



Περιγραφή ατομικής περίπτωσης γυναίκας
με Υποχονδρίαση και Ιδεοψυχαναγκαστική
Διαταραχή και στοιχεία
Ιδεοψυχαναγκαστικής Διαταραχής
Προσωπικότητας



Ινστιτούτο Έρευνας
και Θεραπείας της Συμπεριφοράς

12ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ψυχολογικής Έρευνας
της Ελληνικής Ψυχολογικής Εταιρείας
14-17 Μαΐου 2009, Βόλος

Ε.Κατσάμπα, Γ.Ευσταθίου



Γενικές πληροφορίες

- Ελπίδα, 29 ετών, άγαμη
- Απόφοιτη ιδιωτικής σχολής
- Εργάζεται ως ιδιωτική υπάλληλος
- Διαμένει στην Αθήνα, με τους γονείς και τον αδερφό της
- Καλές κοινωνικοοικονομικές συνθήκες

Κύριο αίτημα:

- ο έντονος φόβος της ότι είναι άρρωστη

Επιλογή του περιστατικού:

- λόγω συνδυασμού διαταραχών



Ιστορικό παρούσας διαταραχής I

- Πριν 2 χρόνια → λέμφωμα σε αρχικό στάδιο
- Χημειοθεραπεία για περίπου 8 μήνες
- Κατά τον τελευταίο χρόνο:
 - έντονη ενασχόληση με το ενδεχόμενο να είναι άρρωστη ξανά
 - ψάχνει το σώμα της 2 με 3 φορές σχεδόν καθημερινά για περίπου 1 ώρα
 - εμμονή με την τάξη
 - τώρα βοήθεια → «έχω κουραστεί πολύ»



Ιστορικό παρούσας διαταραχής II

- «Μήπως υπάρχει κάποιο λέμφωμα ξανά;»
- «Είμαι αχάριστη, γιατί ενώ είμαι καλά, ψάχνομαι»
- «Θέλω να είμαι ήρεμη & ευχαριστημένη»
- «Αν κάνω κάτι κακό, θα τιμωρηθώ, δηλαδή θα αρρωστήσω ξανά»
- Τι κάνει;
 - ελέγχει το σώμα της
 - αποφεύγει ο,τιδήποτε αφορά τον καρκίνο
 - αποφεύγει σκέψεις
 - απευθύνεται στο γιατρό της
 - τακτοποιεί & ελέγχει για λάθη

άγχος
&
ενοχές



Ατομικό Ιστορικό Ι

- Γεννήθηκε στην Αθήνα
- Μεγάλωσε με τους γονείς & τον αδερφό της
- 3 χρόνια σχέση με άνδρα
- 1 στενή φίλη και κάποιους φίλους
- «Παραχωρητική» στη δουλειά →
«μπορεί να κάνω λάθος σε κάτι»
- Σημαντικά γεγονότα ζωής:
 - η αρρώστια της
 - η γνωριμία της με τον τωρινό της σύντροφο



Ατομικό Ιστορικό II

- **Ιατρικό Ιστορικό**

Λέμφωμα 2 χρόνια πριν

Χημειοθεραπεία για περίπου 8 μήνες

- **Νοητικές λειτουργίες**

Δεν διαπιστώθηκε κάποιο έλλειμμα



Οικογενειακό ιστορικό

- «Άτομο αγχώδες που μου άρεσε η τάξη από μικρή ηλικία»
- Στο σχολείο → αρκετό άγχος
- «Τελειομανής», «να τα προλάβω όλα»
- «Παίρνω τα πράγματα μετρητοίς, τα ψειρίζω»
- «Τιμωρούμαστε για την αχαριστία μας και τις κακές μας πράξεις»

- Γονείς: «αγχώδεις, απόλυτοι & υπερπροστατευτικοί»
- Δημοτικό → επέμβαση μητέρας για αφαίρεση όγκου



Αποτελέσματα ψυχομετρικών δοκιμασιών

- BAI → ελάχιστα επίπεδα άγχους (10)
- BDI → απουσία κλινικής κατάθλιψης (4)
- SCL-90-R → καμία επιμέρους κλίμακα ως κλινικά σημαντική
(Γενικός Δείκτης Συμπτωμάτων < 60 (T=48) και Σύνολο Θετικών Συμπτωμάτων < 60 (αρχική τιμή = 38))
- PDQ-4 → ανάγκη περαιτέρω διερεύνησης για την Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή Προσωπικότητας (4)
(συνολικό σκορ 24)



Διάγνωση κατά DSM-IV-TR

Άξονας I:

- Υποχονδρίαση
- Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή

Άξονας II:

- Στοιχεία Ιδεοψυχαναγκαστικής Διαταραχής Προσωπικότητας



Οριζόντια διερεύνηση

- «Δεν ήμουν σωστή, γι' αυτό αρρώστησα»
 - «Θέλω να γίνω πιο σωστή από ό,τι ήμουν»
 - «Είναι κακό να ψάχνομαι»
 - «Ο χριστιανισμός λέει ότι πρέπει να χαιρόμαστε με αυτά που έχουμε και να μην είμαστε αχάριστοι»
 - «Είναι κακό να δίνουμε σημασία σε ασήμαντα πράγματα και να κοιτάμε τον εαυτό μας»
- Άγχος, φόβος, στενοχώρια, ενοχές



Γνωσιακή διατύπωση I

Σχετικά δεδομένα από την παιδική ηλικία

- Ανατροφή σε αγχώδες, θρησκευόμενο & υπερπροστατευτικό οικογενειακό περιβάλλον
- Επέμβαση αφαίρεσης όγκου από τη μητέρα της



Πυρηνικές πεποιθήσεις

- «Είμαι ανεπαρκής»
- «Είμαι υπεύθυνη για ό,τι συμβεί»
- «Υπάρχει κίνδυνος για την σωματική μου υγεία»



Εξαρτημένες υποθέσεις, κανόνες

- «Αν έχω τον έλεγχο των πραγμάτων, θα τα καταφέρω»
- «Αν είμαι υπεύθυνη, θα ανταπεξέλθω»
- «Αν δεν εκτιμώ αυτά που έχω, θα τιμωρηθώ»



Γνωσιακή διατύπωση II

Εκλυτικό γεγονός:

- Εμφάνιση λεμφώματος



- «Αν ανησυχώ για την υγεία μου, δεν θα αρρωστήσω»



Συμπτωματολογία
Υποχονδρίασης

- «Αν είμαι σωστή, δεν θα αρρωστήσω»
- «Η διάπραξη λάθους οδηγεί σε τιμωρία και καταδίκη»
- Σκέψη = πράξη

Συμπτωματολογία
ΙΔΨΝ



Γνωσιακή διατύπωση III

Στρατηγικές αντιμετώπισης:

- Αποφυγή σκέψης
- Αποφυγή κάθε κατάστασης που της προκαλεί ενόχληση
- Αποφυγή κάθε κατάστασης σχετικής με τον καρκίνο
- Προσπάθεια να τα κάνει όλα τέλεια
- Προσπάθεια να μην δυσαρεστεί τους άλλους
- Προσπάθεια να μην δίνει σημασία σε πράγματα «μικρής αξίας»
- Μη έκφραση αρνητικών συναισθημάτων
- Ζητά επιβεβαίωση από το γιατρό της
- Υιοθέτηση ψυχαναγκαστικών συμπεριφορών (σωματικοί έλεγχοι, τακτοποίηση, έλεγχοι για ενδεχόμενα λάθη)



Θεραπευτικός σχεδιασμός I

A. Λίστα προβλημάτων

- Παρερμηνεία των σωματικών ενδείξεων
- Σωματικοί έλεγχοι &
- Ψυχαναγκαστικές συμπεριφορές εξουδετέρωσης των παρεισφρητικών σκέψεων (τακτοποίηση, έλεγχος για πιθανά λάθη)
- Σκέψεις ιδεοληπτικού περιεχομένου
- Μη αποδοχή και έκφραση αρνητικών συναισθημάτων
- Έλλειψη διεκδικητικότητας



Θεραπευτικός σχεδιασμός II

B. Θεραπευτικοί στόχοι

- Μείωση των σωματικών ελέγχων &
- Μείωση των ψυχαναγκαστικών συμπεριφορών
- Παραγωγή ρεαλιστικών εναλλακτικών των σωματικών ενδείξεων
- Μείωση του σχετικού άγχους
- Αμφισβήτηση των σκέψεων ιδεοληπτικού περιεχομένου
- Αποδοχή των αρνητικών συναισθημάτων και έκφρασή τους
- Ανάπτυξη διεκδικητικής συμπεριφοράς



Θεραπευτικός σχεδιασμός III

Γ. Θεραπευτικό πλάνο

- Ψυχοεκπαίδευση
- Μείωση σωματικών ελέγχων →
μείωση άγχους & ενίσχυση
- Μείωση σκέψεων ιδεοληπτικού περιεχομένου &
- Αμφισβήτηση των τελειοθηρικών πεποιθήσεων →
μείωση ενοχών & πιο ρεαλιστική σκέψη
- Μείωση ψυχαναγκαστικών συμπεριφορών
- Παραγωγή ρεαλιστικών εναλλακτικών των
σωματικών ενδείξεων
- Αποδοχή και έκφραση των αρνητικών
συναισθημάτων
- Αύξηση της διεκδικητικής συμπεριφοράς



Θεραπευτική σχέση

Ίδια συμπεριφορά εντός & εκτός θεραπείας:

- να μην με δυσαρεστεί
- μη έκφραση αναγκών – συναισθημάτων

Εμπόδια – δυσκολίες

- Έλλειψη συνεργασίας (π.χ. Homework)
- Άκαμπτη θρησκευτική πίστη
- Άρνηση να παραπεμφθεί σε ψυχίατρο (φαρμακευτική αγωγή)

Δυνατά σημεία και προτερήματα

- Η καλή πρόγνωση της ασθένειας



Θεραπευτικές παρεμβάσεις - ΤΕΧΝΙΚΕΣ

- Αποκαταστροφοποίηση
- Τήρηση ημερολογίου
- Γνωσιακή αναδόμηση
(σχήμα ευθύνης, τελειοθηρίας)
- Παρεμπόδιση συμπεριφορών ελέγχου
- Παρεμπόδιση ψυχαναγκαστικών συμπεριφορών
- Έκθεση στο ενδεχόμενο διάπραξης λάθους
- Άσκηση στη διεκδικητική συμπεριφορά
- Πειραματισμός στην έκφραση συναισθήματος



Πορεία της Θεραπείας I

- Ολοκλήρωση σε 32 εβδομαδιαίες συνεδρίες σε διάστημα 13 περίπου μηνών
- Ακυρώσεις: 7 ραντεβού
- Οι δυο τελευταίες συναντήσεις:
 - με τη μορφή δεκαπενθήμερων αναμνηστικών συνεδριών



Πορεία της Θεραπείας II

- Σημαντική μείωση των σωματικών ελέγχων
- Σημαντική μείωση των ψυχαναγκαστικών συμπεριφορών
- Αποτελεσματική διαχείριση των ιδεοληπτικών σκέψεων
- Παραγωγή ρεαλιστικών εναλλακτικών για σωματικές ενδείξεις
- Αναπλαισίωση της θρησκευτικής της πίστης
- Αποδοχή των ανθρώπινων αδυναμιών της
- Κατανόηση της αξίας των αρνητικών συναισθημάτων
- Αύξηση διεκδικητικής συμπεριφοράς



Έκβαση I

- Τριμηνιαίο follow-up:
συμπλήρωση ερωτηματολογίων
- Αναφέρει:
 - μείωση του άγχους
 - μείωση των σωματικών ελέγχων
- Δυσκολία να αξιοποιήσει στην πράξη γνώσεις και δεξιότητες



Έκβαση II - Εκτίμηση

- Σημαντική βελτίωση της λειτουργικότητάς της
- Ικανοποιητική εκπλήρωση θεραπευτικών στόχων

Ωστόσο:

- συνεχίζει να αποφεύγει καταστάσεις που συνδέονται με καρκίνο
- άκαμπτος τρόπος σκέψης



ΣΥΝΟΠΤΙΚΟΣ ΠΙΝΑΚΑΣ ΨΥΧΟΜΕΤΡΙΚΩΝ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ

Μετρήσεις	BAI	BDI	SCL-90-R	PDQ-4
Intake	ελάχιστα επίπεδα άγχους (10)	απουσία κλινικής κατάθλιψης (4)	καμία επιμέρους κλίμακα ως κλινικά σημαντική ΓΔΣ(Τ-τιμή)=48<60	Ιδεοψυχαναγκαστική Δ.Π. (4) Σκορ=24
Ενδιάμεσες	ελάχιστα επίπεδα άγχους (6)	απουσία κλινικής κατάθλιψης (7)	καμία επιμέρους κλίμακα ως κλινικά σημαντική ΓΔΣ(Τ-τιμή)=37<60	----
Τελικές	ελάχιστα επίπεδα άγχους (3)	απουσία κλινικής κατάθλιψης (3)	καμία επιμέρους κλίμακα ως κλινικά σημαντική ΓΔΣ(Τ-τιμή)=37<60	**Δεν υποδεικνύεται καμία Δ.Π. Σκορ=11
3μηνο	ελάχιστα επίπεδα άγχους (7)	απουσία κλινικής κατάθλιψης (1)	*καμία επιμέρους κλίμακα ως κλινικά σημαντική ΓΔΣ(Τ-τιμή)=43<60	**Δεν υποδεικνύεται καμία Δ.Π. Σκορ=13

*Άρνηση/ελαχιστοποίηση συμπτωματολογίας

** «Πολύ Καλός»