

Premenstrual dysphoric disorder in benha universit female students

Hanaa El sayed Abd El Rahman

ان اضطرابات عسر المزاج ما قبل بدء الدورة الشهرية يسبب حالة من الضعف والالم تؤثر على نسبة تتراوح بين 3% الى 8% من نساء العالم خلال سنوات الخصوبة ويتميز هذا الاضطراب باعراض جسمانية ،ادراكية وعاطيفية هذه الاعراض تتكرر اثناء الاسبوع السابق لنزول الدورة الشهرية وتزول مع بدأ نزول الطمث .يؤثر اضطراب عسر المزاج ما قبل الدورة الشهرية فى الجوانب العلمية ،والاجتماعية ،الجسمانية والمهنية للمريضة من المرجح الان ان الاناث اللاتى تعانين من اضطرابات عسر المزاج ما قبل الدورة الشهرية لديهم عدم انتظام فى مادة السيروتونين والذى ينشط مع التغيرات الشهرية فى هرمونات الانوثة العوامل المؤدية الى هذا الاضطراب تشمل بداية سن الخصوبة بعض العادات الغذائية السيئة مثل الاكثار من الحلوى والملح والسمنة والضغط النفسى وعدم ممارسة الرياضة والمستوى الاجتماعى والبيوموغرافى ،زيادة فترة الطمث عم ست ايام ،الاصابة بأمراض نفسية سابقة ووجود الاستعداد الوراثى لهذا الاضطرابصممت هذه الدراسة بهدف التعرف على بعض العوامل التى تؤدى الى حدوث اضطراب عسر المزاج ما قبل الدورة الشهرية وغالتخطيط لعمل برنامج شامل لتحسين صحة الطالبات التى تعانين من هذا الاضطراب والنهوض بأدائهن الاجتماعى والاكاديمىضمنت هذه الرسالة 612 طالبة من مختلف كليات جامعة بنها قامت الطالبات بملاء استبيان مكون من بيانات شخصية ،ديموغرافية -اجتماعية ،تقييم الاداء الدراسى والاجتماعى للطالبات ،خصائص الدورة الشهرية ،أعراض الاسبوع السابق للدورة الشهرية متضمنة الاكتئاب ،القلق،والادراك واعراض جسمانية كما يشتمل الاستبيان اسئلة حول بعض العادات الغذائية ،التدخين،تناول الكحول،النشاط الرياضى ،الختان وما اذا كانت الطالبة تعاني من امراض نفسية او جسمانية خضعت كل طالبة لفحص طبى عام وقياس للوزن والطول توطئة لحساب معيار كتلة الجسم أظهرت الدراسة ان معدل انتشار اضطراب عسر المزاج ما قبل الدورة الشهرية بين الطالبات المشاركات فى الدراسة بلغ نسبة 51.47%بينما وجد ان 35.78%من الطالبات موضع الدراسة كانت لديهن بعض الاعراض التى تسبق نزول الدورة الشهرية لكن لم تنطبق عليهن المعايير التشخيصية للاضطرابات عسر المزاج قبل الدورة الشهرية وقد ادرجن ضمن متلازمة ما قبل الدورة الشهرية وقد وجد ان حوالى 12.75% من الطالبات لم تكن لديهن اية اعراض تسبق نزول الدورة الشهرية على الاطلاق تراوحت اعمار الطالبات المشاركات فى هذه الدراسة والى تعانين من اضطراب عسر المزاج قبل الدورة الشهرية بين 18و24سنة وكان متوسط اعمارهن 1.4+ 19.5 سنهين بلغت نسبة الطالبات الريفيات 40.52% وقد بلغت نسبة الطالبات اللاتى تعانين من اضطراب عسر المزاج قبل الدورة الشهرية ومن لديهن متلازمة ما قبل الدورة الشهرية بين طالبات الحضر 61.27%و58.45% على التوالى وهى اعلى منها بين طالبات الريف 38.73%و41.55% على التوالى وقد صنفت الطالبات فى هذه الدراسة وفقا للمستوى الاجتماعى الى طالبات ذات مستوى اجتماعى مرتفع وبلغت نسبتهن 58.17% طالبات ذات مستوى اجتماعى متوسط وقد بلغت نسبتهن 33.99% فى حين بلغت نسبة الطالبات ذات المستوى الاجتماعى المنخفض 7.48%.اتضح من هذه الدراسة ان 61.54%من الطالبات اللاتى لا تعانين من اية اعراض قبل الدورة الشهرية لا يعرفن ما اذا كانت امهاتهن تعانين من اعراض ما قبل الدورة الشهرية ام لا كما تبين ان 60% من الطالبات اللاتى كن ابناء وحيدات تعانين من اضطراب عسر المزاج قبل الدورة الشهرية وقد وجد ان تناول الملح ،الحلو،الشاي والقهوه بكثرة من العوامل المؤدية لحدوث اضطراب عسر المزاج قبل الدورة الشهرية حيث نلاحظ فى هذه الدراسة ان 56.38% من الطالبات اللاتى لا يكثرون من تناول الملح ليست

لديهن اية اعراض تسبق نزول الدورة الشهرية فى حين ان الطالبات اللائى يتناولن الملح بكثرة وتعانين من اضطراب عسر المزاج قبل الدورة الشهرية واللائى لديهن متلازمة ما قبل الدورة الشهرية بلغت نسبتهن 53.33% و51.6% على التوالى كما ان الطالبات اللائى يتناولن الحلوى بكثرة وتعانين من اضطراب عسر المزاج قبل الدورة الشهرية بلغت نسبتهن 54.48% ونحو 5/4 الطالبات اللائى لا يتناولن الشاى والقهوة بكثرة لا تعانين من اية اعراض تسبق الدورة الشهرية سجلت الدراسة اعلى نسبة للطالبات اللائى تعانين من اضطراب عسر المزاج قبل الدورة الشهرية بين طالبان الطب البيطرى قد بلغن نسبتهن 81.82% ويليهن طالبات الاداب والزراعة بنسبة 58.04% و54.17% على التوالى فى حين كانت اقل نسبة للطالبات اللائى لا تعانين من اعراض تسبق الدورة الشهرية بين طالبات الطب البشرى ،التجارة والحقوق وكانت النسبة على التوالى 18.8%،20%،51%،22.8%