389/frym.2019.00124-ar

مُترجم ومقتبس من: Reppermund S, Weise J, Cvejic R and Trollor J (2019) How Can We Provide Better Healthcare for People With An Intellectual Disability? *Front. Young Minds* 7:124. doi: 10.3389/frym.2019.00124

إقرار تضارب المصالح: يعلن المؤلفون أن البحث قد أُجري في غياب أي علاقات تجارية أو مالية يمكن تفسيرها على أنها تضارب محتمل في المصالح.



حقوق الطبع والنشر © 2019 © 2023 و Reppermund, Weise, Cvejic و Trollor. هذا مقال مفتوح الوصول يتم توزيعه بموجب شروط ترخيص المشاركة الإبداعية [Creative Commons Attribution License \(CC BY\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/). يُسمح باستخدام أو التوزيع أو الاستنساخ في منتديات أخرى، شريطة أن يكون المؤلف (المؤلفون) الأصلي أو مالك (مالكو) حقوق النشر مقيّدًا وأن يتم الرجوع إلى المنشور الأصلي في هذه المجلة وفقًا للممارسات الأكاديمية المقبولة. لا يُسمح بأي استخدام أو توزيع أو إعادة إنتاج لا يتوافق مع هذه الشروط.

## المراجعون الصغار

### HELENA, العمر: 15

اسمي هيلينا، وشغفي الروك أند رول. تهمني كل فروع العلوم، وفي وقت فراغي، أؤلف الأغاني وأستمع بعزف آلة اليوكليبي. أحب كذلك الفنون وأقضي أغلب وقتي في رسم اللوحات الملونة وبالأبيض والأسود.



## المؤلفون

### SIMONE REPPERMUND

أنا من كبار المحاضرات والباحثات في جامعة نيو ساوث ويلز في سيدني بأستراليا. أدرس مدى ارتباط المشاكل الصحية العقلية مثل الاكتئاب بالاضطرابات المعرفية مثل الخرف أو الإعاقة الذهنية. من خلال أبحاثي، أهدف لتحسين نتائج الرعاية الصحية بالنسبة لأصحاب الاضطرابات المعرفية والعقلية. أستمع بالتعاون مع الزملاء محليًا ودوليًا لسدّ الفجوة في المعرفة وللتوصل إلى معلومات جديدة قد تؤدي إلى تحسن في حياة البشر. في غير أوقات البحث، أحب السفر وحضور الحفلات وقضاء الوقت مع الأصدقاء والعائلة. \*[s.reppermund@unsw.edu.au](mailto:s.reppermund@unsw.edu.au)



### JANELLE WEISE

أنا باحثة في قسم الطب النفسي العصبي للإعاقة التنموية بجامعة نيو ساوث ويلز في سيدني، كما أنني أخصائية علاج وظيفي عملت بالفعل مع مرضى من أصحاب الإعاقة. أتعاون حاليًا مع فريق من المتخصصين لمعرفة ما يتعين علينا القيام به حتى يحصل أصحاب الإعاقة الذهنية على رعاية صحية جيدة. أحب مهنتي كباحثة لأنني أطرح الكثير من الأسئلة وأكتسب معلومات جديدة يمكن أن تساعد في تحسين مدى توفر خدمات الرعاية الصحية لأصحاب الإعاقة الذهنية.



### RACHAEL CVEJIC

أنا محاضرة وباحثة في جامعة نيو ساوث ويلز في سيدني بأستراليا. أركز في أبحاثي على اكتشاف طرق لتحسين صحة أصحاب الإعاقة الذهنية والأشخاص الذين يعانون من الخرف ومشكلات الصحة العقلية. وأنا أيضًا عالمة نفس وقد ساعدت أطفالاً وبالغين كانوا يعانون من مشاكل مختلفة، مثل الاكتئاب والقلق والألم طويل الأمد بعد الإصابة. في غير أوقات العمل، أحب الاعتناء بحديقتي وزيارة الأصدقاء والعائلة وقضاء الوقت مع قططي الثلاث.





### JULIAN TROLLOR

أنا طبيب نفس وأعصاب، ومهمة هذا التخصص مساعدة الأشخاص المصابين باضطرابات في الدماغ تؤثر على مهارات التفكير لديهم أو انفعالاتهم أو سلوكياتهم. أستقبل المرضى في العيادة وأجري الأبحاث كأستاذ جامعي. أحاول في عملي التعرف أكثر على صحة المصابين بإعاقات ذهنية وتنموية، والخطوات اللازمة لتحسين خدمات الرعاية الصحية ونتائجها. وأحب وظيفتي لأنها تحدث فرقاً في حياة الناس وتساعد في دعم حقوق أصحاب الإعاقات. في غير أوقات العمل، أحب الذهاب في مغامرات في الهواء الطلق، مثل ركوب الدراجات في الجبال والمشي لمسافات طويلة والتزلج الريفي مع زوجتي وأطفالي.

جامعة الملك عبد الله  
للعلوم والتقنية  
King Abdullah University of  
Science and Technology



النسخة العربية مقدمة من  
Arabic version provided by