الاضطرابات الجنسية

د. عبد السلام آلبوحيَّة / مقيم أقدم في طب الأمراض النفسية

الاضطراب الجنسي حالة منتشرة في أوساط مجتمعاتنا، يمتلك الطب الحديث حلاً لها عادةً، ولكن وللأسف كثيراً ما يُسكّت عن هذه المشاكل بالرغم من المعاناة الكبيرة التي تسببها، حتى أنَّ كثيراً من التصورات الشائعة عن الجنس في مجتمعاتنا هي تصوراتٌ سببها الاضطرابات وليس الممارسة الجنسية المتكاملة والسعيدة.

دورة الاستجابة الجنسية

 تمر العملية الجنسية بأربعة مراحل أساس: (1) الرغبة Libido ثُمَّ (2) الإثارة الجنسية وهي مثلاً الانتصاب في الرجال والترطيب في النساء ثُمَّ (3) هزَّة الجماع Orgasm وهي قمة المتعة حيث تحصل الانقباضات في الأعضاء التناسلية والعضلات المرتبطة بها ثُمَّ (4) الاسترخاء والارتياح؛ **الاضطراب الجنسي هو المشكلة في أي مرحلة من هذه المراحل، مُضافاً للألم في جميع مراحله، فهنالك إذن خمسة أنواع من الاضطرابات الجنسية.**

ما هي أعراض الاضطرابات الجنسية؟

وتتضمن عدم الاهتمام أو الرغبة بالجنس، أو صعوبة الإثارة الجنسية بعد حصول الرغبة، أو الألم أثناء العملية الجنسية، ومضافاً لذلك قد تتضمن في الرجال خصوصاً العنانة Erectile Dysfunction (أو رخوّ/ضعف الإنتصاب) والقذف المبكر Premature Ejaculation، وفي النساء خصوصاً عدم القدرة على الوصول إلى النشوة/هزة الجماع، أو عدم حصول الترطيب قبل واثناء الإدخال، وكذلك تصلُّب العضلات المهبلية مما يمنع حصول الجِماع.

أسباب الاضطرابات الجنسية

هنالك أسباب باطنيّة كثيرة قد تسبب الاضطراب الجنسي (وأشهرها السُكري وارتفاع الضغط المزمن، وكذلك التأثيرات الجانبية لبعض الأدوية)؛ ولكن ما نريد التركيز عليه هو المشاكل النفسية والإدراكية، ومنها:

* الاكتئاب
* القلق ومتلازمات الخوف
* تأثيرات بيئة العمل المضطربة على البيت
* المعتقدات الخاطئة عن النفس وعن العملية الجنسية
* الإدمان
* الصدمات الجنسية السابقة
* الأوهام حول الجمال والشكل

هل هنالك علاج؟

المهم هُنا ان أغلب الحالات النفسية المُسببة للاضطراب الجنسي يمكن التعامل معها؛ ولدينا لها مجموعة من الطرق: (1) التعليم والتوعية عن التصورات المخطئة عن العملية الجنسية، و(2) العلاج النفسي بالكلام لمناقشة الصدمات الجنسية والقلق والاكتئاب، و(3) العلاج السلوكي لتوضيح بعض التقنيات المفيدة جنسياً، و(4) علاج الأزواج أو العلاج الجنسي الذي يتضمن مناقشة العلاقة العاطفية والجنسية مع متخصص بالطب النفسي.