مجله سلامت معنوی
دوره ۳، شماره ۴، زمستان ۱۴۰۳
صفحات: ۴۹۶-۴۹۵
10.30491/JSH.3.4.495

نقش سلامت معنوی در بهبود بیماری‌های روان‌تنی و اختلال تبدیلی

The Role of Spiritual Health in Improving Psychosomatic Illnesses and Conversion Disorder

نصیرالدین جاویدی[۱]، مصطفی اکبری قمی[۲*]
Nasir Javidi [1], Mostafa Akbariqomi [2*]

[۱] *مرکز تحقیقات سلامت معنوی، پژوهشکده سبک زندگی، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله (عج)، تهران، ایران*
[۲] *مرکز تحقیقات مهندسی بافت و پزشکی بازساختی، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله (عج)، تهران، ایران*
[1] *Spiritual Health Research Center, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran*
[2] *Tissue Engineering and Regenerative Medicine Research Center, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran*

با توجه به اینکه موضوع ارتباط سلامت جسم و سلامت روان و سلامت معنوی در جامعه امروز به عنوان یکی از مسائل اساسی مورد توجه قرار گرفته است، به نظر ضروری است در بررسی و تحقیقات علمی بیشتر به اهمیت و نقش سلامت معنوی در بهبود بیماران و ارتقای سلامت توجه شود. سلامت معنوی در دو دسته از بیماری‌های جسمی با منشاء روانی تاثیر مستقیم دارد که شامل بیماری‌های روان‌تنی و اختلال تبدیلی است. این بیماری‌ها به ارتباط ذهن و بدن مرتبط هستند، اما از نظر ماهیت، علائم، و مکانیسم‌های زمینه‌ای تفاوت دارند.

بیماری‌های روان‌تنی (Psychosomatic) اختلالاتی هستند که در آن‌ها فاکتورهای روانی (مانند استرس، اضطراب، یا افسردگی) به طور مستقیم یا غیرمستقیم باعث علائم جسمی واقعی می‌شوند. این علائم ناشی از اختلالات فیزیولوژیکی و قابل شناسایی هستند. در واقع، استرس یا هیجانات منفی، سیستم‌های بدن (مانند سیستم ایمنی، غدد درونریز، یا عصبی) را مختل می‌کنند و به آسیب فیزیکی منجر می‌شوند. در تبیین این موضوع بایستی گفت زمانی که فرد به لحاظ روانی تحت فشار است و هیجانات منفی در روان فرد انباشته شده است، ارگانیسم درد خود را از طریق جسم و بدن بیان می‌کند که همان بروز بیماری‌هاست. بیماری‌هایی مانند زخم معده ناشی از استرس، پسوریازیس تشدیدشده توسط اضطراب، فشار خون بالا مرتبط با تنش روانی، آسم، دیابت و اختلالات در گوارش فرد از جمله بیماری‌های روان‌تنی هستند. نکته قابل توجه این است که برای درمان این بیماری‌ها زمانی که همراه با دارو، دوره‌های روان‌درمانی یا داروهای روانپزشکی تجویز می‌شود متوجه می‌شویم که درمان سریع‌تر رخ می‌دهد.

سلامت معنوی از طریق تقویت ارتباط فرد با خالق باعث ایجاد اطمینان خاطر و کاهش تنش و هیجانات منفی در فرد می‌شود و از این طریق باعث تسکین و بهبود حال جسمی فرد می‌گردد. همچنین زمانی که فرد به راز و نیاز با پروردگار خویش می‌پردازد و با منبع بالاتر و قدرتمند چون خالق صحبت می‌کند و به او توکل می‌کند، اتکا به این منبع قدرتمند الهی سبب احساس امنیت شده و ابراز کلامی ناراحتی‌های وی نیز سبب تخلیه هیجانات منفی فرد می‌شود و در واقع انباشتگی این تنش‌ها و هیجانات منفی باعث تبدیل آن به بیماری‌های مختلف جسمی شده است. مؤید این موضوع پژوهشی بود که در سال ۲۰۱۸ بر روی ۱۲۶۹ نفر از دانش‌آموزان دچار بیماری‌های روان‌تنی انجام شد که نتایج نشان داد کسانی که به معنویت بیشتر روی آوردند علائم روان‌تنی آن‌ها کاهش یافت. پاسخ‌های دانش‌آموزان نشان‌دهنده علائم روان‌تنی مختلفی بود که باعث پیشرفت تحصیلی بهتر آنان شد. معنویت عواملی از جمله احساس بی‌فایده بودن، و به دنبال آن عدم شادی، ناتوانی در تصمیم‌گیری و حل مشکلات و عدم تمرکز بر کاری که انجام می‌دهند را کاهش داد که باعث بهبود بیماری و درنتیجه پیشرفت چشم‌گیری در عملکرد تحصیلی آنان گردید.

همچنین بیماری‌هایی که در قدیم به نام هیستری می‌شناختند

*نویسنده مسئول: **مصطفی اکبری قمی**. پست الکترونیک: makbariqomi@gmail.com
دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۱۲/۰۸ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۱۲/۱۰

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]
[DOI: 10.30491/JSH.3.4.495]

و امروزه به عنوان اختلال تبدیلی (Conversion Disorder) یا اختلال علائم جسمانی (Somatic Symptom Disorder) شناخته می‌شوند، نیز با سلامت معنوی در فرد بسیار مرتبطند. اختلالات تبدیلی در واقع، دارای علائم جسمانی بدون پایه پزشکی هستند که ناشی از تعارضات ناخودآگاه در سطح روانند. مانند: فلج دست پس از یک ضربه روانی، نابینایی بدون علت عصبی، یا تشنج‌های غیرصرعی، که این موارد اغلب پس از یک رویداد استرس‌زا یا تروماتیک رخ می‌دهند. درواقع زمانی که مغز به طور ناخودآگاه استرس یا ترومای روانی را به علائم فیزیکی "تبدیل" می‌کند، بدون اینکه آسیب ساختاری در بدن وجود داشته باشد باعث ایجاد این علائم در فرد می‌شود.

در بیماری‌های روان‌تنی و اختلال تبدیلی، تعادل در ارگانیسم از بین می‌رود و جنبه مشترک آن‌ها این است که در فرد اضطراب ایجاد می‌کنند که باعث ایجاد بیماری جسمی در فرد می‌شود.

سلامت معنوی به تعادل و هماهنگی بین بدن، ذهن و روان کمک می‌کند و از طریق کاهش اضطراب باعث بهبودی در این بیماری‌ها می‌شود. اکثر مطالعات تأثیر مثبت رویکردهای معنوی بر سلامت و سیر بهبودی بیماران را تأیید کرده‌اند. آنان نشان داده‌اند افرادی که درمان دریافت می‌کنند و در عین حال به سلامت معنوی خود نیز توجه می‌کنند، توانایی پذیرش و برخورد با بیماری‌های جسمی خود را افزایش می‌دهند و بهبود سریع‌تری را تجربه می‌کنند. در حال حاضر بسیاری از مراکز درمانی و بیمارستان‌ها با شناخت نقش سلامت معنوی در بهبود بیماران، اقدامات خاصی را در جهت توسعه و تقویت این بُعد از سلامت انجام می‌دهند.

بنابراین سلامت معنوی، که شامل ارتباط با خداوند، پذیرش معنای زندگی و ارتباطات معنوی با دیگران است، نقش مهمی در بهبود جسم و روان بیماران دارد. آن‌ها از طریق ارتباط با خداوند و پذیرش معنای زندگی، قادر به یافتن آرامش و تسکین در مقابل دردها و و رنج‌های جسمی خود هستند. ایجاد بینش معنوی در بیماران و ارائه مراقبت معنوی، راهبردی برای مقابله و مدیریت بیماری است. از مهمترین جلوه‌های عملی معنویت نماز خواندن و دعا کردن است که در بهبود بسیاری از بیماری‌های حاد و مزمن موثر گزارش شده است. کاهش سطح افسردگی، نا امیدی، اضطراب، اختلالات شناختی و رفتاری، افزایش اعتماد به نفس، سازگاری با بیماری و درمان، افزایش سطح ایمنی بدن، کاهش دوره نقاهت و بهبود عملکرد فیزیکی از جمله اثرات مثبت قابل توجه معنویت بر سلامت هستند که در بیماری‌ها و شرایط بالینی مختف مانند سرطان، بیماری‌های قلبی- عروقی، دیابت، آلزایمر، پارکینسون، کووید-۱۹ و ... مورد بررسی قرار گرفته‌اند.

با توجه به اینکه اهمیت سلامت معنوی و مراقبت معنوی در بهبود بیماران به طور کامل در جامعه ما مورد توجه قرار نگرفته است، پیشنهاد می‌شود که برنامه‌های آموزشی و درمانی مبتنی بر این بُعد از سلامت در مراکز درمانی و بیمارستان‌ها گسترش یابد. همچنین این موضوع باید در دستور کار مسئولین سلامت و ارائه‌دهندگان خدمات بهداشتی و درمانی قرار گیرد و اثربخشی آن در بهبود بیماری‌ها و افزایش کیفیت زندگی بیماران مورد توجه قرار گیرد. در همین راستا دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله(ع) آموزش مباحث سلامت معنوی را در دوره پزشکی عمومی از مهر ماه سال ۱۴۰۲ آغاز کرده است. همچنین با اعتقاد به اینکه توجه به سلامت معنوی در بهبود بیماران می‌تواند یک قدم مهم در جهت ساختن جامعه‌ای سالم و پویا باشد، لازم است نشریات دانشگاهی (به خصوص مجلات در حوزه سلامت معنوی) به این موضوع توجه کنند و با بررسی علمی و جامع برای افزایش آگاهی عمومی از مزایای پتانسیل معنویت برای روش‌های درمانی سلامت کمک کنند.

تضاد منافع: نویسندگان تصریح می‌کنند که هیچ‌گونه تضاد منافعی در مطالعه حاضر وجود ندارد.

منابع

1. Abbasian L, Abbasi M, Shamsi Gooshki E, Memariani Z. Survey on the Scientific Position of the Spiritual Health and its Role in Preventing from Diseases: A preliminary Study. Quarterly Journal of Medical Ethics. 2012;4(14).
2. Watson NJ, Nesti M. The role of spirituality in sport psychology consulting: An analysis and integrative review of literature. Journal of Applied Sport Psychology. 2005; 17(3):228-39.
3. Najafi K, Khoshab H, Rahimi N, Jahanara A. Relationship between spiritual health with stress, anxiety and depression in patients with chronic diseases. International Journal of Africa Nursing Sciences. 2022; 17:100463.
4. Koenig HG. Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. International Scholarly Research Notices. 2012;2012(1):278730.
5. Puchalski CM. The role of spirituality in health care. Baylor University Medical Center Proceedings. 2001; 14(4):352-7.
6. Tabei SZ, Zarei N, Joulaei H. The impact of spirituality on health. Shiraz E-Medical Journal. 2016;17(6):e39053.

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.3.4.495]