

اضطراب بيكا والوحم عند المرأة الحامل

Pica Disorder and craving in the pregnant woman

الدكتورة: فايزة بلخير¹

BELKHEIR Faiza¹

1 جامعة احمد زيانة غليزان (الجزائر) ، faiza.belkheir@univ-relizane.dz

تاريخ النشر: 2022/07/14

تاريخ القبول: 2022/04/29

تاريخ الاستلام: 2022/02/11

الملخص :

يهدف هذا المقال إلى تسليط الضوء على أحد المشكلات النفسية المرتبطة بالسلوك الغذائي التي تواجهها المرأة الحامل أثناء حملها اضطراب بيكا Pica بإبراز ماهيته وأنواعه ومحكات تشخيصه وأسبابه التي ترجع ما بين سوء التغذية ونقص بعض المواد المعدنية كالزنك والحديد. وأيضا ظاهرة الوحم وأسبابه المختلفة ما بين ارتفاع بعض المواد الكيميائية في الدم خاصة هرمونات الحمل، وأسباب عصبية ونفسية، وتوضيح الفرق ما بين اضطراب بيكا والوحم. ويبقى تقديم الدعم النفسي للمرأة الحامل من طرف المحيطين بها له دور مهم لتجاوز هذه المرحلة ووضعها مولودها بصحة جيدة.

الكلمات المفتاحية: حمل، اضطراب بيكا، وحم ، غثيان ، امرأة حامل.

Abstract:

This article aims to highlight one of the psychological problems associated with the food behavior faced by pregnant women while carrying PICA disruption, species and diagnosis and causes of malnutrition and lack of some mineral materials such as zinc and iron. Also, the phenomenon craving and its various causes between the height of some chemicals in the blood, especially pregnancy hormones, neurological and psychological causes, and clarify the difference between Pica and the craving.

Psychosocial support for women holds from the surroundings has an important role to overcome this stage and put them with good health.

Keywords: Pregnancy, Pica disorder, craving, Nausea, pregnant woman.

المؤلف المرسل: د. فايزة بلخير ، الإيميل: faizapsychologie@yahoo.fr

. مقدمة:

يعد الحمل إحدى الخبرات التي تمر بها المرأة الحامل فتحدث جملة من التغيرات الجسمية والنفسية التي تؤثر على الحامل والجنين ومن حولهما، حيث يمثل الحمل بالنسبة للمرأة حياة جديدة تستعد فيها لتستقبل جنينها لمدة تسعة أشهر، فتواجه فيها متاعب كثيرة، ومخاوف عديدة من المسؤولية والأدوار الجديدة التي ستقع على عاتقها، فقد تعاني فيها المرأة من عدة اضطرابات نفسية كغثاب المزاج والقلق والاكتئاب تختلف في حدتها من امرأة لأخرى، بما يعتمد على طبيعة المرأة وشخصيتها وهرموناتا والبيئة المؤثرة من حولها، من حيث وجود الدعم العاطفي والضغط النفسي الذي يساعد في تجاوز هذه المرحلة.

فغالبا ما يظهر على المرأة في بدء الحمل بعض التغير الانفعالي السريع، وأحيانا ما تصاب المرأة العصابية ببعض القلق والاكتئاب والمبالغة في الوم. وفي بعض الحالات يظهر الإحساس بتحسن الحال في النصف الثاني من الحمل، وإذا كان الحمل غير مرغوب فيه أو سفاحا، أو صاحب وفاة الزوج أو الطلاق أو كره الزوجة للزوج (احمد عكاشة، 2007، صفحة 655)

كما أن اضطراب في الهرمونات يجعلها تشعر بالتوتر وعدم الراحة. ويساهم في ظهور بعض المشكلات كاضطراب بيك **Pica**، و هي الحالة التي تشتهي فيها المرأة مواد غير معتادة كالطين والتراب والفحم وغيرها، وظاهرة الوم كاشتهاء المرأة الحامل المفرط لبعض أنواع الطعام أو الروائح المختلفة وبغضها لأخرى منها، وتتشابه في أعراضها مع ظاهرة بيكا، كما تكثر حالات القيء والغثيان أثناء الحمل فتؤثر على الحامل، وهي غالبا لا تحتاج لعلاج وانما تختفي بانتهاء هذه المرحلة خاصة بعد الأشهر الأولى الثلاثة، مما يجعلنا نطرح بعض التساؤلات.

1-تساؤلات الدراسة:

-ما المقصود باضطراب بيكا **Pica**؟

-ماهي معايير تشخيص اضطراب بيكا **Pica** ؟

-ما الفرق بين اضطراب بيكا والوم عند المرأة الحامل؟

-ماهي أسباب اضطراب بيكا عند المرأة الحامل؟

2- أهمية واهداف الدراسة: تكمن أهمية واهداف الدراسة فيما يلي:

-تسليط الضوء على فئة مهمة وهي المرأة الحامل ومعرفة مختلف المشكلات النفسية التي تعترها في هذه المرحلة المعروفة بتغيرات جسمية ونفسية في مرحلة الحمل.

- محاولة التعرف على أهم الاضطرابات النفسية التي تعاني منها المرأة الحامل في السلوك الغذائي كاضطراب بيكا، وظاهرة الوحم، فتعين المحيطين بها على فهم ومراعاة هذه المرحلة والحالة النفسية التي تمر بها بتقديم الدعم النفسي لتجاوز هذه المرحلة بأفضل حال وبصحة جسدية ونفسية جيدة للمرأة الحامل ولجنينها.

-تقديم تصوري نظري حول اضطراب بيكا الذي يعد من الاضطرابات في السلوك الغذائي فيظهر عند المرأة الحامل لاسيما في مرحلة الوحم، فسنحاول من خلال هذه الورقة العلمية التعرف على ماهية هذا الاضطراب ومحكات تشخيصه، والفرق بينه وبين الوحم، وأيضا التعرف على مختلف الأسباب التي تؤدي الى ظهور اضطراب بيكا عند المرأة الحامل.

فمن بين الاضطرابات النفسية التي تعاني منها المرأة الحامل أثناء حملها اضطراب بيكا (Pica)، فهو يعتبر من الاضطرابات النفسية غير الشائعة في السلوك الغذائي الذي يظهر في مرحلة الطفولة ويختفي بمرور الوقت، كما يظهر في بعض حالات التخلف العقلي وطيف التوحد، والنساء الحوامل، مما قد يؤدي هذا الاضطراب إلى نتائج بالغة الخطورة كالتسمم بالرصاص وانسداد الأمعاء لاسيما عند الأطفال. " فيبكا هو اضطراب الأكل لوحظ في الأشخاص الذين يعانون من التخلف الحاد أو العقلي بشكل رئيسي أو في أولئك الذين يعانون من التوحد"

(Ayanouglou et al, 2011, p. 485)

فيشير ميشوري وميهال MISHORI& MCHALE أن تسمية بيكا ترجع إلى طائر العقق الذي يميل إلى أكل أي شيء تقريبا بما في ذلك المواد غير الغذائية، وقد عرف هذا الاضطراب على مر العصور التي يعود تاريخها إلى 1800 قبل الميلاد إلى بلاد تتناول أطعمة غير غذائية لأغراض طبية، وقد عرف الإغريق والرومان بأكل التراب والطين لأغراض طبية، وظهر في الولايات المتحدة كنوع من الاحتفالات الدينية والمعتقدات للتخلص من السحر، ومازالت بعض هذه المعتقدات منتشرة حتى الآن في أمريكا الجنوبية، حيث يقومون ببلع أكياس الطين الأبيض التي يحصلون عليها من السوبر ماركت. فهو بذلك يأتي من ثقافة بعض الشعوب كما في الهند التي يأكل فيها النساء الحوامل بعض الأطعمة الغريبة وغير القابلة للأكل اعتقادا في الآلهة وتلبية لها، وكذلك الحال في دول شرق إفريقيا حيث يأكل فيها النساء الحوامل الطين قبل وأثناء وبعد الحمل اعتقادا في مدى أهميته لصحة الوليد وتجنب إصابته من الأضرار (جاد الرب و غادة كامل سويفي، 2017، صفحة 230). وفي عام 1563 انتشر أكل التراب والطين لدى النساء الحوامل بشكل كبير، وقد ظهر أيضا في الولايات المتحدة هذا السلوك كنوع من أنواع الاحتفالات الدينية والمعتقدات في محاولة منهم للتخلص من السحر ولازالت هذه الثقافات منتشرة حتى الآن، فيوجد في أمريكا الجنوبية من يقومون ببلع أكياس الطين الأبيض الذي يمكنك الحصول عليه من السوبر ماركات.

(صمويل تامر بشري، 2015، صفحة 209)، كما كان أكل التراب والطين معروف لدى الاغريق والرومان وتم تسجيلها في القرن الثالث عشر، ظهر مصطلح الوحم الشاذ في الكتب الطبية لأول مرة في سنة (1563) حيث أشير إلى أكلي الفحم من النساء الحوامل ومن الاطفال ، والمواد التي يعتبر اشتهاؤها وأكلها نوعا من أنواع الوحم الشاذ متعددة بشكل كبير وتختلف من مكان لآخر. (رافد صباح التميمي، و اشواق صبر ناصر، 2017، صفحة 25)

3- مفهوم اضطراب بيكا: تعددت التعاريف حول مرض بيكا أو اضطراب الانحراف الغذائي، فعرفه كارتر (2009) بأنه اضطراب في الأكل يصحبه ابتلاع مواد غير صالحة للأكل، حيث يقوم الأطفال الصغار بأكل الطلاء والشعر والقماش، بينما يأكل الاطفال الأكبر سنا الصخور والرمال والبراز، ويأكل البالغون عادة الطين أو التراب ويسمون أكلة التراب، مما يسبب التسمم وانسداد الأمعاء والالتهابات البكتيرية ونقص الغذاء (جاد الرب و غادة كامل سويقي، 2017، صفحة 229)، بينما يرى دان فورد وهوبر (1982 danford & huber) أن اضطراب بيكا هو قيام الفرد بأكل مواد غير صالحة للأكل مثل الحجارة ، والنقود المعدنية ، والشامبو والملابس وأعقاب السجائر. يحدث لدى الاطفال والكبار وقد يحدث تناول المواد غير الصالحة للأكل مرة واحدة أو أكثر (رافد صباح التميمي، و اشواق صبر ناصر، 2017، صفحة 22)، كما يقصد به الانحراف الغذائي بالتناول الدائم للمواد غير الصالحة للأكل مثل التراب، وطبقات الطلاء، أزرار، البلط، والقماش، الرمل، القاذورات، ورق الشجر، الزجاج (أسامة فاروق مصطفى، 2011، صفحة 212)، بينما عرفت الجمعية الوطنية لاضطرابات الأكل بأنه اضطراب في الأكل يتضمن تناول مواد لا تعد غذاء كما لا تحتوي على مواد مغذية مثل الشعر والأوساخ ورقاقات الطلاء (ريم خميس مهدي، 2021، صفحة 26)

اتفقت التعاريف السابقة على أن اضطراب بيكا هو اضطراب في الأكل يتضمن تناول مواد غير صالحة للأكل قد تظهر عند الأطفال وحتى البالغين فمنها من حدد أنواع بيكا عند الأطفال كأكل الحصى ومواد لاصقة ، وعند الراشدين بأكل الطين والرمال، بينما اختلفت التعاريف كتحديد المدة الزمنية لإصابة هذا الفرد بهذا الاضطراب في مدة لا تقل عن شهر، مع مراعاة ثقافة المجتمع بحيث لا يكون ضمن الممارسات والطقوس التي تقوم بها الناجمة عن سيطرة بعض المعتقدات الخاطئة كأكل المرأة الحامل بعض المواد كالطين والتراب من أجل الحفاظ على صحتها وصحة جنينها ، أو أنه يحميها ويحفظها من مختلف الممارسات السحرية .

وانطلاقاً من التعاريف السابقة يمكن تعريف اضطراب بيكا (الوحم الشاذ) هو انحراف في السلوك الغذائي يظهر عند فئة الأطفال والكبار وعند النساء الحوامل وبعض الأمراض النفسية كالتوحد والفصام والتخلف العقلي بأكل مواد غير صالحة للأكل كالتراب والرمل والقماش.

4-نسبة انتشار بيكا (الوحم الشاذ): يشيع ظهور " بيكا" خلال السنة الثانية والثالثة من العمر ويعتبر ذلك غير ملائم لنمو الطفل ويعد مرضياً كلما كان سن الطفل أكبر من سنتين ، وكلما كان الطفل أقدر على الحركة كلما استطاع الحصول على مواد غريبة أكثر من مواد بلاستيكية وخيوط وشعر وأوراق والتهامها مما يؤدي به للإصابة بأضرار بالغة وخاصة مع قلة الإشراف والعناية به من والديه (جاد الرب و غادة كامل سويفي، 2017، صفحة 223)، فإن الأطفال في عمر سنة ونصف لدى أغلبهم اشتهاؤ لتناول مواد غير مغذية وأن كان هناك ما لا يقل عن 25% من الأطفال يستمرون في هذه العادة بعد ذلك ويبدأ كاضطراب في سن العامين وغالباً يختفي فيما بعد ، وربما زادت النسبة انخفض المستوى الاجتماعي لأسر هؤلاء . (السيد كامل الشربيني، 2014، صفحة 297)

كما تم تقييم بيكا تحت قسم التغذية واضطرابات الأكل في الدليل التشخيصي الاحصائي للاضطرابات النفسية والعقلية الاصدار الخامس في **dsm5** ، بالرغم من أن وبائياً غير معروف بشكل واضح ، فقد ورد في دراسة إكلينيكية أن 75% من الأطفال بعمر 12 شهراً و 15% من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 2-3 سنوات أخذ أشياء غير غذائية في أفواههم ، ولكن لم ينتج عن ذلك بلعها. لذلك، **Pica** هو تشخيص يمكن الإصابة به للأشخاص الذين لا يقلون عن عامين وفقاً لتوصية **DSMIV** (Hilal Akgul, 2020, p. 183). وأيضاً ينتشر بيكا في أوساط الطبقة ذات الدخل الاقتصادي المنخفض، وبين الأطفال، وعند النساء الحوامل" تحديداً، ويعد عند بعض الثقافات سلوكاً طبيعياً بل وعلاجياً (ريم خميس مهدي، 2021، صفحة 29)، فتشير التقارير إلى انخفاض النسبة الى 10 % وعند الأطفال الكبار والمراهقين ذوي الذكاء العادي يقل انتشار هذا الاضطراب (السيد كامل الشربيني، 2014، الصفحات 297-298). وتقدم دراسات أخرى أن نسبة هذا الاضطراب بين النساء الحوامل تمثل 20% وتمثل من 10-30% من الأطفال الذين لديهم تاريخ عائلي من بيكا ، كما تمثل 20 % من مرضى غسل الكلى، وتعتبر هذه الحالات من أكثر الحالات انتشاراً لظهور سلوكيات اضطراب بيكا (جاد الرب و غادة كامل سويفي، 2017، صفحة 232)، كما أشار إدوارد وآخرون **Edwaeds et al, 1994** في دراسة أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية على عينة بلغت (553) من النساء الحوامل ومن الأشخاص الأصحاء من أصل افريقي كان معدل انتشاره عند النساء الحوامل في الولايات المتحدة الأمريكية 8.1% ويرجح أن انتشاره بين النساء الحوامل في الدول النامية يمكن أن يكون أعلى من ذلك بكثير (صمويل تامر بشرى، 2015) (رافد صباح

التيمي، و اشواق صبر ناصر، 2017، صفحة 20). وتشير دراسة أجريت حديثا في بريطانيا حول ظاهرة الوحم (الوحام) عند الحوامل إلى غرابة الأطعمة التي تستهيبها الحامل لتشمل أحيانا، مواد غير قابلة للأكل أحيانا فوجدت دراسة أجرتها شركة انتوجين البريطانية لصناعة حبوب الفيتامينات على (200) امرأة حامل أن بعض الماركات يأكلن مواد غريبة ، مثل ملابس رياضة للأطفال عيدان ثقاب محروقة. (زايد فهد خليل، 2006، صفحة 24). وغالبا ما يختفي اضطراب بيكا تلقائيا خاصة عند الأطفال والنساء الحوامل، لكنه قد يستمر لسنوات إذ لم يعالج خاصة عند الأشخاص اللذين يعانون تخلفا عقليا أو في النمو. (صمويل تامر بشرى، 2015، صفحة 218)

وعليه ينتشر بيكا عند الأطفال بحكم عدم نضجهم المعرفي ، وأيضا في حالات التخلف العقلي والامراض الذهانية اي العقلية بسبب اضطراب في بعض الوظائف المعرفية كالإدراك والذكاء مما تجعلهم يأكلون أي شيء يجده على الأرض، وأيضا عند النساء في مرحلة من مراحل الحمل بحيث تشتهي أشياء لا تصلح للأكل كالتراب والطين أو الطلاء، وبمجرد انتهاء فترة الحمل يزول هذا السلوك الغذائي، فتتعدد الأعراض التي تظهر على الشخص التي تدل على أنه مصاب باضطراب بيكا، ومن بين المحكات التي حاولت وصف هذا الاضطراب كالدليل التشخيصي الاحصائي للاضطرابات النفسية والعقلية الاصدار الخامس DSM5 الذي وضعه في خانة اضطرابات الاكل ، وايضا التصنيف الدولي العاشر للأمراض CIM10.

5- محكات تشخيص اضطراب بيكا (الانحراف الغذائي): إذا تم الاشتباه أن شخصا ما يمتلك هذا المرض، فالتقييم الطبي ضروري لمعرفة فيما إذا كان هناك فقر دم، انسداد معوي أو تسمم ناتج عن المواد المتناولة . إذا تواجدت هذه الأعراض ، فإن الطبيب سيبدأ التقييم عن طريق أخذ تاريخ طبي كامل من المريض وإجراء الاختبارات الجسدية ، قد يستعمل الطبيب اختبارات معينة مثل X-RAY واختبارات الدم للتأكد من وجود الأنيميا والبحث عن السموم ومواد أخرى في الدم، ويتفقد أيضا الانسدادات التي قد تتكون في المجرى المعوي . يقوم الطبيب أيضا بتحري وجود بعض الامراض الأخرى التي قد تظهر بسبب تناول مواد ملوثة بالبكتيريا وكائنات أخرى، كما أنه قد يتم مراجع عادات الشخص الغذائية. (صمويل تامر بشرى، 2015، صفحة 211)

ولقد أورد التصنيف الدولي العاشر للأمراض ICD10(1992) المحكات التشخيصية للانحراف الغذائي للأطفال على النحو التالي:

-العمر الزمني العقلي سنتان على الاقل.

-فترة استمرار الاضطراب على الأقل لمدة شهر.

-لا يظهر الطفل أي اضطرابا نفسيا أو سلوكيا (عدا التخلف العقلي).

-تتاول المواد غير الغذائية بطريقة مستديمة ومكررة على الأقل لمدة مرتين في الأسبوع.

- لا يكون السلوك الغذائي جزءا من الممارسات الحضارية التي يجيزها المجتمع. (أسامة فاروق مصطفى،

2011، صفحة 213)

وطبقا للتشخيص الإحصائي للاضطرابات العقلية الاصدار الخامس **DSM5** فقد شخص بيكا من خلال الأعراض الآتية:

1-الأكل المستمر لمواد غير غذائية وغير طعامية لفترة شهر على الأقل.

2-أكل المواد غير الغذائية وغير الطعامية غير مناسب للمرحلة التطورية للفرد.

3-السلوك الطعامي ليس جزءا من ممارسة مدعومة ثقافيا أو مناسبة اجتماعيا .

4-إذا حدث سلوك الأكل أثناء سير اضطراب عقلي اخر(مثل، الإعاقة الذهنية (اضطراب الإعاقة الذهنية) ،

اضطراب طيف التوحد، فصام)، فإن يكون من الشدة بما يكفي ليستحق انتباها سريريا مستقلا (انور الحمادي،

2015، صفحة 226)، فيتم ملاحظة أربعة معايير تشخيصية لبيكا بشكل عام على النحو التالي: الأكل المستمر

للمواد غير الغذائية لمدة شهر واحد على الأقل: سلوك الأكل، وليس جزءاً من ممارسة معترف بها ثقافياً: أكل

المواد غير الغذائية غير المناسبة إلى المستوى النمائي : إذا كان سلوك الأكل يحدث حصرياً أثناء فترة الإصابة

باضطراب عقلي آخر، وهو ما يكفي من الاهتمام السريري المستقل (Kennedy Diema Konlan et al،

2020, p. 78)

وعليه يتفق كل من الدليل التشخيصي الاحصائي للاضطرابات النفسية والعقلية الإصدار الخامس **dsm5**،

والتصنيف الدولي العاشر للأمراض **CIM10** في تشخيصه لاضطراب بيكا بأكل الفرد أطعمة غير صالحة للأكل

لمدة شهر أخذين في عين الاعتبار ثقافة المجتمع بحيث لا تكون ضمن النمط الغذائي السائد في ذلك المجتمع ،

أو بعض الممارسات والطقوس الاجتماعية ، وأيضاً حدوثه في بعض الاضطرابات النفسية منها الإعاقة الذهنية أو

الفصام ليشكل اضطرابا اخر مستقلا يشخص مع هذه الاضطرابات، إلا أنه اختلف التصنيفين من ناحية التكرار

بحيث حدد التصنيف الدولي العاشر للأمراض **CIM10** حدوث اضطراب بيكا مرتين في الاسبوع أكثر من سن

سنتين، في حين ذكر الدليل التشخيصي الاحصائي للاضطرابات النفسية والعقلية **dsm5** أن اضطراب بيكا يكون

بأكل الفرد للأطعمة غير الصالحة للأكل لا تتماشى أو لا تتناسب المرحلة النمائية التي يكون فيها، كما تبدأ

عملية تشخيص اضطراب بيكا من الشخيص الطبي لاستبعاد أي مرض عضوي ناتج عن بيكتيريا أو أي انسداد في الامعاء أو نقص التغذية أو أية أمراض أخرى، يأتي التشخيص النفسي الاكلينيكي من خلال التصنيف الدليل التشخيصي الاحصائي للأمراض النفسية والعقلية الاصدار الخامس DSM5 بحدوث هذا الاضطراب أكثر من شهر وسن المفحوص يفوق سنتين ومراعاة البيئة الاجتماعية وثقافة المجتمع إذا كان ضمن الانظمة الغذائية المتعارف عليها في بيئتهم.

6-انواع بيكا : هذا السلوك له أشكال مختلفة وفقا لنوع المواد التي يتناولها المريض وهو يصنف كالتالي:

-**اكل البراز:** وهو أكل البراز أو الفضلات الحيوية.

-**اكل التراب:** وهو أكل من الطين والترية مثل أو المواد ترابية أي الطباشير، والترية، وما إلى ذلك أمر شائع بين الأطفال والنساء الحوامل.

-**الليسوفاجيا lithophagia :** هو شكل اخر من أشكال أكل التراب، ويتضمن أحيانا تناول الحصى وقطع من الطوب والحجارة الخ ويظهر عموما في الأطفال.

-**أكل الزجاج:** هذا الاضطراب ويكون بابتلاع الزجاج.

-**المكوفيليا mucophilia:** يتضمن استهلاك المخاط من اللاقاريات والأسماك يسمى **mucophagia**

-**أكل الجليد:** هذا شكل من أشكال يشمل الاستهلاك المفرط لمكعبات الثلج أو مثلج مشروبات أو أكل الجليد منفرد، هذا الشرط مع نقص الحديد أو المعادن .

-**أكل لحوم البشر الذاتي:** وهذا النوع من بيكا يشمل ممارسة أكل الذات أو لحوم الآخرين

Trichophagia: يتميز هذا النوع بأكل الشعر ويبدأ في أكل شعر ذاته او أي شعر آخر.

Xylophagia: وهذا النوع يقومون بأكل الأشياء المصنوعة من الخشب أو أقلام رصاص، ورق، لحاء الخشب

وما إلى ذلك ... (صمويل تامر بشرى، 2015، صفحة 213)

7-أسباب اضطراب بيكا (الانحراف الغذائي): إن أسباب الإصابة بيكا غير محددة بشكل دقيق ولكن يوجد بعض الظروف التي تزيد من خطر الإصابة بها وهي :

-**نقص التغذية:** مثل الحديد أو الزنك التي قد تؤدي الى رغبة شديدة في الطعام إلا انه يقوم بأكل عناصر غير

غذائية أيضا (صمويل تامر بشرى، 2015، صفحة 214)، ونقص التغذية مثل نقص الكالسيوم والحديد

والرصاص الأمر الذي يدفع الأطفال إلى ذلك السلوك (أسامة فاروق مصطفى، 2011، صفحة 213)

-اتباع نظام غذائي: الأشخاص الذين يتبعون النظام الغذائي في محاولة منهم لتخفيف الجوع من خلال تناول مواد غير غذائية للحصول على الشعور بالامتلاء .

-سوء التغذية وخاصة في البلدان المتخلفة : حيث ينتشر مع الفقر أن الناس يقومون بأكل التراب والطين لسد الجوع (صمويل تامر بشري، 2015، صفحة 214)

-أسباب طبية: فيما يخص التفسير الطبي للحالة، فقد تم عزو غالبية اصابات وحم الغرائب(بيكا) من قبل الأطباء في البلدان الغربية إلى نقص الحديد ، مع أو بدون فقر الدم ، وفي الواقع فقد يتم الكشف عن الإصابة بالوحم في ما يصل إلى 50% من جميع الأشخاص الذين يعانون من نقص الحديد . يعد كروسبي 1976 crosby من أبرز مؤيدي فكرة أن بيكا هو مظهر من مظاهر نقص مخازن الحديد وليس من فقر الدم نفسه وإلى أن وحم الغرائب ليس شائعا في فقر الدم الأخرى . يختفي بيكا أيضا، في معظم الحالات، عندما يبدأ استبدال الحديد وقبل فترة طويلة من علاج فقر الدم، وتمت الملاحظة في معظم الحالات أن من النادر ما يكون اختيار المواد التي يتم تناولها مصدرا جيدا للمعادن المفقودة . ولا يهم مدى نقص الحديد في الدم لكي يصاب الشخص بالوحم ببيكا، ومن ثم بالإمكان معرفة الإصابة إذا كان الشخص يعاني من نزيف معدي مزمن أو غزارة الطمث أو عدم كفاية النظام الغذائي أو أي من الأسباب الأخرى لفقدان الحديد. (ريم خميس مهدي، 2021، صفحة 29)

-أسباب نفسية: ترجع أسباب هذا الاضطراب إلى شعور الطفل بفقدان حنان الأم وعطفها، ونقص بعض العناصر في الجسم فالطين يقبل عليه الأطفال حينما يعانون من نقص مادة الزنك، حالات التخلف العقلي ، عوامل ثقافية خاصة بالشعوب (مثل أكل الطين لدى بعض الحوامل). (احمد عكاشة، 2007، صفحة 300)

-إهمال الوالدين، وعدم وجود رقابة، أو الحرمان من الطعام -وغالبا ما تظهر على الأطفال اللذين يعيشون في الفقر .

-المشاكل التنموية ، مثل التخلف العقلي والتوحد والإعاقات النمائية الأخرى ، أو تشوهات في المخ.... وغيرها من الإعاقات ، اللذين يعانون من مشاكل نفسية مثل اضطراب الوسواس القهري والفصام.(صمويل تامر بشري، 2015، ص215)، فعلى الرغم من أن مسببات بيكا غير معروفة تماما، إلا أنه يُقترح أن تكون عدة عوامل فعالة، أساسية، الفصام، اضطراب الوسواس القهري، اضطراب طيف التوحد، اضطراب إيداء النفس غير الانتحاري ، فقدان الشهية، فقر الدم بسبب نقص الحديد، الشعور بالشبع في يمكن لبعض الأشخاص الذين يتبعون نظاما غذائيا ، والحمل، وسوء التغذية عند الرضع ، تناول عناصر غير غذائية لخلق أعراض مرض خطير . (Hilal

Akgul, 2020, p. 183)

-أسباب اجتماعية: يعد من الممارسات الثقافية ، فعلى الرغم أن الطب الحديث يعالج بيكا باعتبارها اضطرابا ، إلا أنها تعد ممارسة عقائدية أو اجتماعية أو علاجية عبر ثقافات العالم المتنوعة . يستعمل الطين عادة في الطب الشعبي. يمزج مع التربة ويطحن ويستعمل في اوغندا/ افريقيا كعلاج ونادر للغاية. يستعمل الطين لعلاج الاسهال والتعب المعوي ، وبسبب قدرته على امتصاص السموم الغذائية والحد من الجوع فمن الممكن اضافته إلى وجبات محددة(على سبيل المثال، الاسماك) وإلى حمية الحمل. يعد تناول الطين أكثر شيوعا بين الإناث ، ويتعلق بقضايا الحمل والولادة والرضاعة (ريم خميس مهدي، 2021، صفحة 31)، كما يضيف بلندر وبرتون **Barton& Blinder(2008)** في دراستهما أن بيكا هو سمة من سمات ثقافية معينة تقوم بها بعض المجتمعات على شكل طقوس دينية، أو بشكل من أشكال الشفاء في بعض الأماكن، أو في أعمال السحر حيث يعتقدون أن تناول التراب يساعدهم على دمج الأرواح السحرية في أجسادهم (جاد الرب و غادة كامل سوفي، 2017، صفحة 232)، فمن المعروف أن أكل الطين كان سلوكا شائعا في جنوب الولايات المتحدة الامريكية في القرن التاسع عشر خاصة بين العبيد، كما كان من الشائع في نفس المنطقة من الولايات المتحدة الامريكية خلال الخمسينات والستينات من القرن العشرين ان تجد من يبيعون ومن يشترون حقائب محملة بالطين في مواقف القطارات، ولم يكن غريبا ان يرسل الاهل لقربيهم الموجود في شمال البلاد طردا بريديا يحتوي على قطع صغيرة من الطين من بلدته الأصلية، وما يزال أكل الصلصال الأبيض منتشرا في بعض الولايات الأمريكية كولاية جورجيا وغيرها، كما استخدم أكل الطين طبيا كعلاج للتقلصات المعوية وربما للتأثير على الميكروبات، كما استخدم في بعض الطقوس الدينية والممارسات الثقافية المختلفة، وما يزال يستخدم حتى في العصر الحديث، ولعل أغلب اكلي الطين في عالم اليوم يعيشون في جنوب الولايات المتحدة الامريكية وفي وسط افريقيا وكذلك بعض المناطق في الهند. (رافد صباح التميمي، و اشواق صبر ناصر، 2017، صفحة 26)

وعليه يرجع هذا الاضطراب الى مجموعة من الأسباب المتداخلة ، فقد يرجع الى سوء التغذية والفقر ونقص بعض المواد المعدنية عند الطفل كالزنك والحديد، وقد يعود أيضا إلى بعض الثقافات التي تشجع على بعض هذه السلوكيات لدى الكبار من أكل الطين والتراب والزجاج مما يجعل الأطفال يقلدونها في فعل هذه السلوكيات، او تحصينا ضد السحر، أو علاجا لبعض الأمراض على مستوى المعدة والامعاء، وفي بعض الحالات المرضية كحالات التخلف العقلي والفصام . وأيضا عند الحالات التي تعرف اضطراب في العلاقة مع الوالدين لاسيما حالات الحرمان الأسري خاصة في المرحلة الفمية فيعوضها في أكل مواد غير صالحة تعبيرا عن ذلك الحرمان ، فيظهر هذا الاضطراب لدى الأطفال اللذين يعانون من الحرمان وانفصال الوالدين والإهمال وإساءة المعاملة، وله علاقة

ببعض الأمراض النفسية مثل الوسواس القهري والصدمات النفسية " (جاد الرب و غادة كامل سويفي، 2017،
صفحة 232)

إن اضطراب بيكا من الاضطرابات المرتبطة بالسلوك الغذائي تظهر في مرحلة الطفولة، حيث يفوق عمر الفرد سنتين، وفي حالات التخلف العقلي والتوحد بأكل مواد غير صالحة للأكل كالطين والتراب والصابون، فتعدد أسبابه ما بين الإهمال ونقص التغذية مما قد تؤدي إلى مضاعفات خطيرة خاصة عند الأطفال، كما تعد من بين المشكلات التي تظهر عند المرأة الحامل فتأكل أطعمة غير صالحة للأكل من خلال وجود رغبة قوية في تناولها ما يصادف مرحلة الوحم التي يمر بها العديد من النساء إما باشتهاء أطعمة معينة أو النفور منها التي تظهر على شكل تقيء، فتعتبر مرحلة الحمل من أهم المراحل التي تمرّ بها كل امرأة، فهي تجربة تحمل الكثير من الصعوبات والتعب التي تعاني منه نظرا للتغيرات التي تحدث في الجسم، و إفراز الهرمونات مما تؤثر على الصحة العقلية والبدنية، وزيادة التوتر، والشعور بالتعب نتيجة لعدم الحصول على النوم الكافي الناتج عن الإرهاق، وعدم الراحة، أو الإجهاد.

فتؤكد أغلب البحوث على وجود أعراض جسدية تعترى المرأة الحامل، حيث شعورها بالدوخة والرغبة في القيء، واضطراب نومها وشهيتها وزيادة انفعاليتها بسبب انتفاخ البطن وصعوبة التنفس وزيادة عدد مرات التبول وتقلب الجنين في أحشائها (حمدي محمد يسين، 1986، صفحة 399)، كما أن هناك العديد من المشكلات التي تحدث أثناء الحمل فيذكر خوري(1996) أهمها: كثرة التبول والغثيان والقيء، وحرقة بالمعدة والإمساك واضطراب في التنفس، ودوالي الرجلين وتقلصات عضلات الرجلين ويواسير وألم وتعب أسفل البطن (عائشة السوالمه، أحمد الصمادي، 2012، صفحة 365)، ضف إلى ذلك التغيرات النفسية التي ترافق فترة الحمل المؤثرة على نفسية الحامل، كمشاعر الفرح لاسيما إذا كان مرغوبا وأول حمل، أو وجود مشاعر الغضب كجزء من التغيرات الهرمونية والتغيرات الجسمية أثناء الحمل، أو ظهور مشاعر الخوف بالتفكير الزائد حول الحمل، أو القلق من ولادة طفل مريض، أو معاق، أو حتّى القلق من الموت أثناء الولادة وعسرها، والإحساس بالحزن نتيجة الشعور بخيبة الأمل حول صعوبات الولادة وفقدان الجنين أو أي مضاعفات أخرى، أو تقلب المزاج فتتأثر بحسب طبيعة شخصية المرأة الحامل ومدى مرونتها النفسية، ووجود الدعم العاطفي الذي تتلقاه، والهرمونات، وعوامل الإجهاد، فيبدأ البعض في مواجهة التغيرات الجسمية والنفسية ومحاولة التأقلم معها، ومنهن لا يتأقلمن حتى نهاية الحمل بوضع مولودهن .

ولأن مرحلة الحمل تعد مليئة بالضغوطات النفسية، النابعة من مخاوف وألام الولادة مليئة بالضغوطات النفسية، النابعة من مخاوف وألام الولادة التي تزيد من حدة القلق لدى الحامل، مما قد يؤدي إلى خلق حالة نفسية تتسم بالتوتر والكآبة ، نتيجة للضغوطات التي ترافق فترة الحمل (عائشة السوالمه، أحمد الصمادي، 2012، صفحة 366). ولاشك أن هناك العديد من العوامل تساعد المرأة الحامل في تجاوز مرحلة الحمل كوجود الدعم العاطفي من طرف الأسرة بما فيها الزوج وصبره، والاهتمام بصحتها من ناحية الغذاء والنوم ، وتجنب مختلف الضغوطات النفسية التي تصعب مرحلة الحمل .

8- سيكولوجية الحمل: أثبتت العديد من الدراسات الطبية والنفسية ارتباط صحة الأم الجسدية والنفسية والعاطفية بصحة الجنين وسلامته، حيث تلعب الصحة النفسية للمرأة اثناء الحمل دورا مهما في اتمام الحمل بسلام، لأن الصحة النفسية تؤثر بدورها على العمليات الفسيولوجية للأم الحامل، لذلك فإن اختلال تلك العمليات له أثر سيء قد يؤدي للإجهاض، أو حدوث بعض الصعوبات السلبية أو خلل في المزاج يجعل المرأة غير قادرة على تحمل فترة الحمل ، والتغيرات المرتبطة به، والصعوبات المرافقة له (أمل عبد الفتاح، 2011، الصفحات 15-16)

ويختلف شعور المرأة في الحمل من واحدة إلى أخرى، وفقا للمرحلة العمرية، ورغبة كل امرأة في الحمل، هذه الحالة تعرف بسيكولوجية الحمل التي تعتمد على الاتجاهات التي تتبناها المرأة نحو الحمل، كما تعتمد هذه الاتجاهات بدورها على العوامل التالية:

-الإحساس بالهوية الأنثوية: فكلما كانت المرأة متقلبة لدورها الأنثوي وفخورة به، كلما كانت فرحة بالحمل ومتقبلة له وفخورة به، وهذا يجعل فترة الحمل من الفترات السعيدة في حياتها (رغم المتاعب الجسدية) ودائما تتحدث عنها وعن تفاصيلها بفخر وسعادة. أما المرأة الكارهة لدورها الأنثوي (المسترجلة) فإنها تتأفف من الحمل وتعاني معاناة شديدة في كل مراحلها فنجدها كثيرة الشكوى من الأعراض الجدية والنفسية طوال فترة الحمل، وهي تخجل من مظاهر الحمل وتتوارى من الناس كلما كبرت بطنها ، وربما تخبي خبر الحمل لعدة شهور .

-المعتقدات السائدة حول الحمل والولادة: فهناك بعض السيدات ينظرن إلى الحمل على أنه حدث فسيولوجي طبيعي مثل سائر أنشطة الجسم ولذلك يتفاعلن معه ببساطة شديدة، في حين أن البعض الآخر تكون لديهن معتقدات مخيفة عن الحمل والولادة مثل " دخول روح في روح" ، و " خروج روح من روح" ، و"زلزال يهدد سلام المرأة وحياتها" ، و" من تتجو منه كتب لها عمر جديد" ... وهذه المعتقدات المخيفة تجعل المرأة في حالة توتر ورعب طوال فترة الحمل.

-**توقيت الحمل:** فالحمل في بداية الزواج له فرحته واستقباله الإيجابي في حين أن الحمل لدى امرأة في نهاية الأربعينات من عمرها لا تكون له مثل هذه المشاعر بل على العكس تنتزع منه المرأة وتخجل من إعلانه.

-**التخطيط للحمل:** فكلما كان الحمل مخططا له ومتوقعا حدوثه كلما كان استقباله مريحا، أما الحمل المفاجئ فربما يقابل بالإنكار والرفض. (محمد عبد الفتاح المهدي، 2007، صفحة 41)

-**مرغوبية الحمل:** فقد تؤثر الرغبة في حالتها الانفعالية، فيلاحظ أن الأم التي تكره أن تكون حاملا أو لا ترغب في الحمل قد تكون أكثر ميلا الى الاضطراب الانفعالي، و أن الاتجاه السالب نحو الحمل يصاحبه عادة الغثيان والتقيؤ، إضافة إلى أن الانفعال، والاضطراب، وعدم النضج الانفعالي، والصراع بين الزوجين، وسوء التوافق بينهما يرتبط بعدم التكيف مع الحمل، وظهور بعض الضغوط الاجتماعية الجسمية عند الام، وربما يبدو ذلك بصورة واضحة في حالات التخلص من الجنين، لذلك من الضروري الحرص على حدوث التوافق النفسي الاجتماعي بالنسبة للحامل. (عمر طالب الريماوي، تيسير محمد عبد الله، 2012، صفحة 467)

-**العلاقة بالزوج:** فكلما كان الزوج محبوبا كان الحمل منه مرغوبا، وعلى العكس فإن المرأة التعيسة في حياتها الزوجية تشعر بأن الحمل عبئا ثقيلًا عليها لأنه يربطها بزوج تكرهه، وهي تشعر أنها تحمل في احشائها جزءا من هذا الزوج المرفوض. وهذه الأم تحمل مشاعر متناقضة نحو الجنين وكأنها تكره فيه الجزء القادم من زوجها وتحب فيه الجزء القادم منها لذلك تكون في صراع بين الرفض والقبول طوال شهور الحمل. (محمد عبد الفتاح المهدي، 2007، صفحة 42)

وعليه تعتمد سيكولوجية الحمل على الاتجاهات نحو الحمل السالف ذكرها، فإذا كانت هذه الاتجاهات ايجابية في مجملها، فانه سيهل عملية الحمل، ويحسن من الحالة النفسية للمرأة الحامل، ويساعد في نمو الجنين والحفاظ على سلامته وصحته، إلا أنه قد تعتري المرأة الحامل مجموعة من الأعراض الجسمية والنفسية كالقيء والغثيان وهي أعراض طبيعية تظهر خاصة أثناء فترة الوحم الذي هو ليس تجربة ممتعة للغاية، إلا أنه أمر طبيعي أثناء الحمل ، قد تؤثر هذه الحالة المرتبطة بالحمل على نفسية المرأة .

فكثيرا ما تشعر الحامل باشتهاء بعض الأطعمة، وبكراهية بعضها الآخر وهي حالة نفسية أكثر منها استجابة لحاجات عضوية حقيقية ، كما أنها مسالة طبيعية خالية من كل ضرر بشرط أن لا يبالغ فيها. لكن عدم الاستجابة لهذه الرغبة لن يكون له أي تأثير على نمو الجنين وصحته عكس ما هو شائع لدى الكثيرين . فإذا استطاعت الحامل الاستجابة لرغبتها وتناول ما اشتتهت فهو أحسن، وإلا فلا ضرر عليها وعلى جنينها (امحمد طلابي، 1984، صفحة 49)، بحيث في الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل تبرز ظاهرة من أهم ظواهر هذه المرحلة

المهمة، وهي ظاهرة الوحم التي تصيب نسبة كبيرة من الحوامل، وتختلف أعراضه شدة ولينا بين واحدة وأخرى .
إذ تعاني المرأة الحامل من حالات نفسية وجسمية متباينة . (عدنان الطرشة، 2010، صفحة 167)

9- مفهوم الوحم : عرف على أنه اشتياق المرأة الحامل لبعض الأنواع من الأطعمة بالذات ، وعزوفها عن أطعمة أخرى ، فمثلا ربما تشتاق للتفاح أو الخيار أو العنب (حتى في غير موسم هذه الأطعمة) في حين أنها تعاف أنواع أخرى من الأطعمة مثل اللحوم فلا تأكلها أو تكره طعم الشاي ورائحته وتفر من رائحة السجائر (محمد عبد الفتاح المهدي، 2007، صفحة 46)، كما أنه يتمثل في بعض الأمور مثل اشتياق الحامل الشديد لنوع من الأطعمة ، أو الكره الشديد لبعض الروائح بما فيها رائحة الزوج، وقد تحدث تغيرات في المزاج، وقد تعاني الزوجة من القلق وتبدو كالمتكبرة، أو تعاني من كثرة النوم (غادة سعيد، 2021، صفحة 37)

يعد الوحم من الحالات التي تحدث عند المرأة الحامل لاسيما في الأشهر الأولى من حملها باشتهاها لبعض الوجبات والخضر والفاكهة التي لم يحن وقت نضجها بعد أو النفور منها ، أو رغبتها في تناولها بعض المواد التي لا تصلح للأكل مما يصبح الوحم غريبا وشاذا كأكل الطين أو الصلصال أو التراب أو الجليد يصاحبها الشعور باللذة والارتياح، كما يتعكر مزاجها أو قد ينتابها مشاعر التوتر والغضب في حالة عدم تلبية احتياجاتها مما يجعل أفراد الأسرة يسارعون إلى تحقيق رغباتها اعتقادا وخوفا من نشوه الجنين أو ظهور علامات على جسمه ما يسمى بالوحمة .

فقد يكون الوحم أثناء الحمل متمثل بالرغبة الشديدة بتناول مواد ليست غذائية مثل التراب أو الطباشير ، ويعد أكل الطين أثناء الحمل واحدا من أكثر الرغبات الشديدة التي تواجهها بعض النساء الحوامل ، فقد يكون نوعا معينا من الحجر، أو الصخور، أو التربة، أو الطين . ويحدث الوحم لمعظم النساء في مرحلة الحمل للأشياء النافعة والمضرة، فقد يحدث على شكل الرغبة الشديدة بأكل الشكولاتة، أو الطعام الحار، أو الفواكه، أو اللحوم ، أو الحليب، أو الخبز الابيض. (ريم خميس مهدي، 2021، صفحة 32)

10- الفرق بين الوحم واضطراب بيكا: يعتبر الوحم من الظواهر الطبيعية التي تمر بها المرأة الحامل أثناء حملها باشتهاها مواد غير معتادة كالطين والتراب والفحم وغيرها، أو لبعض أنواع الطعام أو الروائح المختلفة وبغضها لأخرى منها بصفة مؤقتة والتي تختفي أثناء الحمل أو في نهايته، ومن مظاهره التقيؤ، بينما اضطراب بيكا الذي هو نوع من الوحم الشاذ بحيث يكون هناك انحراف في السلوك الغذائي الذي يحدث عند بعض الأطفال الذين تفوق أعمارهم سنتين، وفي حالات التخلف العقلي وحالات التوحد والأمراض العضوية الناتجة عن نقص التغذية وعند

المرأة الحامل بأكل مواد غير صالحة كأكل الطين والتراب والصابون دون كرههم كما يحدث عند المرأة الحامل، والتي تحتاج إلى علاج طبي ونفسي للتخلص من المضاعفات التي تنتج عن أكلها كالتسمم أو انسداد في الامعاء. وتعد ظاهرة الوحم من القضايا العلمية التي تضاربت فيها الآراء ما بين العلماء والاطباء في نشوئها أو تفسيرها .

11-أسباب الوحم : لا يعرف في الواقع سبب قاطع للوحم، عمن يقول أن السبب هو نوع من الحساسية ، ومن يقول أن السبب هو ارتفاع بعض المواد الكيميائية في الدم ، وخاصة هرمونات الحمل، ومن يقول أسبابه عصبية ونفسية. ومهما كان السبب فالواقع أن حدوث الحمل في حد ذاته يؤدي إلى تغيرات سريعة ومتعددة بجسم المرأة، ويمثل النقيض مظهرا في حد ذاته يؤدي إلى تغيرات سريعة ومتعددة بجسم المرأة ، ويمثل النقيض مظهرا من مظاهر هذه التغيرات، ولكن سرعان ما يعودها الجسم ويزول القبيئ . ومن مظاهر الوحم نفور الحامل من رائحة شيء معين أو من طعام معين ، وشعورها أيضا بشد الرغبة في مأكلا معين . ويصاحب الوحم اضطراب في مزاج المرأة ونفسها ، وإرهاق في أعصابها وجسدها ، وهي حالات تتعكس على ذوقها وعواطفها ، بل وعلى علاقتها بزوجها في كثير من الأحيان ، فهي قد تكره رائحة الرجل وتشمئز منه حين يقترب منها، لا لأنها تكره زوجها ، بل لأن مزاجها كله مضطرب، قلق ، منزعج ، فهي في هذه المرحلة، لا تملك عواطفها، ولا تتحكم بنفسها (عدنان الطرشة، 2010، صفحة 168)، كما أن هناك اعتقاد بوجود نقص في معادن مهمة في الدم مثل الزنك، والحديد ، والكالسيوم، وقد كون هناك زيادة في نسبة الرصاص في الدم تؤدي إلى زيادة الاصابة بالوحم. (ريم خميس مهدي، 2021، صفحة 29)

اختلفت الأسباب التي تؤدي إلى حالة الوحم عند المرأة الحامل ما بين اضطراب في بعض الهرمونات ، أو نقص بعض المعادن في الجسم كالحديد والزنك مما يجعلها تبحث عنها في المواد التي توجد فيها فتظهر على شكل رغبة ملحة في اشتها الطين أو التراب ، كما أن الأسباب النفسية لها دور مهم في هذه المرحلة كتغير المزاج ما بين القلق والاكتئاب أو ظهور مشاعر الغضب ، والاحباط الذي ينعكس في سلوكها كالنفور من زوجها أو احداث مشاكل بين أفراد الاسرة مما تتطلب من المحيطين بها تفهمها لكي تتجاوز هذه المرحلة بأحسن حال .

12- أسباب اضطراب بيكا عند المرأة الحامل: اختلفت الأسباب في ظهور هذا النوع من الاضطراب عند المرأة الحامل نذكر منها مايلي:

-أسباب طبية : يعتبر تناول بيكا بين النساء الحوامل مسألة ذات أهمية صحية والتي تحدثت عن ارتفاع الترميز الطبي أثناء الحمل، وخاصة نقص الحديد وفقر الدم أثناء الحمل. هناك دليل قوي على العلاقة بين بيكا وفقر الدم في النساء الحوامل (Kennedy Diema Konlan et al, 2020, p. 784)، كما أن السبب الحقيقي الذي

يؤدي إلى الإصابة بهذا النوع من الوحم ليس معروفا ، لكن الرغبة في أكل التربة يرتبط ارتباطا وثيقا بنقص التغذية ذلك عن طريق استجابة الجسم لنقص الزنك أو نقص الحديد ، عندما يعاني الجسم من نقص في بعض الفيتامينات والمعادن فإنه يحاول الحصول عليها عن طريق تناول التربة والحجارة أو غيرها من المواد غير الغذائية . (ريم خميس مهدي، 2021، صفحة 32)

- أسباب نفسية: ترى مدرسة التحليل النفسي أن السبب وراء بيكا يكمن في الصراع في الأفكار والمشاعر في اللاوعي والتي تعد حجر الأساس للاضطرابات النفسية . في دراسة اجراها كولدستن 1998 Goldstein على امرأة افريقية امريكية لا تعاني من تاريخ مرضي نفسي لكنها تتناول الاوساخ، توصل إلى أن سبب الوحم يعود إلى شعورين لم يتم حلها هما الخزي والفقدان ، وجاء شعور الخزي بسبب شعور المرأة في صغرها بالذنب والخجل لقيامها بما لا يرضى والديها ، إما فقد فجاء بسبب الاجهاضات المتكررة للجنين والتي ظلت تعاني منها بسبب سلوكها المرضي في تناول بقايا الجنين من المقابر (ريم خميس مهدي، 2021، صفحة 30)، كما تأكل المرأة بعض المواد غير المعتادة مثل الطين والنشا والرمل والطباشير والقانورات . وتوجد هذه الحالة في بعض المجتمعات خاصة في المجتمعات الريفية الفقيرة. وهذا الاضطراب نراه غالبا في الاطفال ، وحين يحدث في المرأة الحامل فإنه إما أن يكون حالة من النكوص إلى مراحل النمو المبكرة او نتيجة إعادة ضبط " ما تحت المهاد" مما يؤثر على الشهية لبعض المواد الغريبة (محمد عبد الفتاح المهدي، 2007، صفحة 46). ولقد تم اقتراح أن بيكا خلال فترة الحمل تحدث بشكل متكرر أكثر في النساء اللواتي مروا بممارسات مماثلة خلال طفولتهم أو قبل الحمل أو اللذين لديهم تاريخ من بيكا في عائلتهم (صمويل تامر بشرى، 2015، صفحة 215)، ضف إلى ذلك تعتقد بعض الحوامل أن تناول التربة أثناء الحمل، أو الصخور، أو الحجارة وفي بعض الأحيان الطباشير يساعد في القضاء على غثيان الحمل. (ريم خميس مهدي، 2021، صفحة 32)

يعد اضطراب بيكا من السلوكيات الغذائية المرضية التي تظهر عند المرأة الحامل على شكل وحم شاذ باشتائها وأكلها لمواد غير صالحة للأكل كالطباشير أو الطين أو الصلصال، التراب . والذي يعود ربما إلى نقص بعض المعادن التي يحتاجها الجسم كالزنك والحديد، فيستجيب الجسم من خلال استثارة الجهاز العصبي خاصة منطقة هيبوتلاموس المسؤولة عن مركز الشبع والجوع من خلال الرغبة الشديدة في اقتنائها وتناولها والتي هي موجودة داخل هذه المواد، ضف إلى ذلك أن العامل النفسي مهم جدا في ظهور اضطراب بيكا من خلال الصراعات النفسية التي عانت منها المرأة الحامل في طفولتها ولم يتم حلها وانما تم كبتها خصوصا في المرحلة الفمية كنقص

الرعاية والاهتمام ونقص الحنان من طرف الوالدين مما يجعلها تعاني من جوع عاطفي فتعبر عنها باستجابة سلوكية تعويضية بأكل مواد غير صالحة للأكل، "فعدم الرعاية العائلية وشدة الحرمان الأسري. سوء العلاقة بين الأم والطفل التي ينتج عنها عدم إشباع الاحتياجات الفمية فيعبر عنها الطفل بالبحث عن أكل مواد غير صالحة للأكل" (أسامة فاروق مصطفى، 2011، صفحة 213). وايضا ربما تكون قد عانت المرأة الحامل في طفولتها من اضطراب بيكا مما جعل والديها يتذمران من هذا السلوك، ويؤنبانها فيؤدى بها إلى الشعور بالخجل والذنب ليحدث صراعا نفسيا يتم كبته في اللاشعور دون حله، ليظهر مرة اخرى في مرحلة الرشد في حالة الوحم باشتهاء بعض المواد غير صالحة للأكل، والتي قد يصاحبها حالة التقيؤ كاستجابة تعويضية لاشعورية رفضا لمشاعر الخجل والذنب، كما أن سيطرة بعض المعتقدات والافكار الخاطئة لدى المرأة الحامل. والتي يلعب المجتمع دورا كبيرا في نشوئها كالتخلص من حالة الغثيان والتقيؤ يكون بالتوجه نحو تناول مواد غير صالحة للأكل كالطباشير والطين، والتي هي تعود للتغيرات الفسيولوجية والهرمونية لتؤثر على وظائف الجسم .

خاتمة:

إن اضطراب بيكا **Pica** من اضطرابات التغذية والأكل يتناول فيها الفرد بشكل مستمر وغير معقول لمواد غير غذائية يشتهيها بوجود رغبة ملحة وشديدة تتملكه تجاهها، فيصيب هذا الاضطراب الصغار والكبار معا ويمس أيضا النساء الحوامل، فيؤدي هذا الاضطراب إلى تناول الشخص المصاب به مواد غير صالحة للاستهلاك الغذائي وبشكل منتظم (مثل الورق والطين والأوساخ والصابون). ويعد هذا السلوك الغذائي طبيعيا خلال نمو الأطفال دون سن الثانية من العمر؛ حيث أنهم يميلون في كثير من الأحيان إلى وضع كل ما تقع عليه أعينهم في أفواههم، وقد يأكلونه، فإذا تعدى الفرد سنتين ولم يكن مرتبط بالعادة المجتمعية الثقافية والدينية بحسب التصنيف الدليل التشخيصي الإحصائي للأمراض النفسية والعقلية الإصدار الخامس **DSMV** يعد سلوكا مرضيا لمدة شهر، كما قد تتعرض المرأة الحامل إلى الإصابة به بأكل مواد غير صالحة للأكل واشتهائها كالطين والتراب والصلصال، أو كرها ونفورها منها ما يعرف بالوحم نتيجة التغيرات الجسمية وخلل في الهرمونات مما يؤثر على الحالة النفسية للمرأة الحامل أثناء فترة الحمل فقد تكون أكثر عرضة للقلق والاكتئاب. مما يتطلب تقديم الدعم النفسي وتفهم أسرة حالة المرأة الحامل والمحيطين بها بدعمها ومساندتها ومنحها شعورا بالأمان والصبر على تقلب انفعالاتها وعصبيتها خلال شهور الحمل بسبب بعض التغيرات الهرمونية الجسمية والنفسية ، والاهتمام بصحتها تجنباً لأيّة مشاكل صحية لها أو تأثير على الجنين بالسلب.

1. Ayanouglou et al. (2011). analyse fonctionnelle des comportements de Pica d'un enfant présentant un syndrome de pallister killian associe a un autisme .*revue neuropsychiatrie de l'enfance et de l'adolescence* ,n 59,Elsevier Masson,France .
- 2.Hilal Akgul. (2020). case : pica eating matchstick and its chronic gis effects. *international journal of surgery open*,n27.
- 3.Kennedy Diema Konlan et al. (2020). practices of pica among pregnant women in a tertiary healthcare facility in ghana. *journal nursing open*,n2.
- 4.أحمد عكاشة. (2007). الطب النفسي المعاصر . مصر: مكتبة الأنجلو المصرية.
- 5.أسامة فاروق مصطفى. (2011). مدخل إلى الإضطرابات السلوكية والإنفعالية(الأسباب- التشخيص- العلاج)، ط1،. عمان ، الأردن: دار المسيرة.
- 6.السيد كامل الشرييني. (2014). الصحة النفسية للعاديين ونوي الاحتياجات الخاصة، ط1، مصر: دار العلم والإيمان.
- 7.امحمد طلابي. (1984). الوحم واضطرابات الجهاز الهضمي لدى الحامل. ، مجلة الفرقان، العدد2، ص48-50.
- 8.أمل عبد الفتاح. (2011). مستوى الضغط النفسي وأليات التكيف لدى النساء في الحمل الأول المراجعات لعيادات وكالة الغوث الدولية في وسط الضفة الغربية، رسالة ماجستير في الصحة النفسية. فلسطين: جامعة القدس.
- 9.انور الحمادي. (2015). خلاصة الدليل التشخيصي والاحصائي الخامس للاضطرابات العقلية DSM5، ط1. بيروت ، لبنان: الدار العربية للعلوم ناشرون.
- 10.جاد الرب، و غادة كامل سويفي. (2017). أثر استخدام برنامج تدريبي لتنمية بعض سلوكيات الأمان والسلامة على أطفال الروضة ذوي اضطراب البيكا. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد87، رابطة التربويين العرب، ص221-276.

11. محمد ياسين. (1986). الإضطرابات الإنفعالية لدى المرأة الحامل وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية - دراسة عاملية. مجلة كلية التربية ، العدد2، جامعة أسيوط، مصر.
12. رافد صباح التميمي، و أشواق صبر ناصر. (2017).الوحم الشاذ لدى أطفال التوحد". الكتاب السنوي لمركز أبحاث الطفولة والأمومة ،عدد خاص بأبحاث الندوة العلمية حول اضطراب التوحد"التشخيص-العلاج: جامعة ديالى، العراق.
13. ريم خميس مهدي. (2021). اضطراب وحم الغرائب لدى النساء. المجلة العربية للآداب والدراسات الانسانية، المجلد الخامس، العدد18، ص25-34.
14. زايد فهد خليل. (2006). الإستراتيجيات الحديثة في تربية الطفل، ط1، عمان، الاردن: دار يافا العلمية.
15. صمويل تامر بشرى. (2015). أثر برنامج علاجي لتنمية مهارات الشم والتذوق لدى أطفال التأخر العام والتوحد ذوي اضطراب البيكا. مجلة التربية المعاصرة، العدد 99، رابطة التربية الحديثة، ص252-201.
16. عائشة السوالمه، أحمد الصمادي. (2012). فعالية العلاج الواقعي الجمعي في تخفيف الضغوط النفسية وقلق الحالة لدى الحوامل. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد8، عدد4.
17. عدنان الطرشة. (2010). دليلك إلى المرأة ، ط6، الرياض ، السعودية: مكتبة العبيكان.
18. عمر طالب الريماوي، تيسير محمد عبد الله. (2012). الضغوط النفسية لدى الأم الحامل في منطقة رام الله، فلسطين. مجلة العلوم التربوية والنفسية ، جامعة البحرين ، مركز النشر العلمي، مج13، ع4 ، ص483-463.
19. غادة سعيد. (2021). التغذية السليمة للأم الحامل والطفل في مراحله الأولى. الجيزة، مصر: وكالة الصحافة العربية.
20. محمد عبد الفتاح المهدي. (2007). الصحة النفسية للمرأة (صور من العيادة النفسية)، ط1. المنصورة ، مصر: دار اليقين.