

اختلالات اضطرابی آن دسته از اختلالات روانی را شامل می‌شوند که مساله اضطراب نقطه مرکزی را در بین علائم اختلال بازی می‌کند. به عبارتی علائم اضطراب در این اختلالات برجستگی و اهمیت اساسی دارد. علائمی چون تپش قلب، تغییر رنگ پوست، احساس نگرانی، ترس، دلهره و ... و این اختلالات مشترک است.

انواع اختلالات اضطرابی

اختلالات اضطراب انواع مختلفی از اختلالات را شامل می‌شوند:

وسواس

اختلال وسواس از جمله اختلالات رایج اضطرابی است. که به دو صورت فکری و عملی دیده می‌شود. در وسواس عملی تمایل و اجبار به انجام برخی رفتارها در فرد وجود دارد. بطوری که ممکن است فرد اجبار در شستن مکرر دستها، واریسی اشیاء مثل بسته بودن در، شیر اجاق گاز، یا انجام برخی رفتارهای دیگر داشته باشد. یک فرد وسواسی مجبور بود در پیاده رویی که راه می‌رفت موزائیک‌هایی که از روی آنها رد می‌شد، بشمارد. همچنین بیمار دیگری مجبور بود قبل از ترک منزل 20 بار دسته اجاق گاز را فشار دهد تا از بسته بودن آنها اطمینان حاصل کند.

برخی از افراد مبتلا به وسواس فکری هستند. به عبارتی این افراد دارای فکرها و تصاویر ذهنی هستند که مرتب در ذهن آنها تکرار می‌شود و آنها قادر به کنترل این افکار نیستند. بیماری که مبتلا به وسواس بود. دائما با این تصویر ذهنی که عابر پیاده‌ای را با چاقو زخمی کرده است مشغله فکری داشت. این افکار و تصاویر معمولا آزار دهنده هستند و فرد از کنترل آنها احساس عجز می‌کند. این اختلال با روشهای روان درمانی و دارو درمانی قابل درمان است.

حمله هراس

در این اختلال فرد به یکباره علائم اضطراب مثل تپش شدید قلب، تنفس نامنظم، مبالغه احساس خفگی، لرزش، عرق و نگرانی شدید در یک لحظه آنی تجربه می‌کند. این علائم به یکباره شروع می‌شوند و فرد به قدری دچار ترس و دلهره می‌شود که احساس می‌کند در حال مردن است. این حالت در یک لحظه شروع می‌شود و مدت زمان محدودی ادامه می‌یابد و بعد دوباره فرد به حالت عادی خود برمی‌گردد.

فوبی یا ترسهای خاص

در این دسته از اختلالات فرد از یک چیز یا موقعیت خاص ترس دارد. و تنها در مواجهه با آن چیز یا موقعیت دچار ترس می‌شود.

مثل کسی که از حیوان مثل عنکبوت یا گربه و ... می‌ترسد و علائم شدید اضطرابی را در مواجهه با آنها از خود نشان می‌دهد. برخی از این افراد حتی از دیدن تصاویر مربوط به چیزی که می‌ترسند، دچار اضطراب می‌شوند. برخی دیگر از افراد از مکانهای خاص دچار اضطراب می‌شوند مثلا وقتی در خیابان قرار می‌گیرند، یا در آسانسور یا در مکانهای مرتفع. یک بیمار از اینکه از پله‌ها بالا یا پایین برود دچار علائم شدید اضطرابی می‌شد و به هیچ وجه حاضر نبود به مکانهایی وارد شود که مستلزم بالا رفتن یا پایین رفتن از پله‌ها بود.

برخی افراد از حضور در جمع دچار ترس و اضطراب می‌شوند. این افراد از این که در مقابل جمع قرار گیرند، صحبت کنند و یا هر دیگری دچار ترس و دلهره می‌شوند. این مشکل معمولا رایج است و در میان اقشاری شناخته می‌شود که به نحوی نیاز به قرار گرفتن در جمع پیدا می‌کنند مثل دانش آموزان و دانشجویان برای ارائه کنفرانس. یک بیمار مبتلا به این نوع ترس حاضر نبود در کلاس درس حاضر شود. باز کردن در و وارد شدن داخل کلاس برای او شدیداً اضطراب‌آور بود، بطوری که در شرف ترک تحصیل بود.



اختلالات اضطرابی

منبع: روان پرستاری 2-سعید
واقعی

لال اضطراب فراگیر

نوع از اختلالات با علائم
راب که در طول روز وجود دارند
می‌شوند. یعنی تجربه علائم
راب مجدد به زمان و یا شرایط
ن نیست و معمولاً فرد از تجربه
م اضطراب در زمانهای مختلف
می‌برد.

شناسی اختلالات اضطرابی

للات اضطرابی دلایل مختلف فردی
سمانی، روانی، خانوادگی و
می‌توانند داشته باشند.
براین یک علت مشخص واحدی برای
م افراد شناخته می‌شود. علت
ز این اضطرابها معمولاً در
ان مشاوره و روان درمانی
خته می‌شوند و مورد بررسی قرار
یرند. برخی اوقات علائم
رابی در نتیجه مشکلات و
اریهای جسمانی مثل گواتر، کم
ی و یا مصرف داروهای خاص
ود می‌آید که معمولاً در جریان
ان مورد توجه قرار می‌گیرد.

ان اختلالات اضطرابی

ولا در درمان اختلالات اضطرابی
دارو درمانی و انواع روان
انی استفاده می‌شود. با توجه
این که در هر یک از اختلالات
ید بیشتری روی دارو درمانی،
ن درمانی یا هر دو می‌شود.