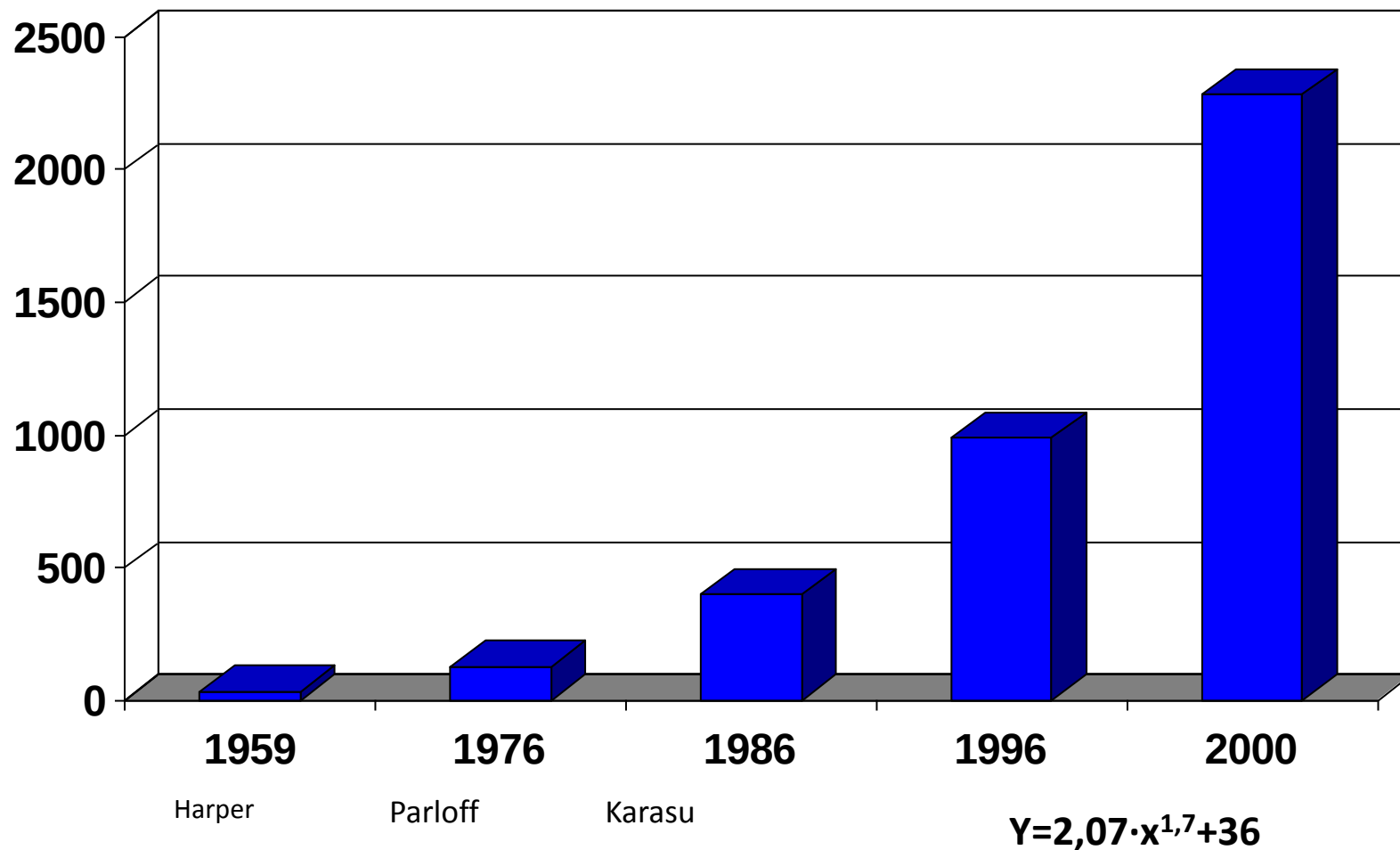


A depressziók pszichoterápiája

Prof. Tringer László

A pszichoterápiák számának alakulása



Concepts of depression

- Monistic views:
- Continuity between normal states and clinically severe forms of depression
- Dualistic views:
- Psychological and biological depressions

Neuropszichológiai deficit remisszióban

Depresszió csoport:

40 euthymiás beteg,
DSM-IV-majör
depressio,
1 vagy több epizód után

- Reakcióidő
- Tartós figyelem
- Operatív figyelem

Kontroll csoport:

20 egészséges személy,
kor és iskolázottság
szerinti párosításban

- Végrehajtó funkciók:
Magatartás-teszt
Fluencia
Memóriaterjedelem



A pszichoterápia célja neurobiológiai megfogalmazásban

- Neurális hálózatok újrastrukturálása elsősorban a szubkortikális-limbikus rendszerben, amelyek a nem tudatos érzelmi és motivációs diszpozíciókért felelősek.

A terápia szükséges és elégséges feltételei

Carl R. Rogers

- Empátia - verbalizáció
- Feltétel nélküli elfogadás
- Kongruencia



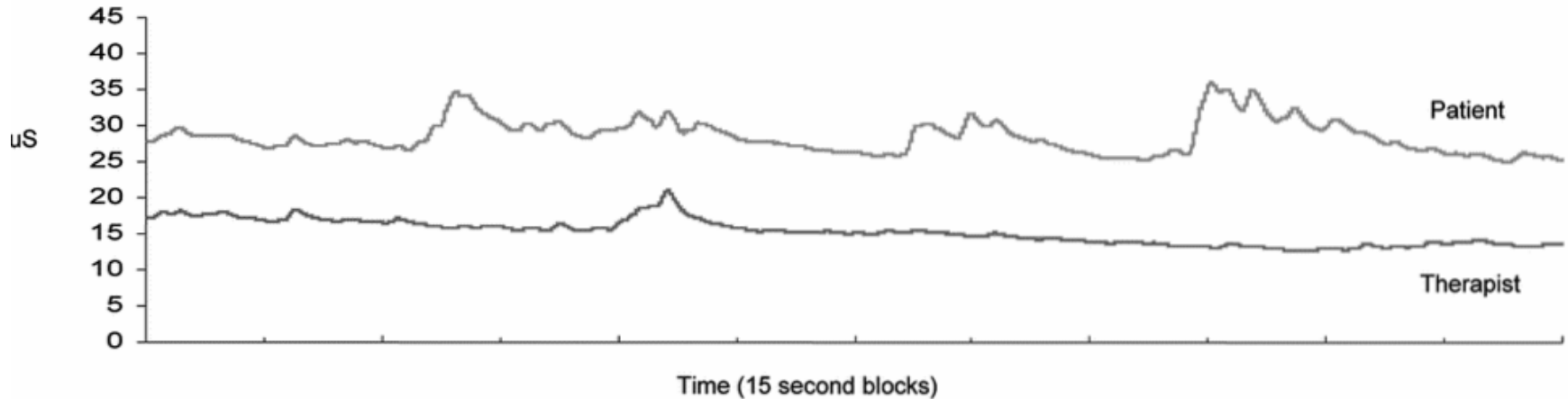
A pszichoterápia közös faktorai

- 1. Pozitív és meleg kapcsolat
- 2. Hatékonnak tartott eljárások (támogatás, bátorítás, elfogadás, stb.) alkalmazása
- 3. A tünetek elfogadható és a kezeléssel integrált magyarázata
- 4. A kezeléssel szembeni pozitív várakozások felkeltése

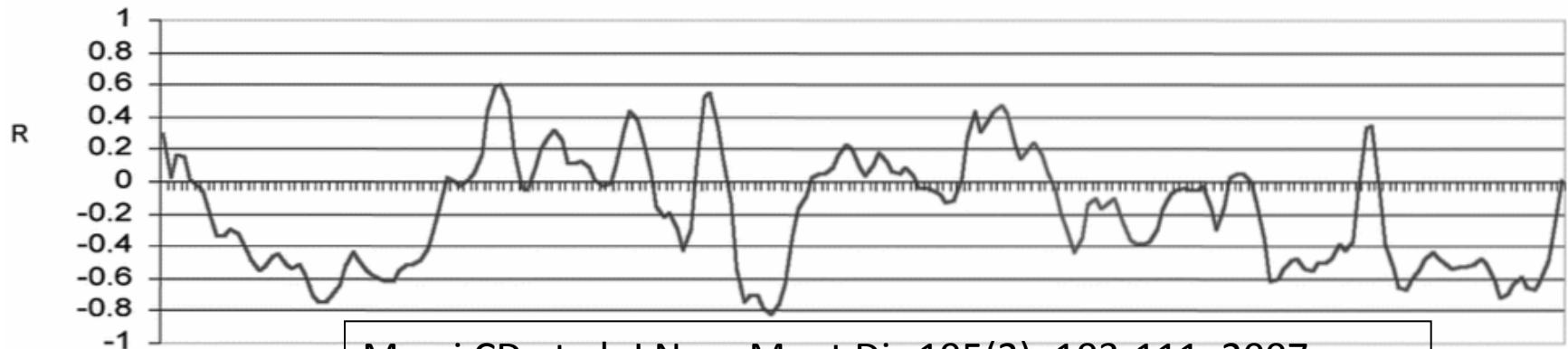
Frank 1991, Arkowitz 1992

Párhuzamos bőrellenállás-mérés és konkordancia I.

A. SC Levels during Low Physiologic Concordance

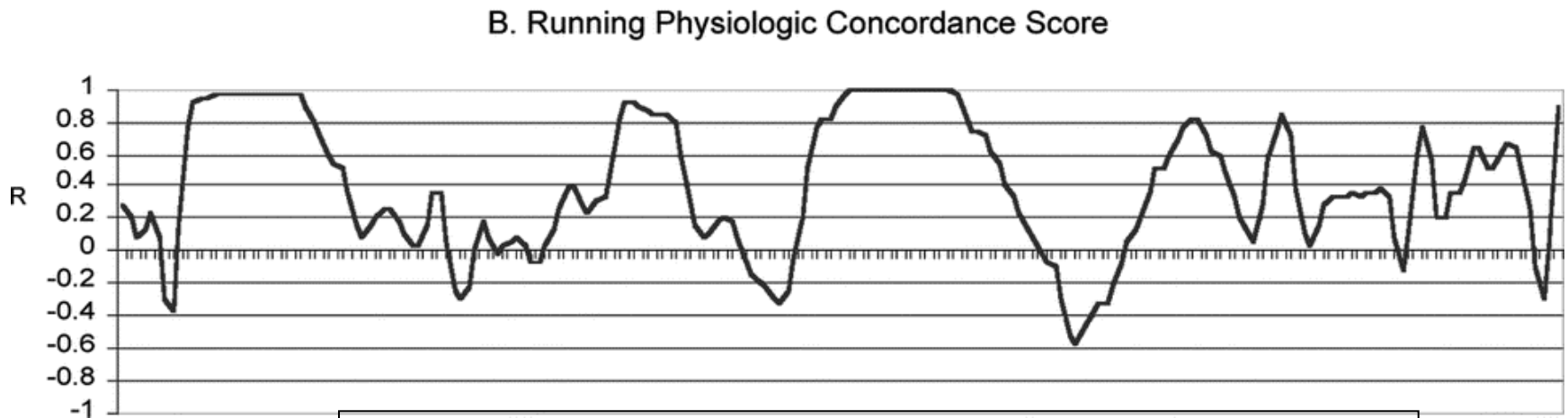
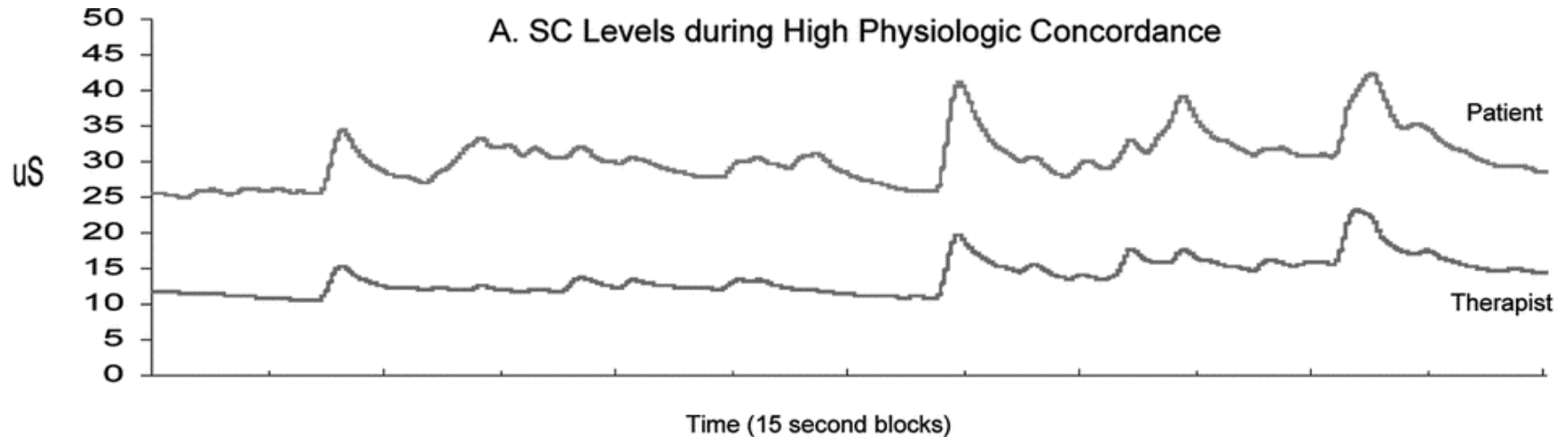


B. Running Physiologic Concordance Score



Marci CD et al. J Nerv Ment Dis 195(2): 103-111. 2007

Párhuzamos bőrellenállás mérés és konkordancia II.



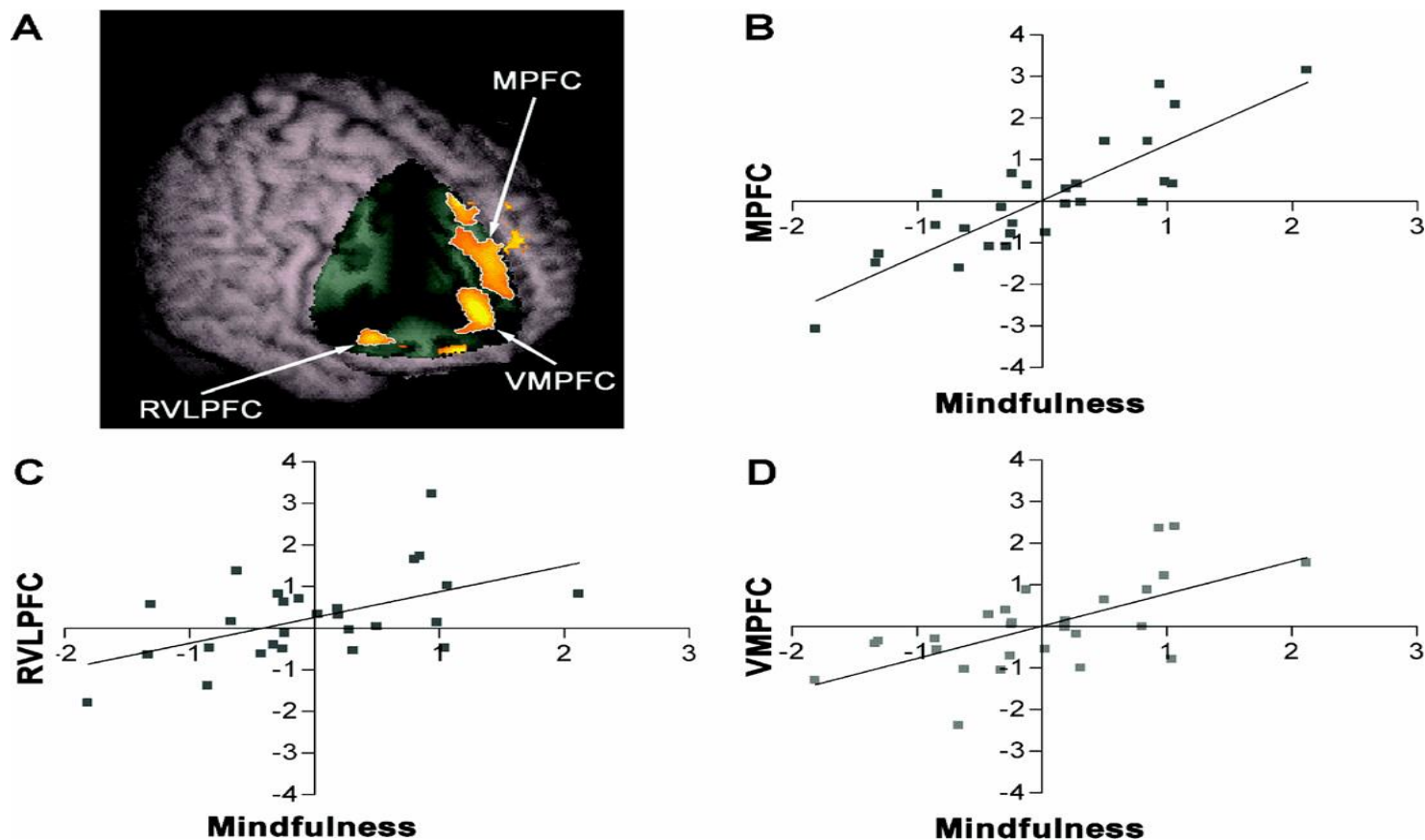
Marci CD et al. J Nerv Ment Dis 195(2): 103-111. 2007

Tudatossági gyakorlatok neurobiológiai korrelátumai (affektus-címkézés) (fMRI vizsgálatok)

- Mediális prefrontális kérgi aktiváció fokozódik
- Kétoldali amygdala aktivitás csökken

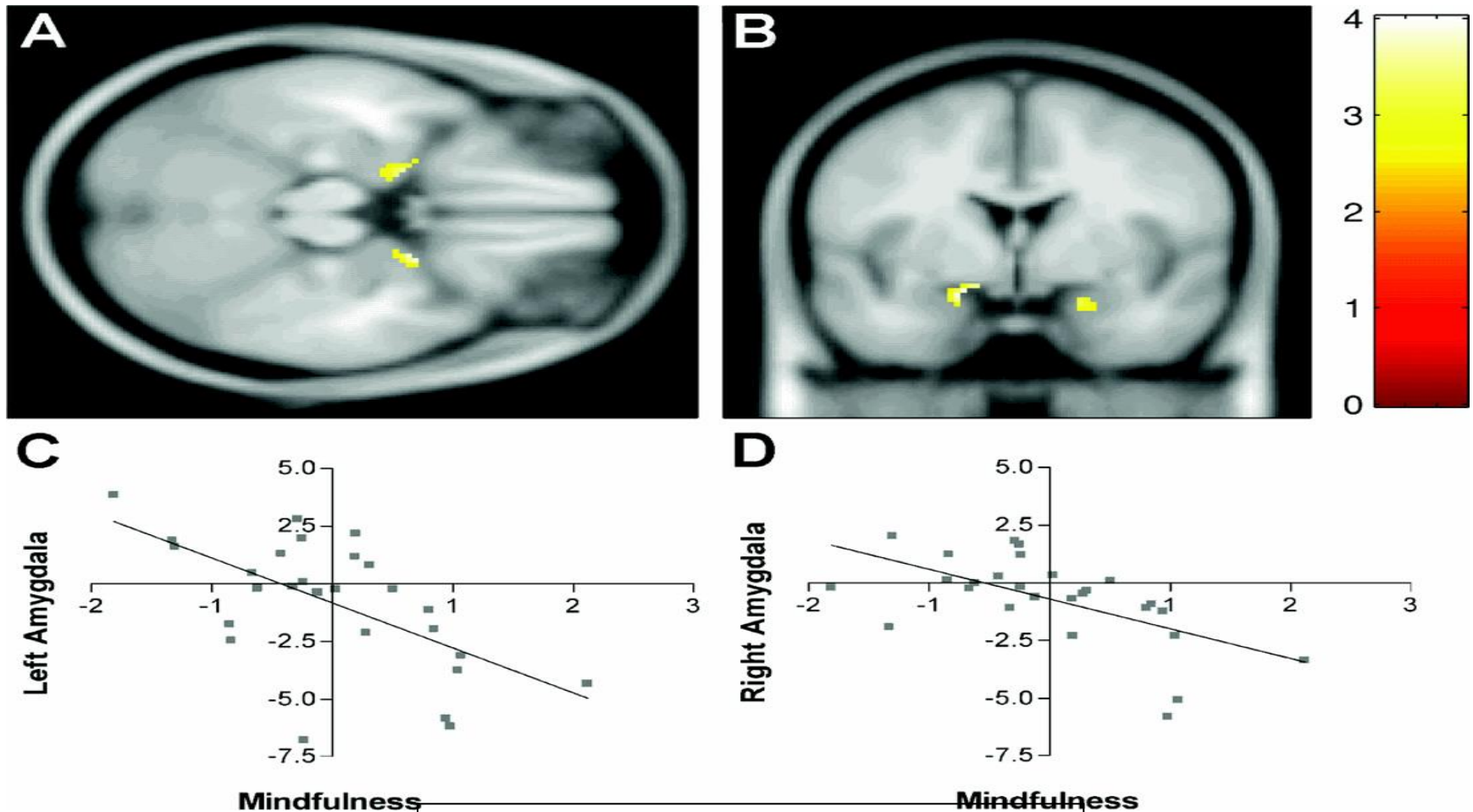
Creswell JD et al: Psychosom Med 69(6):560-565. 2007

Prefrontális régiók aktivitás-növekedése a tudatosság függvényében



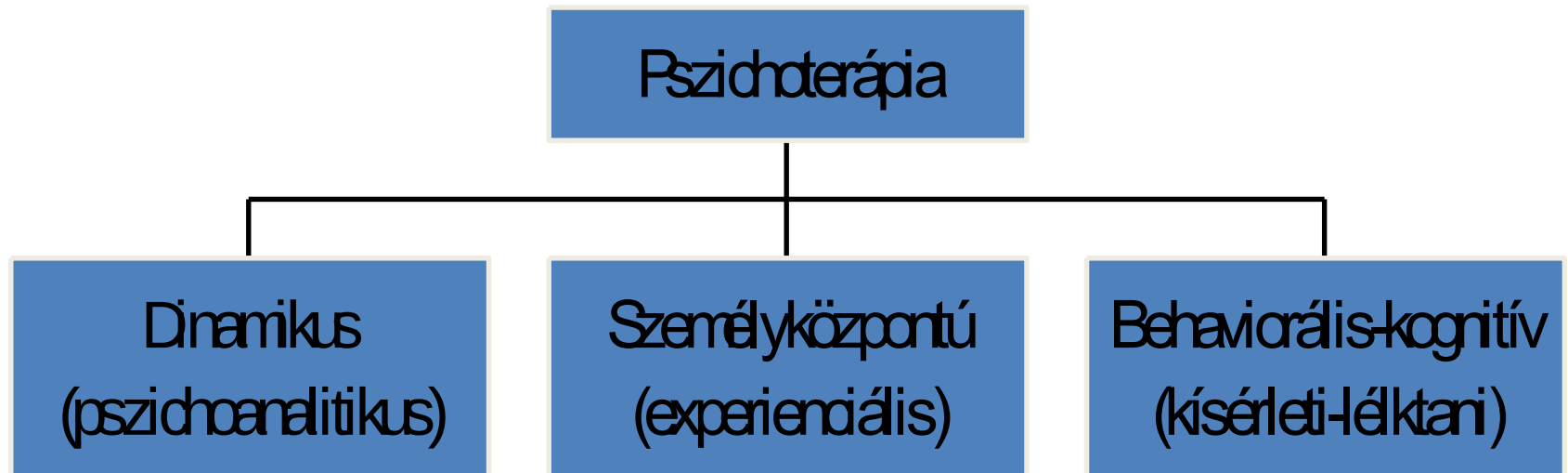
Creswell JD et al: Psychosom Med 69(6):560-565.
2007

Az amygdala aktivitása a tudatosság függvényében

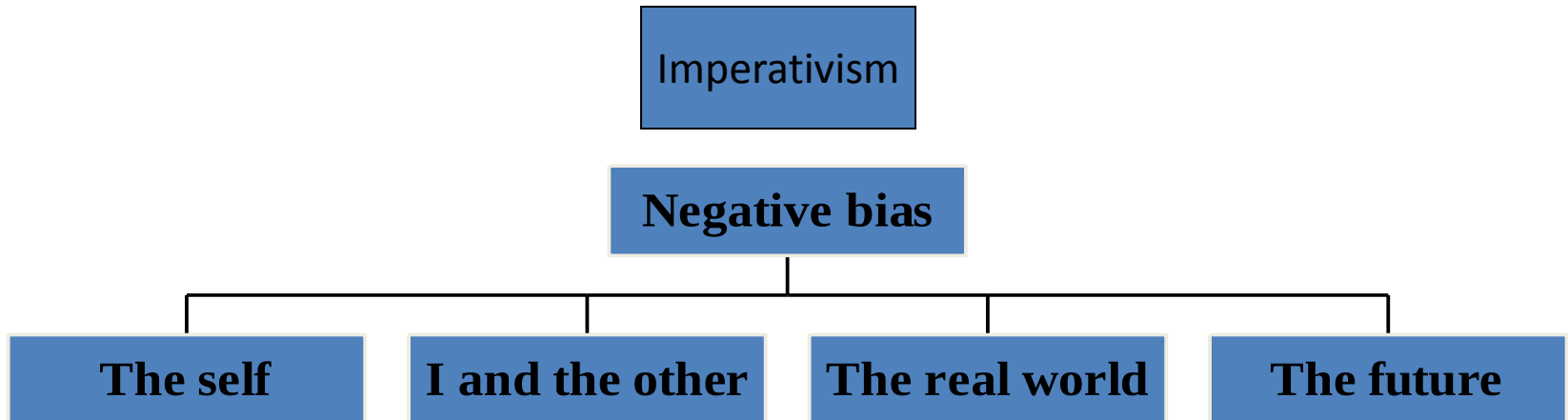


Creswell JD et al: Psychosom Med
69(6):560-565. 2007

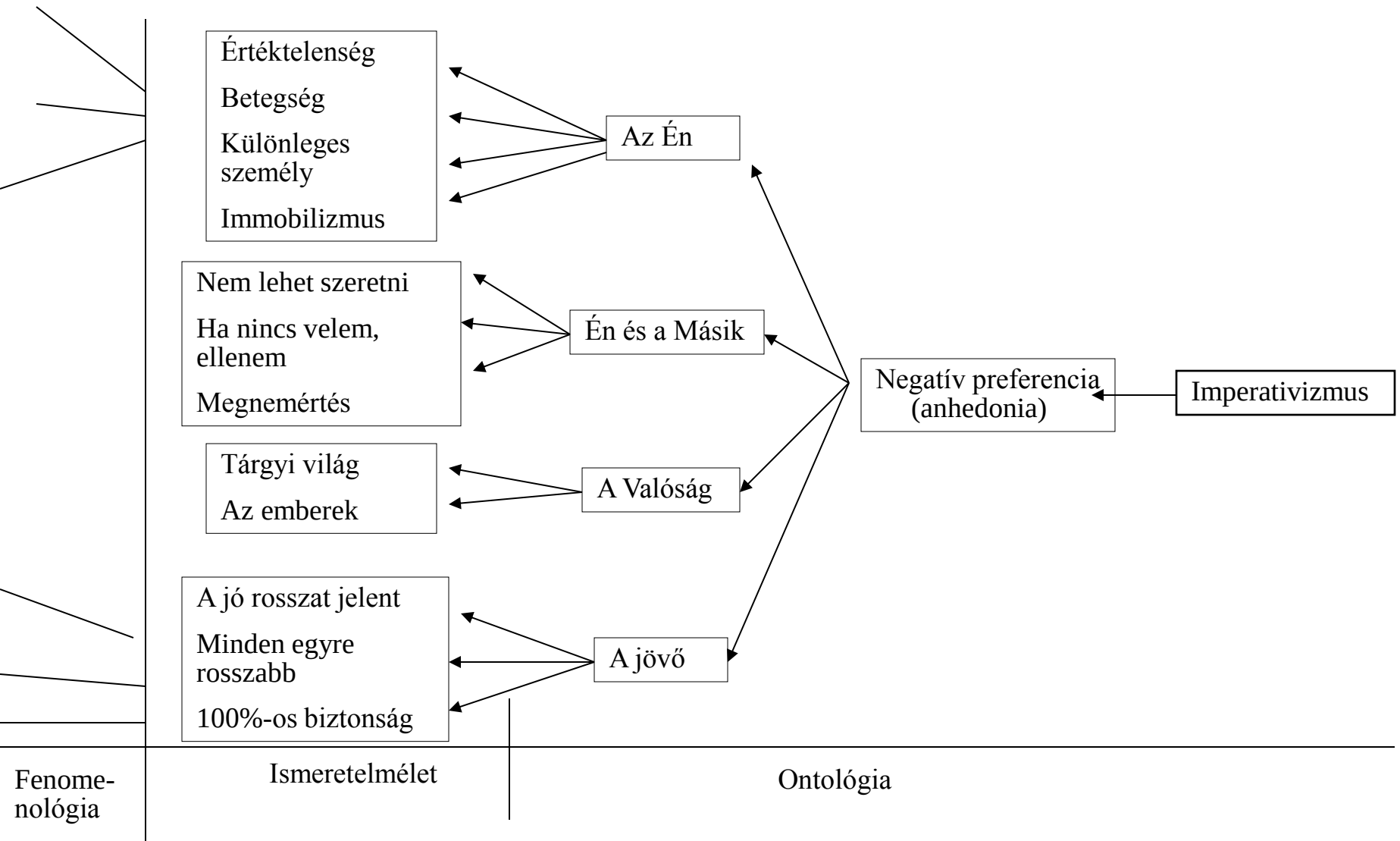
A pszichoterápiák három fő irányzata



Hierarchy of the cognitive „tetrad“



A Depresszív Kognitív Struktúra



Egy gyakorlati példa

Esemény	Érzelmi állapot	Automatikus gondolatok	Logikai hibák	Alternatív gondolat
Férj 5 óra körül telefonál, hogy későn jön haza	Lehangolt, bénult, csalódott,	Munkája fontosabb, mint én; van valakije; csak cselédnek tart	Generalizáció, negatív szűrő, címkézés	Valami váratlan jött közbe; sokat dolgozik, telefonál, hogy ne aggódjak

A CBT „förlénye”

CBT	Kontrol	Förlény	Tanulmányok
Maior depr. Dysthymia	Várólista Placebo	29%	20
„	Antidepresszív th.	15%	17
„	„Egyéb pszichoth.	10%	22
„	Behavior th.	2%	13

CBT fenntartó kezelés

Tanulmány	Relapsus CBT	Relapsus pharmacoth.
Gloaguen et al. 1998. (48 tanulmány, min. 1 év)	29%	60%
Fava et al. 1998. (40 beteg)	2 év: 25% 4 év: 35% 6 év: 50%	2 év: 80% 4 év: 70% 6 év: 75%

Néhány „új” terápiás módszer depressziókban

Név	Szerző, évszám	Jellemzés, hangsúly
Acceptance Commitment Therapy ACT	Hayes Sc 2004	Elkerülő viselkedés, kognitív fúzió,
Behavioural Activation BA	Dimidjan S, Hollon SD, 2006	Megerősítő kontextusok
Positive Psychotherapy PPT	Seligman MEP, 2006	Pozitív emóciók előtérben
Self-System Therapy SST	Vieth AZ, 2003	Célok, célkövető motiváció
Interpersonal and Social Rhythm Therapy IPSRT	Frank E, 2000	Pszichoedukáció, kapcsolatok, napi ritmus szabályozás
Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy CBASP	McCullough JP. Jr. 2003	Stress-szituációk elemekre bontása, alternatívák feltárása

A pszichoterápia neurális hatásai (fMRI vizsgálatok)

kórkép	pszichoterápia	változások
depressio	CBT	Prefrontális régiók növekedés, csökkenés
OCD	CBT	Funkciócsökkenés a j. o. n. caudatusban
Phobiák	CBT vagy SSRI	Funkciócsökkenés a limbikus és paralimbikus régióban

Linden D. (2006): Molecular Psychiatry 11:528-538

Telefon-pszichoterápia eredményessége

(Mohr et al. 2008)

Hatékonyság	$D=0,81$ $P<0,0001$
Módszer (CBT vs. alii)	$D=1,01$ $P<0,0001$
Képzettség (MH vs. alii)	$P<0,0001$ vs. non sign.
Dropout 7,56% vs.20%	$P<0,0001$