

**KÉNYSZERBETEGSÉG -  
OBSZESSZIV-KOMPULZIV  
ZAVAR**

# *A szorongásos zavarok*

A szorongás, az irracionális és patológiás félelem „tárgyat keres magának”. A struktúraképző elem lehet az idő (pánik), a tér (fóbia), valamely kognitív struktúra (kényszergondolat) vagy valamely magatartási rituálé (kényszercselekvés)

# SZORONGÁSOS KÓRKÉPEK, DSM IV

FÓBIÁK

PÁNIK

GENERALIZÁLT  
SZORONGÁS

OCD

PTSD

egyszerű  
fóbia

szociális  
fóbia

agorafóbia

agorafóbiával  
vagy anélkül

# A szorongás differenciáldiagnosztikai döntési fája

1. **Általános orvosi betegség**, nem pszichiátriai állapot kizárása
2. **Szenvedélybetegség** 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***

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

## **A leggyakoribb kényszergondolatok (obszessziók) és kényszercselekvések (kompulziók)**

### **Obszessziók**

### **Kompulziók**

**Kontaminációs jellegű kényszergondolatok (félelem a fertőzéstől, a piszoktól)**

**Tisztálkodási kényszercselekvések**

**Agresszív kényszergondolatok**

**Ellenőrzési kényszercselekvések**

**Szexuális kényszergondolatok**

**Mentális (gondolkodási) rituálék**

**Patológias kételkedés**

**Ismétléses rituálék (pl. újraolvasás, lépegetés)**

**Vallásos kényszergondolatok**

**Imádkozási rituálék**

**Szimmetriával, pontossággal kapcsolatos kényszergondolatok**

**Megszámolási kényszercselekvések**

# A szorongás etiológiája

## Biológiai elméletek

### 1. Vegetatív idegrendszer

- Cannon
- James-Lange elmélet

### 2. Neurotranszmitterek

- noradrenalin
- szerotonin
- $\gamma$ -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

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

## Tanuláseméleti háttér

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

## A cselekvésszerveződés láncolata tisztálkodási kényszer esetében

<b>S</b> (inger)	<b>R</b> (belső reakció)	<b>S<sup>d</sup></b> (kiváltó inger)	<b>R</b> (reakció)	<b>C</b> (következmény)
Kilincs megfogása	Bepiszkolódás élménye	Mosakodás kiváltó ingere	Mosakodás	Megkönnyebbülés

### Kényszercselekvés két típusa

- tisztálkodási kényszer

- **restauratív** - a jelentkező zavar megszüntetése

- kontrollkényszer

- **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
- Háziorvosi 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<sub>1A</sub>) RECEPTOR PARCIÁLIS AGONISTÁI
- EGYES ANTIDEPRESSZÍV SZEREK
- NORADRENERG SZEREK (béta-receptor blokkolók)

# ANTIDEPRESSZIV 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 alapmódszerei

## Ingerexpozió és válaszmegelőzés

### ◆ Tisztálkodási kényszer

- ◆ tegye ki magát beszennyező 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