

המחיר הפיזי הנסתר

ד"ר לירז כהן-ביטון | Liraz1785@gmail.com

הפקולטה לעבודה סוציאלית, המכללה האקדמית אשקלון

כלים: שאלון (ITQ) - מעריך PTSD לפי ICD-11 בשלושה אשכולות: חוויה מחדש, הימנעות, וחוש איום נוכחי/היפר-יג'ילנס.

שאלון PTGI: צמיחה פוסט-טראומטית בחמישה ממדים: קשר לאחרים, אפשרויות חדשות, חזק אישי, שניו רוחני והערכת החיים.

מדדי בריאות גופנית פריטי דיווח עצמי להערכת הידרדרות בריאות, הפרעות שינה, עייפות כרונית, כאב וסימפטומים סומטיים.

מדגם: הסקר כלל 2,889 תושבים מקהילות העוטף מתוכם 34.6% גברים ו-64.4% נשים.

גיל ממוצע של המשתתפים היה 47.8 שנים ($SD = 15.3$) בטווח גילאים 18 ומעלה. המגיבים הגיעו מ-73 יישובים. 84.8% מהמגיבים הם הורים, ו-75.8% גרים בקהילות 10 שנים ומעלה, או כל חייהם.

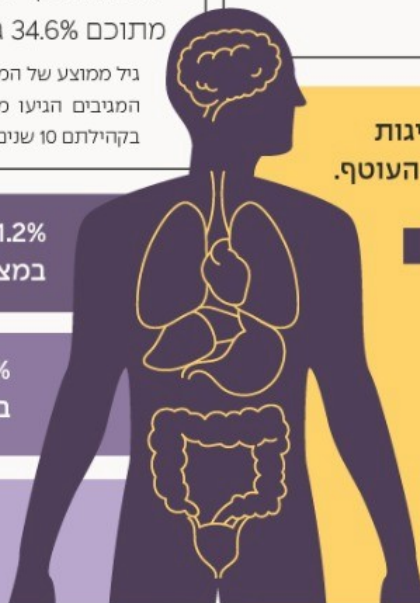
אירועי 7 באוקטובר 2023 והמלחמה העצימו את האיום המתמשך **הנתונים מצביעים על השלכות בריאותיות גופניות ונפשיות מצטברות.**

מחקרים בתחום מחזקים כי אזרחים הנחשפים למלחמה טרור ואיומים ביטחוניים סובלים מסימפטומים גופניים ונפשיים כאחד: הפרעות שינה, עייפות כרונית, כאב ועוררות אוטונומית, תוצאות פיזיולוגיות של הפעלת ציר ה-HPA והמערכת האוטונומית.

מטרת המחקר-

לבחון את שכיחות הסימפטומים הגופניים והסומטיים בקרב תושבי העוטף לאחר 7 באוקטובר ובמהלך המלחמה המתמשכת.

הממצאים מספקים עדויות ברורות ומדאיגות לגבי העומס הגופני והנפשי בקרב תושבי העוטף.



71.2% מהתושבים דיווחו על הידרדרות במצב בריאותם הגופנית מאז 7 באוקטובר

40.7% מהמשתתפים דיווחו על עלייה בהערכת החיים

39.8% מהמגיבים משתמשים בתרופות/חומרים/שוקלים להתחיל

הפרעות שינה 69%

עייפות כרונית 52%

כאבי ראש 33%

דפיקות לב מואצות 30%

כאבי בטן 22%

בעיות עיכול 17%

לחם דם גבוה 12%

המלצות

- מערכת מעקב בריאותי לטווח ארוך ומענה טיפולי הוליסטי גוף ונפש - הקמת מערכת מעקב פעילה לניטור ההשפעות המצטברות של הטראומה על מערכות גוף שונות, כולל סקירות תקופתיות למחלות קרדיווסקולריות, סוכרת, תסמונות כאב כרוני והפרעות אוטואימוניות.
- מרכזי טיפול בכאב כרוני ייעודיים - פיתוח מרכזים מתמחים המשלבים גישות פרמקולוגיות ופסיכולוגיות.

מסקנות

הממצאים חושפים עומס גופני ונפשי משמעותי בקרב אוכלוסיות החיות תחת איום מתמשך. התוצאות מדגישות את הצורך בגישות בריאות משולבות המתייחסות לממדים הגופניים והנפשיים כאחד. השילוב שבין מצוקה וצמיחה מאיר את האופי המורכב של הטראומה.

השלכות

יש לראות באיום המתמשך מצב הקשרי קבוע לא אירוע חד-פעמי. שילב פרספקטיבות מודעות-טראומה ברפואה הכללית, לא רק בבריאות הנפש. הכרה באופי המגולם של הלחץ הכרוני תפחית אבחון חסר ואי-לגיטימציה של תסמינים גופניים, במיוחד עבור נשים ומבוגרים הנושאים עומס סימפטומים גבוה יותר ואשר תלונותיהם עלולות להיות מוזנחות.