

## عيادة

## اصفرار العين: تحسسوا الكبد

العين هي ميزان الجسم. ليس هذا قولاً عابراً، فصحة العين، وتحديداً مظهرها، يؤشران إلى ما يمكن أن تكون عليه صحة الجسم. فعندما يكون مظهر العين سليماً يكون الجسم سليماً. لكن، في بعض الأحيان قد لا تكون العين كذلك، فقد تحدث فيها بعض المشكلات التي غالباً ما تُنذر بأن ثمة مشكلة في الجسم. وقد يكون اصفرار العين أحد أهم الإشارات للبحث عن مكان المشكلة الحقيقي في أحد أعضاء الجسم. والسؤال هنا، ماذا يعني اصفرار العين؟ وما هي أسبابه؟

ثمة حالة واحدة قد يحدث فيها هذا الاصفرار وهي الإصابة باليرقان. أما كيف يحدث ذلك؟ تشير الدراسات الطبية إلى أنه عندما تقوم المكونات التي تحمل الأوكسجين في الدم والتي تعرف بالهيموجلوبين بالانكسار إلى البيليروبين، من المفترض أن يتحرك البيليروبين من الكبد إلى القنوات الصفراوية، ليخرج بعدها من الجسم مع البراز. لكن في بعض الأحيان، يحدث ذلك ويتراكم البيليروبين في الجلد متنسباً بظهور اللون الأصفر، والذي يبدو جلياً في العين.

وقد ينذر اصفرار العين باختلالات كثيرة في الجسم بعضها خطر إذا لم يجر التنبيه له مبكراً. وفي هذا الإطار يمكن الحديث عن 3 أماكن يمكن أن ينذر اصفرار العين بوجود اختلالات فيها وهي الكبد والمرارة والبنكرياس.

## أما هي هذه الاختلالات؟

- تليف الكبد وهي حالة مرضية تحدث عندما يُصاب الكبد بندوب نتيجة تراكم بروتين الكولاجين فيه، ومن أسباب هذا التليف هو تعاطي الكحول وتراكم الدهون في خلايا الكبد.

- داء ترسب الأصبغة الدموية، وهو



مرض يرتفع فيه تركيز الحديد في الدم، ويتراكم في أنسجة الجسم.

- متلازمة الأجيل وهو اضطراب وراثي في الجهاز الهضمي.

- التهاب الكبد الفيروسي المزمن (B)، و(C)، وبشكل أقل التهاب الكبد (A)، و(D).

- داء اختزان الغليكوجين وهو اضطراب وراثي في التمثيل الغذائي للسكر.

- التهاب الكبد المناعي الذاتي وهو عيب خلقي ينتج عنه انسداد القنوات الصفراوية.

- انسداد قناة المرارة (قناة الصفراء) مما يؤدي إلى تراكم مادة الصفراء.

- انسداد قناة البنكرياس، وينتج عن عدة حالات طبية منها سرطان البنكرياس.

- اضطرابات الدم، التي تؤثر على مُعدّل إنتاج خلايا الدم الحمراء

وعمرها، مثل فقر الدم المنجلي وتناول أدوية تُسبب فقر الدم الانحلالي وعدم التوافق بين الدم المنقول والدم المنقول إليه والملازيم ومرضى تكور الدم والتلاسيميا وأنيميا الفول.

## الملازيم

لا يوجد علاج واحد لاصفرار العين، فلكل سبب علاج يختص به. من هنا، يجب على المصاب بهذه المشكلة اكتشاف الأسباب قبل أخذ العلاجات المناسبة. وفي هذه الحالة، يتوجب إجراء الفحوص اللازمة للتشخيص الدقيق والتأكد من عدم وجود أمراض خطيرة في الكبد والبنكرياس والمرارة.

ما عدا ذلك، يمكن الحديث عن علاجات أساسها التغذية السليمة:

- تناول الخضروات الفواكه بكافة أنواعها، كما يجب الإكثار من تناول اليقطين والليمون والبرتقال والجزر.

- الإكثار من الخضروات الورقية للتمكن من التخلص من السموم في الكبد، ومن هذه الخضار الجرجير والسبانخ.

- تناول المكسرات بأنواعها مثل الفول السوداني واللوز وغيرها لاحتوائها على نسبة عالية من المعادن.

- التقليل من تناول المواد الدهنية والمحليات الاصطناعية.

- التقليل من المواد الكربوهيدراتية. الإكثار من تناول الماء بمعدل ثمانية أكواب يومياً للحفاظ على رطوبة الجسم.

- الابتعاد عن شرب الكحول.

- التقليل من شرب الكافيين.

- الابتعاد عن العوامل المسببة لحدوث تهيج في العين مثل حبوب اللقاح والدخان.

- النوم لمدة تتراوح من سبع إلى عشر ساعات في اليوم.

## مقال

## الموسيقى أيضاً «وسواس قهري»!

## مارز حيدر

من أكثر الأمراض النفسية شيوعاً في عصرنا هذا حالة مرضية تسمى «ثنائي القطب»، وأخرى هي «الوسواس القهري». أما بالنسبة إلى الحالة الأولى، ثنائية القطب، هي عبارة عن تقلبات حادة في المزاج يعاني منها الشخص، فيمضي حياته متنقلاً بين الكآبة الشديدة والفرح العارم. أما الوسواس القهري، فيعاني بسببه المريض من فكرة متكررة في رأسه تسيطر على عقله طوال النهار ولا يستطيع التخلص منها.

من الثنائيات والوسواس إلى الموسيقى. إحدى لغات العقل، فالموسيقى يكتب أفكاره بشكل لا واع، عكس الفيلسوف الذي يكتبها بشكل واع. وعبر مراقبة الجمال الموسيقية المكتوبة، نستطيع تحليل آلية عمل العقل وتفاعل الوعي مع اللاواعي. ومثال على ذلك ألحان بليغ حمدي التي تظهر «ثنائية القطب»، واضحة في ألحانه. فهذا الملحن كان ينتقل في معظم أغانيه من حالة الحزن الكبير إلى الفرحة العارم بشكل مفاجئ وهذا ما ميّزه، ولكن أغنية «موعود» التي

غناها عبد الحليم حافظ مثلاً على ما أقول، فلو تأملت موسيقى المطع لانتهت إلى مدى حزنه الذي يبلغ حدّ الكآبة، «موعود معاً بالعذاب (...)»، ثم فجأة ينتقل إلى الفرحة والغبطة العارمتين «وأمانة يا دنيا أمانة»، وقس على ذلك الكثير مما لحن. هذا النسق التلحيني يطبع أعاني بليغ، ويشير إلى إصابته بثنائية القطب، ولا بد أن سلوكه في الحياة قد انطبع بهذا المرض، وكان التلحين إحدى وسائله في تصريف طاقة اللاوعي للمحافظة على صحته العقلية.

أما بالنسبة للأخوين رحباني، فألحانها تسللت نحونا بنسق مختلف، لازمة متكررة ترسم شكل الأغنية، ولو كانت من ماء، تكرار الجملة الموسيقية يميز ألحانها. أغنية «علموني» هي مثال بسيط عن حالة متكررة «علموني هنّي علموني»، هذه جملة موسيقية تتكرر «على حبك فتحو لي عيونني»، ثم تتكرر «والتقينا وانحكى علينا» وتعود لتنتهي معها الأغنية. هذا التكرار اللحني لا يستطيع تمييزه المستمع، كون الكلمات، إضافة إلى

صوت فيروز، يتقلان الأغنية بسحر لا هروب منه. لكن إذا قرأنا نوتات الأغنيات بشكل مجرد لوجدنا تكرار الجمل الموسيقية في معظم الأغاني. هذا من سمات الوسواس القهري الذي يسيطر على العقل ويدفعه للعمل بشكل دائم لتحقيق فكرة، وإذا أخذنا طفولة الأخوين رحباني مع أب عنيف، نستطيع حينها أن

## نستطيع تحليل آلية عمل العقل وتفاعل الوعي مع اللاوعي عبر مراقبة الجمال الموسيقية

نفهم جذور هذا الوسواس المطبوع بالخوف من الموت كون التهديد كان قريباً ينبع من الداخل عبر الأب. الوسواس القهري كان يدفعهما للعمل بشكل مكثف وهذا يشرح كثافة الألحان والإنصهار بالمهنية حدّ التوحد، وصولاً إلى العمل المضني على الصعيد الإعلامي والفني في بداياتهما لإثبات نجاحهما، كما يشرح حالة القلق الكثير الداخلي

الذي كان يعتريهما بشكل دائم كما ذكرنا في مقابلاتهما دون معرفتهما السبب. في ألحان زياد الرحباني محاولة للتجديد ولتغيير الموروث، الحسانه تميل إلى اللغة العلمية، كمن يكتب معادلات رياضية ترسم جمالها. ولكن إن أخذنا أغنية «قد يش كان في ناس» مثلاً وحاولنا إلقاء نظرة على عالمه الداخلي انطلاقاً من جملها الموسيقية لوجدنا صراعاً بين زياد وأهله، فهذه الأغنية تنقسم إلى جزئين، جزء يتحدث فيه عن الآخرين، الناس الذين تنتظرون بعضهم ويعيشون الحب، وجزء يتحدث فيه عن نفسه حين لا أحد ينتظره، ولا أحد يذكره. في الجزء الذي يتحدث فيه عن الناس يبدو اللحن متحرراً، الجمال الموسيقية جديدة وحرّة لا نمط يحددها، أما الجزء الذي يتحدث فيه عن نفسه فيعود للآزمة المتكررة، تدور الكلمات على نفس الجملة الموسيقية التي تتكرر عدة مرات. هنا يظهر الوسواس القهري الموروث والذي يرمي بثقله عليه مسبباً له الحزن والوحدة.

نصل إلى ألحان «عبد الوهاب» نشعر بها ذكية وحرّة من المجازفة. جمل

عبد الوهاب في معظمها متشابهة، يستعمل نفس النوتات في معظم أغانيه ولكن بشكل مختلف كل مرة. لا يغامر ولا يخرج عن سلمه المعهود لكنه يبدع في التوزيع. يبدو عبد الوهاب طفلاً سعيداً مطمئناً. ربما هذا بسبب كونه الذكر الوحيد عند أهله، ما جعله يستثمر ذكاه بثقة مع سعي دائم للحفاظ على النفس عبر الهروب من المخاطر في التلحين أو في الحياة، ربما هذا يفسر سبب خوفه من الطيران.

للعقل لغة بيولوجية يتفاعل بها مع الجسد ويُعرّف عبرها الوجود لينتج أمراضه وصحته، لغاته وإبداعاته، علمه وكل ما احتوى العالم الإنساني من تجسّادات، هو عضو من أعضاء الجسد يقوم بمهام كثيرة، كاليد مثلاً، لو فقدت أحد الأصابع تأثرت كل مهامها. كذلك العقل، تركيبته تتجسد في كل إنتاجاته وقد يصل التطور البشري يوماً ما إلى قراءة الأفكار عبر فحص روتيني وشرح أسبابها كما يقرأ فحص الدم، وقد يصبح علاج العقل بسيطاً كعلاج الكوليسترول، مع الحفاظ على أصالة الإبداع، لم لا؟ \* طبيب أسنان