Agresszió, depresszió, függőségek a 3. évezredben

áttekintés a neurobiológiatól a kultúráig

Fekete Sándor
Pécsi Tudományegyetem
Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinika

Neuro-Tömb és a PTE Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinika

http://psychiatry.aok.pte.hu

University of California, San Diego

Elvárások a mai pszichiátriával pszichoterápiával szemben

- A fogyasztói társadalom igényei
- „Depresszióipar” és pszichoterápia
- Adjon választ az élet alapvető kérdéseire?
- Vonja ki a társadalomból a bajkeverőket
- „Komoly” evidence-based vs „soft” tudomány
- Medicina része, határterület – a neurobiologiai háttér, presztizse, képe az (on-line) médiában..
- Kutatás – terápia ne legyen személytelen, kiégett segítő

A közelmúlt repülési katasztrófája

(ön)agresszió – depresszió – kiterjesztett öngyilkosság?

Megelőzhető lett volna?

http://www.newyorker.com/news/news-desk/no-psychiatry-could-not-have-prevented-the-germanwings-disaster

Pszichés zavarok kialakulásának háromdimenziós modellje

jz

Lehetséges megközelítések

Szemlélet, kutatás

- **Neurobiológia, genetikai, epidemiológia klinikai, pszichiátriai, lélektani**
- **Szocio-kulturális**
- **Pszichoterápia, farmakoterápia**

Medicinán belül – határhelyzet, szociális tudományok felé

„a neurobiológiától a kultúráig”

- …a pszichés működés az agy aktivitását tükrözi, ám az ún. „lelki zavarok” nem redukálhatók, írhatók le csak az „agy betegségeként”…

- pszichológiai és a neurobiológiai leírások közelítése…az integráció volna fontos (bio-pszicho-szocio-spirituális közelítés)

fMRI – Anterior Cingular Cortex (ACC)

Háttértényezők

- Genetikai polimorfizmusok, következményes génexpresszió változások, vulnerabilitás
- Neurokémiai modellek, monoamin
- Neuroendokrin, biologiai ritmusok
- Korai trauma, stressz
- Kognitív modellek, depr. sémák, tanult tehetetlenség
- Pszichodinamikus–veszteségek, önértékeles
- Szociális tényezők, szociális támasz

Neurobiológiai összefüggések stressz-vulnerabilitás modellekben

- A vulnerabilitás pszichiátriai diagnózis nélkül **is** jelen lehet korai kötődési zavar, súlyos trauma, elhanyagolás, génpolimorfizmus – módosult génexpresszión keresztül

- **Stressz** és a rá adott túlreakció a reziliencia csökkenése révén (HPA)

Stressz-vulnerabilitas depresszió modell

A korai traumák maradandó CRH hiperaktivitást (hiperreszponzi-vitást) okozhatnak

Ez károsíthatja a hippocampus sejteket így csökkenti a feedback kontroll lehetőségét, átalakítva a HPA válaszkészséget

Így minor sztresszorok is elhúzódó CRH kortizol válaszokat provokálhatnak

Ez ismételt expozíciókkal egyre kifejezettebb (long term potentiation)

Idővel a NA és 5HTT receptorok megváltoznak és megjelennek a szorongásos/depressziós tünetek

Régiók
(vmPFC, front operculum)
ahol csökkent az aktivitás
depresszióban,
szociális kognitív,
mentalizációs
feladat során

Simon, Herold, Fekete in press

Korai traumak, később súlyos megterhelő stresszek, életesemények jelentése is nagyon fontos, nem önmagában a stressz – hanem ahogy az egyén értelmezi.

Epidemiológiai adatok

Öngyilkossági ráták:

- Anglia: 6,9
- USA: 11
- Kanada: 11,3
- Németország: 11,9
- Lengyelország: 14,9
- Magyarország: 24,9
- Oroszország 27

Wikipedia: List of countries by suicide rate, Eurostat, 2010

Epidemiológiai adatok

- **Befejezett szuicidium gyakorisága:**
  - Világon: 1millió/év
  - Európában: 150.000/év
  - Magyarországon: 2300/év

- **Szuicid kísérletek:**
  - Legalább tízszeres (8-20x)

Wasserman: Oxford textbook of suicidology and suicide prevention. OUP, 2009

A pusztítás, hetero- és autoagresszió, s az indirekt formák – a szenvedélybetegségek spektruma **közös tőről fakad:**

- **az autonómia és identitás kérdései, örökített vagy tanult zavarok, az *élet és halál alapkérdéseire* adott válaszok, kulturális környezet interakcióinak eredői**

- **érintett tudományok a *genetikától a biológiai pszichiátrián át a pszicho-szocio-kulturális területekig*, vagy akár informatikáig…**

WILLIAM
STYRON
Darkness Visible
THE INTERNATIONAL BESTSELLER
PICADOR

Prefrontal cortex
Hypothalamus
Amygdala
Locus ceruleus
Cytokines
Cortisol
Increased sympathetic outflow
ACTH
Bone
Adrenal gland
Adipose tissue
D Bliss

Az erőszakos viselkedés, AGRESSZIÓ megjelenési formáinak spektruma (WHO 2002)

- Gyerekbántalmazás, családon belüli erőszak, nemi erőszak, idősek bántalmazása, öngyilkosság…
- Az **antiszociális viselkedés nem diagnosztikai** entitás, el kell különíteni pszichiátriai betegség esetén kialakult agressziótól.
- A pszichopathológia része **lehet diagnosztikus kategória is** (explozív zavar, antiszociális, borderline személyiségzavar, pszichózis)
- **Az erőszakos halálesetek 60%-a baleset, 25%-a öngyilkosság, 15% gyilkosság FBI 2011)**
- **Genetikai** kapcsolat **MAO-A gén** „harcos gén”, alacsony aktivitása SER-DA szabályozás révén agresszív viselkedés háttere

Lehetséges epigenetikai hatással rendelkező pszichoszociális tényezők

- *Szülői magatartás*
- *Krónikus stressz*
- *Életmód*

Purebl György ábrája

Van-e különbség az egészséges és a pszichiátriai betegek agressziója között?

- A betegek agressziójára jellemző az alacsony feszültségtűrő képesség, ingerlékenység,
- hiányoznak az agresszió érett kifejezési lehetőségei, az agressziót kontrolláló, levezető és megoldó viselkedésrepertoár,
- a szociálisan elfogadott önérvényesítő és rivalizációs technikák, kompenzációs lehetőségek,
- a fantáziában lejátszódó agresszív cselekmény utáni mérlegelés.

A betegeknél a két extremitás az agresszió kritikátlan kiélése ill. agresszió patológiás gátoltsága, vs öndestruktív kiélési formák.

- *A **SZORONGÁS*** az élet része, életalapérzés (Kierkagaard)
- A „semmivel szemközti lét” szorongása (Heidegger)

SZORONGÁS – AGRESSZIÓ lehet: (Ammon)

- Konstruktív – jelző, megküzdést segítő…
- Destruktív – pusztító, debilizáló…
- Deficites – hiányzó

MELANKÓLIA *(kultúrtörténet, pl. Földényi)*

Szorongás – pánikbetegség

lehetséges következményei

Megjegyzések a *DEPRESSZIÓRÓL*

Magyarországon a depresszió valamely formája a lakosság legalább egytizedét érinti

Elkülönítendő a társadalmi rossz közérzettől

A depressziós zavarok antidepresszív szerekkel és pszichoterápiával gyógyíthatók

A betegség létezését a társadalom nehezen fogadja el („jellemgyenge-ség”, moralizálás) Fő kockázata: az öngyilkosság

Nem heteroagresszív!

Gyógyszerszedés-hez pszichiáterhez kötődő negatív képzettársítások

ÖNGYILKOSSÁG – szándékos önpusztítás

- Döntő többségének hátterében mentális zavar áll, de személyiség-lélektani, szociokulturális tényezők meghatározóan befolyásolhatják
- Krízisállapotok, preszuicidális szindróma folyamata, beszűkülés – „végső közös útvonal”
- Racionális döntés létezik-e? (PAS, euthanázia)

RAISING CANE: THE SINGAPORE FLOGGING DEBATE

Newsweek®

1994 $2.95

Suicide

Why Do People Kill Themselves?

Plus

William Styron on the Mystery of Vince Foster

Kurt Cobain, 1967–1994

ABCMDG**********FIRM CR72

0004219433600151N094 N1-B
R CARLSON BLK010 P00295I
14 JEFFERSON #030231
OPEKA KS 66607-1140

A szuicid viselkedés egyszerű modellje

Terápiát, prevenciót, tudományos információkat is megjelenítő szuicid hiradások a médiában néhány országban (n=2203)

Mass media, cultural attitudes, and suicide. Results of an international comparative study Fekete S, Schmidtke A, Takahashi Y, Etzersdorfer E, Upanne M, Osvath P. Crisis. 2001;22(4):170-2.

A VILÁGHÁLÓ

Más weboldalak **támogató csoportokat,** segítségforrásokat jelenítenek meg (pszichiátriai és pszichoterápiák (Befrienders International, Samaritans)

„Cybersuicide" – Internetes weboldalak, levelezőlisták, önpusztítás a témájuk, Szuicid **paktumok**

Az önpusztítás **módszereire (gyógyszerek, eszközök)** vonatkozó információk találhatók

Fekete, S. 2002): The Internet – a new source of data on suicide, depression and anxiety.
A preliminary study Archives of Suicide Research. Vol. 6. Number 4. 351-361

A Golden Gate-híd

A DEPRESSZIÓ NEMCSAK BETEGSÉG?

A depresszió fogalma többrétegű: betegséget, lelki alkatot is jelent.

A depresszió kultúr-története évezredekre megy vissza.

Mai felfogásunkban a klinikai depresszió hátterében az agyi neurotranszmitterek zavara és bizonyos pszichológiai jegyek együttesen felelnek.

A depressziós kognitív rendszer

A depressziós karakter lényegét az **információfelvétel és feldolgozás** sajátosságaiban ragadhatjuk meg

A depressziós egyén az információkat **negatív irányban torzítja**. Nagyobb valószínűséggel vesz fel negatív érték-mozzanatokat tartalmazó jeleket, és választ ilyen viselkedési alternatívákat.

Az egyén sajátosan torzult képet alkot **önmagáról, másokról, a világról és a jövőről is (kognitív tetrad)**

Korai trauma, családi, szoc. zavar alapja lehet a kognitív **sérülékenységnek / depresszív karakter**

A DEPRESSZIÓ KEZELÉSÉNEK SAJÁTOSSÁGAI

Gyógyszer és pszichoterápia kombináció, főleg ha antidepresszáns adása kockázatos

Szükség szerint **anxiolitikum, alvásjavítás**

Antidepresszív szer, a választás sajátos szempontjai, augmentáció

Szupportív problémakezelés, ill. adott esetben célzottan pszichoterápia (**kognitív, dinamikus, családterápia**)

Pszichoedukáció

Antidepresszánsok…

C. Lynm

Pszichoterápia hatásos depresszióban

Amennyiben…

- időben limitált
- célkitűzéseiben explicit
- a terapeuta aktív, direktív
- az aktuális helyzetre fókuszált
- az aktuális viselkedés befolyásolására a törekvő
- rövidtávú célokat tűz ki
- a hozzá-tartozókat bevonja a kezelésbe

Pszichoterápia kutatások és az új évtized *„Psychoanalysis and Neuroscience," Mancia,2006*

- Pszichoanalitikus pszichoterápia és empiria? (Neurobiologically informed. Gabbard 2005)
-
- Kognitív terápiák „evidence based" hatásai es kutatás
- Tartalomelemzés, német kutatók
- eredményesség és folyamatkutatások

C.Serre *Savoir vivre*
Glénat 1981

Idegtudomány és bio-pszicho-terápiák

A neurobiológiai intervenciókknak pszichológiai hatása, pszichoterápiás intervenciókknak neurobiológiai effektusa is van. (Kandel, 1998)

A pszichoterápia hatékony formája lehet az agyi metabolikus aktivitás megváltoztatásának

A pszichoterápiás tanulási folyamat a génexpresszió változtatásával befolyásolja a szinaptikus kapcsolatok erősségét (Brenner, 2006)

Graphical summary of the reviewed articles: main findings, localized **in the lateral left hemisphere. Abbreviations: 5-HT2A = Serotonin-2A; [11C]MTrp =-[11C]methyll-ryptophan; rCMRglu = regional cerebral glucose metabolism; ↓ = decrease; ↑ = increas BA = Brodmann area; HL = high lethality; SA = suicide attempter.**

Sajátos relevanciája lehet a pszicho-terapeuták számára

(Viamontes, 2005)

Tükörneu-ronok körei

- mások cselekvéseihez jelentés tulajdonítása, az empátia neurobiológiai alapja lehet

Jutalmazás

- Rizikóértékelés-ben résztvevő strukturák – n.accumbens, OFC, aCC, amygdala

Neuronális körök

- a belső énállapotok, a viscerális self reprezentációival kapcsolatosak agytörzsben, inzulában

Memória körei

- hippocampus (explicit memória), prefrontalis (munkamemória), amygdala, OFC (másodlagos jutalmazó/ korlátozó), bazalis ganglionok (implicit memória)

Exekutív, értékelő körök

- prefrontális lebeny

A FÜGGŐSÉGEKRŐL

- Magyarországon a **függőségek** legalább a **lakosság egytizedét** érintik (alkohol: 13 l tiszta szesz/fő, a vilag elvonalában, májcirrhozisok aránya)
- Évente 3000 „sikeres” **öngyilkosság, tízszer ennyit öngyilkos kísérlet, egyharmada függőségekkel**, fele depressziós zavarokkal kapcsolatos
- A betegség létezését a társadalom nagy része bizonytalan, ítélkező („jellemgyengeség”) mind a **kémiai – viselkedési függőségspektrum** mind az öndestruktív viselkedés direkt eseteiben)

Noé részegsége (s az első incesztus, ld Genesis

FÜGGŐSÉGEK

A leggyakrabban abuzált drogok

(NIDA, 2013)

Cocaine
Heroin
Inhalants
K/2 Spice herbal mixtures (synthetic marijuana)
LSD (Acid)
Marijuana
MDMA (Ecstasy)
Methamphetamine
Bath Salts (Synthetic cathiones: mephedrone, methylone
Club Drugs (GHB, ketamine and Rohypnol)
PCP/Phencyclidine
Prescripton Drugs

VISELKEDÉSI ADDIKCIÓK

IDŐSÖDŐ TÁRSADALOM, IDŐSKORI MENTÁLIS ZAVAROK

„A modern társadalom gyorsult életritmusával az idős ember nehezen tud lépést tartani.

Élettapasztalata is „devalválódik”. Kora miatt elértéktelenedettnek tekintett, stigmatizálódó.

Alig van kultúrája az idősödésnek, az idős létnek. A nyugdíjazás, hozzátartozók elvesztése, egyedüllét, közlekedési, kommunikációs nehézségek növelik a társadalmi kizáródást.”

(Kovács, Buda, 2003)

Kronológiai életkor

- Mahatma Gandhi
- Nelson Mandela (Elderlies – Jimmy Carter, Desmond Tutu…)
- Dalai Lama
- Márai Sándor (Napló, A gyertyák csonkig égnek), *Illyes Gyula – (Kháron ladikján.)*
- Dosztojevszkij sztarece, Thomas Mann – Buddenbrook,
- Tosztoj és Hemingway…

Miért éppen a évezredünkben?

Sajátos szocio-kulturális-gazdasági háttér

- Elöregedő, átalakuló társadalom
- Relatíve javuló egészségügy?, hosszabb élettartam
- Értékzavar, izolálódás (elektr. média, PC, világháló szerepe?)
- A tömegkommunikáció sajátos üzenetei (önmegvalósítás, lúzer vagy?
- Védelmet nyújtó szociális közösségek és támogató kötelékek gyengülése (?)
- Öregek helyzete, halál, gyász, spiritualitás

Változások időskorban

Biológiai

- Szervműködések (vesefunkció)
- Labilitás – fokozott vulnerabilitás
- (multi)morbiditás, (poly)pharmacia

Pszichés

- Kognitív stratégiák
- Mentális – személyiség

Szociális

- Magcsalád: izoláció
- Szociális szerepek
- Jövedelmi viszonyok

Negatív vs. pozitív modell

- Felkészülés: szerepváltozás
- Aktivitás vs. inaktivitás
- Szociális mező!

Beck depresszió átlagpontszámok az életkor függvényében (Kovács,Kopp, 2003)

Mentális hanyatlás kialakulásának kockázata / év

Tariska Péter: Organikus zavarok felosztása és diagnosztikai kritériumai, 2007.

Bio-pszicho-szociális model

stressz és vulnerabilitás

Biológiai vulnerabilitás

- Neurotranszmitter diszfunkció (szterotonin, noradrenalin)
- Genetikus vulnerabilitás

Pszichológiai vulnerabilitás

- Kognitív torzitások
- Információfeldolgozás zavara
- Korai trauma

Szociális faktorok

- Stresszteli életesemények
- Protektív kapcsolatok

MENTALHIGIENÉS PREVENCIÓ NÉHÁNY SZEMPONTJA AZ ELŐBBIEK NYOMÁN

- Mentális – pszichés zavarok ellátásának javítása (depresszió, szorongás, függőségek, szuicid, személyiségzavar)
- Médiakapcsolatok, „guidelines” „awareness” programok
- Képzés – családorvosok (kapuőr) szerepe, kortársképzés – iskolai programok
- Önkéntes segítő szervezetek, telefon, krizisszolgálatok, Internet

egy internetes friss kutatásunk /Szabó et al. 16-35 eves fiatalok
Kitől kérne segítséget öngyilkossági gondolatok esetén?

Öngyilkosságtól menthet meg az új Facebook-gomb

Új funkcióval rukkolt elő a Facebook. Ha úgy gondolod, hogy egy ismerősödet…

Az okostelefonja mentheti meg a gyereket az öngyilkosságtól…

Okostelefonos alkalmazást dolgoztak ki Dél-Koreában a fiatalkori öngyilkosságok számának csökkentésért…

„Túlélte, de egy életre elment a kedve a dizájner-drogoktól”

– Nők Lapja

http://www.nlcafe.hu/lelek/boldog-pillanaton

A **függőség** személyiség-függő is, minél kevésbé érik pozitív hatások…

Napi lélektuning. Kövess a **Facebook**-on!

10 segítő tipp, ha **depressziós** a párod

Köszönöm a megtisztelő figyelmet!