

## ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΜΕΤΟΦΟΒΙΑ

Α. Νίκα, Γ. Ευσταθίου

Ινστιτούτο Έρευνας & Θεραπείας της Συμπεριφοράς

### Περίληψη

Η ειδική φοβία του εμέτου (εμετοφοβία) αποτελεί ένα πεδίο έρευνας το οποίο δεν έχει μελετηθεί επαρκώς, ως προς την αιτιολογία και την συμπτωματολογία της διαταραχής. Το DSM-V ταξινομεί την εμετοφοβία ως ειδική φοβία «Άλλου τύπου», γεγονός που μπορεί να ευθύνεται για το περιορισμένο ερευνητικό ενδιαφέρον για τη μελέτη αυτής της διαταραχής (Boschen, 2007). Μελέτες που εστιάζουν στην ταξινόμηση και στα χαρακτηριστικά των φοβιών, κάνουν μικρή αναφορά στην κατηγορία ειδικών φοβιών άλλου τύπου, αν όχι καθόλου και χωρίς σαφή αναφορά στην εμετοφοβία (Cox et al., 2003 in Boschen, 2007).

Παράλληλα, λόγω της αλληλοεπικάλυψης των συμπτωμάτων της εμετοφοβίας με άλλες αγχώδεις διαταραχές (όπως η υποχονδρίαση, η ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή, η διαταραχή πανικού, η κοινωνική φοβία, η ψυχογενής ανορεξία ή άλλες ειδικές φοβίες), προκύπτουν ζητήματα διαφοροδιάγνωσης. Το γνωσιακό μοντέλο που χρησιμοποιείται στην εμετοφοβία αφορά τις αποστροφικές μνήμες του εμέτου που έχουν συνδεθεί με το φόβο. Η πυρηνική πεποίθηση του ατόμου είναι πως η ναυτία και άλλα φυσιολογικά γαστρεντερικά συμπτώματα θα οδηγήσουν σε έμετο, η εμπειρία αυτή αξιολογείται ως ιδιαίτερα δυσάρεστη, με αποτέλεσμα το άτομο να βιώνει περαιτέρω άγχος και να οδηγείται στην αποφυγή. Παρουσιάζονται συνοπτικά διαγνωστικά ζητήματα και αναλύεται το γνωσιακό – συμπεριφοριστικό θεραπευτικό μοντέλο της διαταραχής, συζητούνται θέματα θεραπευτικού σχεδιασμού και περιγράφεται η εφαρμογή συγκεκριμένων τεχνικών.