

# انتشار حالات اضطرابات الصحة النفسية في لبنان: ربع السكان معرضون للخطر

٢٥٪ من سكان لبنان سيعانون من اضطراب نفسي خلال حياتهم

معدل انتشار حالات اضطرابات الصحة النفسية في لبنان. لقد ترك التأثير المستمر للحرب الأهلية اللبنانية (١٩٧٥-١٩٩٠) إرثاً من الصدمات والندوب النفسية. وقد أدى عدم الاستقرار السياسي السائد والتحديات الاقتصادية. وعبء استضافة عدد كبير من اللاجئين إلى تفاقم هذه الضغوطات. بالإضافة إلى ذلك، أدت جائحة كوفيد-١٩ إلى ازدياد المخاوف على الصحة العقلية الحالية، مما انعكس إرتفاعاً في مستويات القلق وعدم اليقين. لكن بشكل عام، يبدو أن التحدي الاقتصادي كان له الدور الأكبر بين تلك التحديات.

**٣. الوصمة ونقص الوعي معوقات العلاج:** رغم الاعتراف المتزايد بالصحة العقلية كقضية صحية عامة حرجة، لا تزال الآثار ونقص الوعي عائقاً كبيراً أمام طلب العلاج وتلقيه في لبنان. غالباً ما تساهم مواقف المجتمع تجاه قضايا الصحة العقلية في إخفاء الأفراد لصراعاتهم بسبب الخوف من الحكم أو التمييز. علاوة على ذلك، فإن الوعي والفهم المحدودين للصحة العقلية يساهمان في تأخير أو عدم كفاية طلب العلاج. تظهر أرقام IDRAAC أن حوالي ٩٠٪ من أولئك الذين يحتاجون إلى الرعاية لا يحصلون عليها.

**٤. التأثير على السكان الضعفاء:** تواجه الفئات السكانية الضعيفة في لبنان، بما في ذلك اللاجئين والنازحين والمجتمعات المهمشة، مخاطر متزايدة على الصحة العقلية. ويؤدي النزوح وفقدان سبل العيش والتعرض للصدمات إلى تفاقم التحديات التي يواجهها هؤلاء السكان. في إحدى الدراسات، أظهرت IDRAAC أن ٨٠٪ من اللاجئين المسنين الذين يعيشون في بيروت يعانون من الاكتئاب. إن معالجة الفوارق في الصحة العقلية بين الفئات الضعيفة أمر ضروري لبناء نظام دعم أكثر شمولاً وإنصافاً للصحة العقلية.

**٥. المبادرات والتدخلات:** رغم التحديات، شهد لبنان مبادرات وتدخلات تهدف إلى تلبية احتياجات الصحة النفسية. تعمل المنظمات غير الحكومية والإخصائيون في الصحة العقلية على زيادة الوعي والحد من الوصمة. وتوفير خدمات الصحة العقلية التي يمكن الوصول إليها. أصبحت خدمات الرعاية الصحية عن بعد أكثر انتشاراً، حيث يقدم الدعم عن بعد في الأوقات التي قد تكون فيها التفاعلات الشخصية محدودة.



الدكتور جورج كرم  
المدير التنفيذي لمؤسسة IDRAAC  
رئيس قسم الطب النفسي  
وعلم النفس السريري  
في مستشفى القديس جاورجيوس  
الجامعي  
وجامعة القديس جاورجيوس في بيروت

## مقدمة

الصحة النفسية، هي جزء لا يتجزأ من الرفاهية العامة. هي قضية تهتمّ العالم بجمعها. في لبنان، البلد الذي له تاريخ غني مع واقع اجتماعي وسياسي معقد، أصبح انتشار حالات اضطرابات الصحة النفسية تحدياً كبيراً للصحة العامة. يهدف هذا التقرير إلى تسليط الضوء على الوضع الحالي للصحة النفسية في لبنان، وإستكشاف العوامل التي تساهم في انتشار حالات اضطرابات الصحة النفسية والمبادرات القائمة لمعالجة هذا القلق المتزايد.

**١. نظرة وبائية:** بحسب معهد التنمية والأبحاث والدعوة والرعاية التطبيقية (إدراك)، فإن ٢٥٪ من سكان لبنان سيعانون من اضطراب نفسي خلال حياتهم. ويستند هذا الرقم إلى الدراسة الوطنية الوحيدة التي أجريت في لبنان لرصد مدى انتشار حالات اضطرابات الصحة العقلية بين السكان اللبنانيين. يبقى القلق الأكثر شيوعاً بين أنواع اضطرابات الصحة العقلية حيث يعاني منه ١٨٪ من السكان يليه الاكتئاب ويعاني منه ١٣٪ من السكان.

في المراحل الأخيرة، واجه لبنان العديد من التحديات، بما في ذلك الحرب الأهلية، وعدم الاستقرار السياسي، والأزمات الاقتصادية، وأخيراً، تأثير جائحة كوفيد-١٩ العالمية. وقد ارتدت هذه الضغوطات على الصحة العقلية للسكان. وتظهر النتائج الأولية للدراسات الجديدة التي أجرتها IDRAAC التأثير المباشر لهذه الضغوطات على الصحة العقلية حيث تكون المعدلات أعلى بكثير مقارنة بالدراسات السابقة.

**٢. العوامل المساهمة:** تساهم عدة عوامل مترابطة في ارتفاع



يساعد في تعزيز الشبكات القائمة والحد من الوصمة. **٨. التعاون الدولي:** نظراً لطبيعة تحديات الصحة العقلية في لبنان المتعددة، فإن التعاون الدولي ضروري. يمكن أن تتضمن جهود التعاون والتبادل أفضل الممارسات والموارد والخبرات لتعزيز خدمات الصحة العقلية. كما بإستطاعة المنظمات الدولية والمنظمات غير الحكومية والمساعدات الأجنبية تقديم دعم قيم في بناء بنية تحتية متينة للصحة العقلية.

## الخلاصة

إن انتشار اضطرابات الصحة النفسية في لبنان هو قضية معقدة تتأثر بعوامل تاريخية واجتماعية وسياسية واقتصادية. ورغم أن التحديات كبيرة، فهناك اعتراف متزايد بالحاجة إلى إعطاء الأولوية للصحة العقلية وتنفيذ استراتيجيات شاملة للوقاية والتدخل والدعم. تعتبر معالجة الوصمة وتعزيز الوعي وتعزيز التعاون الدولي خطوات حاسمة نحو بناء نظام صحة نفسية مرنة في لبنان. ومن خلال الاستثمار في الصحة العقلية، يساعد لبنان سكانه عبر تمكينهم من التغلب على التحديات التي يواجهونها والمساهمة في تحقيق الرفاهية العامة في البلاد.

تظهر أرقام IDRAAC أن حوالي ٩٠٪ من أولئك الذين يحتاجون إلى الرعاية لا يحصلون عليها.

**٦. الحاجة إلى سياسات وتشريعات تتعلق بالصحة النفسية:** إحدى الثغرات الأساسية في معالجة حالات الصحة النفسية في لبنان هي غياب سياسات وتشريعات شاملة للصحة النفسية. قامت IDRAAC بتطوير قانون وطني للصحة العقلية، ولكن هذا القانون ينتظر إقراره في مجلس النواب اللبناني. كما يعمل البرنامج الوطني للصحة النفسية في وزارة الصحة على استراتيجيات يمكن أن توفر إطاراً لدمج الصحة العقلية في نظام واسع للرعاية الصحية. ومن المفترض أن تركز هذه السياسات على إزالة الوصمة، والوقاية، والتدخل المبكر وتحسين الوصول إلى خدمات الصحة العقلية.

**٧. دور التثقيف والتوعية:** تلعب حملات التثقيف والتوعية دوراً محورياً في إزالة الوصمة عن قضايا الصحة النفسية وتعزيز التدخل المبكر. إن دمج تعليم الصحة العقلية في المناهج المدرسية وتنفيذ برامج التوعية المجتمعية يمكن أن يساهما في بناء مجتمع أكثر تفهماً ودعمًا. إن إشراك رجال الدين والطوائف في هذه المبادرات يمكن أن