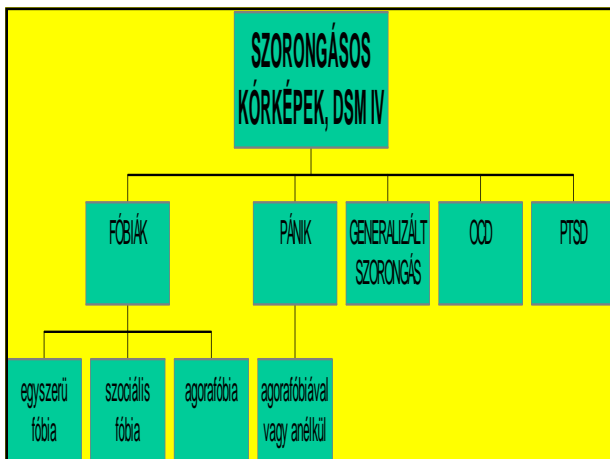


KÉNYSZERBETEGSÉG - OBSZESSZIV-KOMPULZIV ZAVAR

A szorongásos zavarok

A szorongás, az irracionális és patológiás félelem „tárgyat keres magának”. A struktúráképző elem lehet az idő (pánik), a tér (fóbia), valamely kognitív struktúra (kényszer gondolat) vagy valamely magartási rituálé (kényszer cselekvés)



A szorongás differenciáldiagnosztikai döntési fája

1. Általános orvosi betegség, nem pszichiátriai állapot kizárása
2. Szervedélybetegség kizárása
3. Diszkrét, **hirtelen fellépésű epizód** jellegzetes tünetekkel, pánik-roham
4. A fennmaradó további lépések a szorongás tartalmától függenek.
 - a. az egyén **mitől szorong, milyen szituációkat kerül el?** (félelem a következő pánikrohamtól, félelem a szociális szerepléstől, félelem a megfertőződéstől stb.)
GAD - reziduális kategória a nehezen kontrollálható **krónikus szorongásra** vonatkozóan
 - b. a szorongás **stresszre adott válasz-e?** (akut stresszbetegség, PTSD, alkalmazkodási zavar)

KÉNYSZERBETEGSÉG

- KÉNYSZER GONDOLAT
- - AKARATTÓL FÜGGETLEN
- - VISSZATÉRŐ
- - ÉNIDEGEN
- - SZORONGÁST KELT
- - A BETEG TISZTÁBAN VAN IRRACIONALITÁSÁVAL
- KÉNYSZER CSELEKVÉS
- - ELŐBBIRE ADOTT VÁLASZ
- - CÉL: SZORONGÁSCSÖK-KENTÉS
- REPETITIV
- TULZOTT, ÉRTELMETELEN
- CSELEKVÉSSOR

A leggyakoribb kényszer gondolatok (obszessziók) és kényszer cselekvések (kompulziók)

Obszessziók	Kompulziók
Kontaminációs jellegű kényszer gondolatok (félelem a fertőzéstől, a piszoktól)	Tisztálkodási kényszer cselekvések
Agresszív kényszer gondolatok	Ellenőrzési kényszer cselekvések
Szexuális kényszer gondolatok	Mentális (gondolkodási) rituálék
Patológiás kételkedés	Ismétlésees rituálék (pl. újraolvasás, lépegetés)
Vallásos kényszer gondolatok	Imádkozási rituálék
Szimmetriával, pontossággal kapcsolatos kényszer gondolatok	Megszámolási kényszer cselekvések

A szorongás etiológiája

Biológiai elméletek

1. Vegetatív idegrendszer

- Cannon
- James-Lange elmélet

2. Neurotranszmitterek

- noradrenalin
- szerotonin
- γ -aminovajsav (GABA)

3. Agyi képalkotó eljárások

- CT, MRI
- PET, SPECT

4. Genetikai vizsgálatok

- család-, ikervizsgálatok
- szerotonin transzporter gén polymorph.

5. Neuroanatomiai vonatkozások

- locus coeruleus
- raphe magok
- limbikus rendszer
- agykéreg

A szorongásos zavarok neurokémiai alapjai

- GABA-A RECEPTORKOMPLEXUM (omega 1-6)
- SZEROTONERG RENDSZER (dorzális raphe magvak)
- NORADRENERG RENDSZER (locus, Dopaminerg rendszer szerepe is feltételezhető)
- GENETIKAI tényezők-SERT polimorfizmus
 - szem.vonások
- HPA axis dysreguláció, cortisol szerepe

a kezelés alapját képező pszichológiai etiológiai elméletek

- ◆ Tanulásemélet - viselkedésterápia
- ◆ Kognitív megközelítés - kognitív terápia
- ◆ Pszichodinamikus etiológiai elméletek - pszichodinamikus terápiák
- ◆ Egyéb lehetőségek
 - ◆ szupportív terápia
 - ◆ családterápia
 - ◆ csoportterápia

Tanuláseméleti háttér

- ◆ Obszessziók - kényszer gondolatok
 - ◆ relatíve semleges stimulus félelemmel vagy szorongással társul (reszpondens kondicionálás)
 - ◆ korábbi semleges gondolat a kondicionálás révén diszkomfortot vagy szorongást fog kiváltani
- ◆ Kompulzió - kényszer cselekvés
 - ◆ aktív - elkerülő stratégia (kényszeres vagy rituális viselkedés)
 - ◆ hatékonyan tudja csökkenteni szorongását
 - ◆ szorongáscsökkentő hatékonyság miatt fixálódik

A cselekvésszerveződés láncolata tisztálkodási kényszer esetében

S (inger)	R (belső reakció)	S ^d (kiváltó inger)	R (reakció)	C (következmény)
Kilincs megfogása	Bepiszkolódás élménye	Mosakodás kiváltó ingere	Mosakodás	Megkönnyebbülés

Kényszer cselekvés két típusa

- tisztálkodási kényszer
- kontrollkényszer
- restauratív - a jelentkező zavar megszüntetése
- preventív - katasztrófa megelőzése

A KEZELÉS ÁLTALÁNOS ELVEI

- Általában ambuláns formában történik
- Pszichiátriai beutalás szükséges lehet
 - súlyos funkcióképtelenség (komorbiditás!)
 - magatartászavar
 - szuicid veszély
- Fenntartó farmako- és pszichoterápia
- Hosszú távú követés - gondozás
- Visszaesés megelőzése
- Házi orvosi kezelés - szakorvosi konzultáció

A szorongásos zavarok farmakoterápiájának neurokémiai alapjai

- GABA-A RECEPTORKOMPLEXUM (omega 1-6)
 - a benzodiazepin-agonisták csökkentik a szorongást
- SZEROTONERG RENDSZER (dorzális raphe magvak)
 - 5-HT antagonisták csökkentik a szorongást
- NORADRENERG RENDSZER (locus coeruleus)
 - autoreceptor stimulánsoknak (pl. clonidin) szorongáscsökkentő hatásuk van, presynaptikus alfa₂ gátló yohimbin pánikkeltő, postsynaptikus béta blokkolók hatása
- Dopaminerg rendszer szerepe is feltételezhető

A szorongásos zavarok gyógyszeres kezelésének lehetőségei

- BENZODIAZEPINEK
- SZEROTONIN (5-HT_{1A}) RECEPTOR PARCIÁLIS AGONISTÁI
- EGYES ANTIDEPRESSZÍV SZEREK
- NORADRENERG SZEREK (béta-receptor blokkolók)

ANTIDEPRESSZÍV SZEREK

- SSRI - citalopram, paroxetin, fluoxetin, sertalin, fluvoxamin,
- TCA, tetraciklusos - amitriptilin, imipramin, maprotilin, clomipramin
- SNRI - venlafaxin
- NaSSa - mirtazapin

A KÖVETÉS - GONDOZÁS ALAPELVEI

- Farmakoterápia hatékonyságának ellenőrzése
- A beteg együttműködésének fenntartása - compliance (az orvos elérhetőségének biztosítása - telefonkonzultáció)
- Mellékhatások követése - csökkentése (edukáció)
- Pszichológiai támogatás - aktuális események megbeszélése
- A teljesítmény és a szociális funkciók helyreállításának motiválása

A viselkedésterápiás stratégia kialakítása

- ◆ A tünetek felmérése - viselkedésdiagnosztika
 - ◆ a problémák általános leírása
 - ◆ részletes viselkedéselemzés
 - ◆ kognitív-szubjektív, emocionális, viselkedéses, fiziológiai
- ◆ Kialakulásának háttere
- ◆ Viselkedéses tesztek - célszituációkban
- ◆ Közvetlen megfigyelés - hozzátartozók, látogatás
- ◆ Kérdőívek - pl. Yale-Brown OC Scale
- ◆ Önmonitorozás

A viselkedésterápia alpmódszerei

Ingerexpozió és válaszmegelőzés

- ◆ Tisztálkodási kényszer
 - ◆ tegye ki magát beszenyező helyzeteknek, késleltesse a tisztálkodást
 - ◆ normális tisztálkodás gyakorlása
- ◆ Kontrollkényszer
 - ◆ önkontrollált válaszmegelőzés (pl. ne ellenőrizze, hogy okozott-e balesetet)
 - ◆ olvasott ismeretek ellenőrzése - ne olvassa el újra - húzza át filccel a sorokat, hogy ne legyen olvasható
 - ◆ érzékszervi depriváció - húzzon kesztyűt a kezére - nem tudja használni

Összefoglalás I.

- ◆ A kényszerbetegség kezelése komplex terápiás megközelítést igényel
- ◆ A farmakoterápia és a kognitív-viselkedésterápia együttes alkalmazásától várhatjuk a legjobb eredményeket
- ◆ Kiemelt fontossággal bír a kóros viselkedés pontos feltérképezése (viselkedésdiagnosztika)

Összefoglalás II.

- ◆ Az adott viselkedésmintázat feltérképezése alapján
 - ◆ választható ki az adekvát terápiás technika
 - ◆ tervezhető meg a terápiás folyamat
- ◆ Teherbíró munkaszövetség szükséges
 - ◆ a páciens együttműködésének megnyerése
 - ◆ motivációjának felkeltése és fenntartása szempontjából
- ◆ A terápia eredményessége érdekében egyéb tényezőket is figyelembe kell venni
 - ◆ páciens személyiségvonásai - komorbiditás
 - ◆ prognosztikai faktorok
 - ◆ terapeuta attitűdje