

باور غلط بیماران را خانه نشین نکنید

لکه‌های کوچک و بزرگ صورتی رنگی که روی دست و صورتش نشسته، باعث می‌شود مردم از او فاصله بگیرند و طور غریبی نگاهش کنند.



لکه‌های کوچک و بزرگ صورتی رنگی که روی دست و صورتش نشسته، باعث می‌شود مردم از او فاصله بگیرند و طور غریبی نگاهش کنند.

توی تاکسی و اتوبوس و مترو هم کسی کنارش نمی‌نشیند، اما از همه بدتر وقتی است که دستش را به طرف همکاران یا حتی دوستان و آشنایانش دراز می‌کند و آنها به بهانه های مختلف از دست دادن طفره می‌روند. پای درد دلش هم که بنشینید، ده ها مثال دیگر از برخوردهای بد و غلط دیگران برایتان می‌آورد. حرف هایی که توی دل و روحش رسوب کرده و سخت شده است. می‌گوید ده سال است با این بیماری روزگار می‌گذرانم؛ پزشکان هم می‌گویند بیماری اش مسری نیست، اما مردم با دیدن لکه ها و پوسته های روی سر و صورتش، بدون این که اطلاع کافی درباره این بیماری داشته باشند، بی درنگ از او دور می‌شوند و ترجیح می‌دهند کاری به کارش نداشته باشند.

البته بعضی بیماری ها هم هیچ نشانه ای ندارد. یعنی کسی متوجه نمی‌شود تا زمانی که خود فرد درباره مشکلش حرف بزند و به دلیلی بخواهد آن را با دیگران در میان بگذارد. در این مواقع هم خیلی ها خودشان را کنار می‌کشند و فکر می‌کنند بیماری طرف مقابل شان واگیردار است. گاهی هم اصلاً بحث مسری بودن بیماری مطرح نیست و دیگران می‌ترسند آشنا شدن، حرف زدن و نشست و برخاست با یک بیمار، فارغ از نوع بیماری اش، به ضررشان تمام شود. آنهایی که به رغم توانایی های فرد، فقط و فقط به بهانه بیمار بودن از ازدواج با او منصرف می‌شوند، کسانی که حاضر به همکاری با این گروه از افراد نیستند و آنها که نمی‌گذارند روابط دوستانه ادامه پیدا کند، همه و همه در این طبقه جای می‌گیرند؛ در طبقه آنها که بیماری ها را نمی‌شناسند و بی دلیل از همه بیمارها گریزانند.

باورهای غلطی که در دسرساز می‌شود

سینا چهل و دو ساله است و در یک شرکت خصوصی کار می‌کند. از کار و زندگی اش هم راضی است، اما می‌گوید از وقتی به بیماری پسوریازیس (یک نوع بیماری پوستی) مبتلا شده، بسیاری از اطرافیانش از او دوری کرده اند و حالا احساس تنهایی می‌کند. البته دختر کوچکش هم اوایل از دیدن چهره او می‌ترسید ولی مادرش کم کم درباره این بیماری با او صحبت کرده و مشکلش حداقل در محیط خانه برطرف شده است. با این حال، هنوز هم سینا نمی‌تواند براحته گذشته در جمع حاضر شود، با اطرافیانش ارتباط برقرار کند یا دوستان جدیدی داشته باشد. در حالی که پزشکان می‌گویند این بیماری مسری نیست.

خانم سالاری هم مشکل مشابهی دارد؛ بیمار است و دیگران وقتی متوجه بیماری اش می‌شوند، از او دوری می‌کنند. او سال هاست با افسردگی و وسواس دست و پنجه نرم می‌کند و در حال درمان است ولی هر وقت در این باره صحبت می‌کند، با واکنش های عجیب و غریب برخی مردم روبه رو می‌شود.

راستی چرا بعضی ها در برابر بیماری ها چنین واکنشی نشان می‌دهند؟ چه عاملی باعث می‌شود، گروهی از بیماران را براحته طرد کنیم و آنها را فقط به دلیل این که بیمار هستند، از تعاملات اجتماعی محروم سازیم؟

دکتر حسین ابراهیمی مقدم در گفت و گو با جام جم به این پرسش ها چنین پاسخ می‌دهد: باورهای عمومی که در مورد بیماری ها و اختلالات روحی و جسمی مختلف در جامعه وجود دارد، معمولاً برگرفته از تجربه های قبلی و حتی مسائل فرهنگی است. بنابراین نمی‌توان گفت این شناخت غلط فقط در این دوره یا فقط در جامعه ما وجود دارد. آن طور که این روان شناس می‌گوید، از گذشته های دور و زمانی که حکیمان در جامعه حضور داشتند، بیماری هایی وجود داشته که برای بشر ناشناخته بوده، بیماری هایی که به کمک علم و تجربه آن دوره، درمان شان امکان نداشته است. به همین دلیل مردم از این مشکلات به عنوان اختلال های ترسناک و ناشناخته یاد می‌کردند و حتی از شنیدن نام آنها دچار ترس و دلهره می‌شدند. بیماری هایی مانند وبا و طاعون که در گذشته قربانی های زیادی گرفته بود، چنین احساسی را در جامعه ایجاد می‌کرد و هنوز هم با این که تقریباً مهار شده، نوعی ترس پنهان در اذهان عمومی و بخصوص میان افراد مسن جامعه به وجود می‌آورد.

بروز بیماری با شکل و شمایل جدید

این روزها دیگر بروز بیماری هایی مانند سل، وبا، حصبه و طاعون خیلی به چشم نمی‌آید و به جای آنها شاهد بیماری هایی هستیم که بیشتر جنبه روانی دارد و به طور مستقیم با سبک زندگی انسان ارتباط پیدا می‌کند. به عنوان نمونه مرگ و میر بر اثر تصادفات، سکنه های مغزی، استفاده از مواد مخدر و... اغلب به صورت تدریجی اتفاق می‌افتد و به گفته این روان شناس حتی ممکن است در مواردی در مراحل اولیه، احساس خیلی بدی هم برای شخص ایجاد نکند. بر همین اساس، طبیعی است اگر از همان ابتدا احساس ترس و نگرانی و نگرش منفی ای نسبت به این مشکلات وجود نداشته باشد. ولی یادمان باشد در مقابل این نوع امراض، بیماری هایی مانند سرطان یا ام اس هم وجود دارد که بیمار در همان ابتدای کار می‌داند مشکلش درمان قطعی ندارد و همچنین ممکن است بیماری با درد و ناراحتی شروع شده و ادامه پیدا کند. به همین دلیل هم طبیعی است که ترس و دلهره را تجربه کند و حس بدی نسبت به بیماری به دست آورد. با این حال، نباید فراموش کنیم بسیاری از این اختلالات

هم اکنون تا حد زیادی قابل درمان، کنترل یا پیشگیری هستند و به همین دلیل باید گفت زمانش رسیده که بتدریج ترس ها و نگرانی های بی مورد را که نسبت به بسیاری از بیماری ها وجود دارد، کنار بگذاریم و طور دیگری با آنها برخورد کنیم.

افکار صحیح را جایگزین افکار غلط کنید

«ما که این بیماری را نمی شناسیم، چطور باید نگرش مان را تغییر دهیم؟» بسیاری از کسانی که نگاه بدی نسبت به بیماری های مختلف دارند، اصلا بیماری را بدرستی نمی شناسند و فقط آن طور که درباره اش شنیده اند، حرف می زنند. خیلی ها هم افکار غلطی را که نسبت به بیماری های مختلف دارند، با دیگران در میان می گذارند و به این شیوه طرز فکر اشتباه شان را ترویج می دهند. به همین دلیل اگر در جمعی حضور داشته باشید که مردم عادی جامعه درباره یکی از بیماری های جدید و ناشناخته صحبت می کنند، نظرات جالبی خواهید شنید. یکی می گوید این نوع بیماری ها فقط برای آدم های بد است و دیگری باور دارد کسی که خوب زندگی نکرده، به این بیماری ها مبتلا می شود. بدون شک، راه یافتن چنین باورهای اشتباهی به جامعه، نه تنها کمکی به فرد بیمار و خانواده اش نمی کند که حتی فاصله میان آنها و دیگر افراد جامعه را نیز بیشتر خواهد کرد. دکتر ابراهیمی مقدم در این باره می گوید: همه افراد جامعه موظف هستند به شیوه های صحیح و دور از جار و جنجال، افکار غلطی را که در جامعه وجود دارد، بتدریج تغییر دهند و تفکر صحیح را جایگزین آن کنند. علاوه بر عموم افراد جامعه، رسانه ها هم نقش موثری در این زمینه دارند. این روان شناس با اشاره به این موضوع، یادآور می شود: برای تغییر نگرش جامعه و اصلاح طرز فکر مردم، حتما باید روی این موضوعات کار و درباره آنها بحث شود. حتی درباره مواردی که جنبه تابو پیدا کرده و در هیچ رسانه ای به آنها پرداخته نمی شود نیز باید برعکس عمل کرد. به این معنی که اطلاعات بیشتری باید در اختیار مردم قرار بگیرد و درباره جنبه های پنهان و نهان و روش های پیشگیری از بروز بیماری ها صحبت شود.

نگرش غلط، بیماران را خانه نشین می کند

آقای امیری تصمیم گرفته کارش را کنار بگذارد و مدتی است خودش را در خانه زندانی کرده. او می گوید مردم وقتی موهای ریخته شده اش را می بینند، طوری خودشان را کنار می کشند که انگار او به بیماری کشنده ای مبتلاست. برای همین هم ترجیح می دهد خودش را درگیر کار و حضور در اجتماع نکند.

خانم رحمتی هم زندگی مجردی را انتخاب کرده تا دیگران بیماری اش را به عنوان نقطه ضعف او به حساب نیاورند. او می گوید بسیاری از مردهایی که برای ازدواج او را انتخاب می کنند، فقط تا وقتی می مانند که متوجه بیماری اش می شوند. پس از آن بدون این که این موضوع را با وی در میان بگذارند و حقیقت را از زبانش بشنوند، ترکش می کنند. متأسفانه بسیاری از افراد، در مواجهه با بیماران چنین برخوردی از خودشان نشان می دهند و نمی دانند یک نگاه ساده یا جمله کوتاهی که به زبان می آورند، چقدر می تواند در حال و روز بیمار تأثیرگذار باشد. برای همین هم خیلی از کسانی که به بیماری خاصی مبتلا می شوند، ترجیح می دهند کار و مراودات اجتماعی را برای همیشه تعطیل کنند یا آن را به حداقل برسانند.

در نتیجه طبیعی است این بیماران فرصت های شغلی، اجتماعی، تحصیلی، خانوادگی و اقتصادی را براحتی از دست بدهند و به دلیل ابتلا به بیماری برای همیشه در یک سطح باقی بمانند. این سکه روی دیگری هم دارد و آن تحمیل هزینه های فرد بیمار به خانواده اوست. مسیری که وضع اقتصادی خانواده را به چالش می کشد. این در حالی است که شرایط بیمارانی این چنین در کشورهای پیشرفته در حال تغییر است و ابتلا به بیماری نمی تواند مانع دسترسی به شرایط اقتصادی و اجتماعی مشابه دیگران شود. تغییر نگرشی که شدنی است اما عزمی جدی می طلبد و با همکاری انجمن های علمی، انجمن های بیماران و رسانه ها می توان به این هدف رسید.

نیلوفر اسعدی بیگی / جام جم