

Alexithymie u pacientů závislých na alkoholu

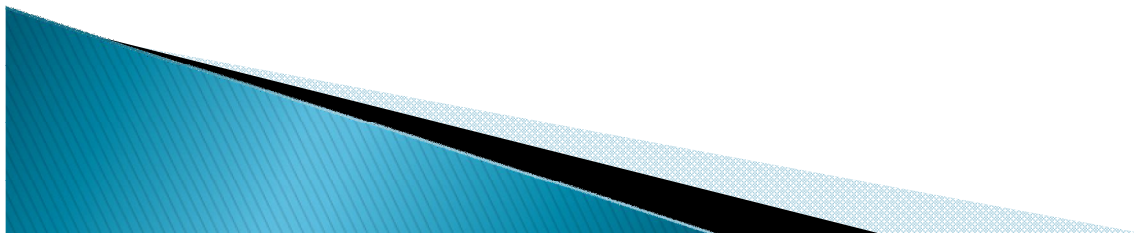


MUDr. Juraj Tkáč
Ambulance pro léčbu závislostí
a patologického hráčství Jihlava

AT Konference Špindlerův Mlýn 25. – 29. duben 2010

Úvod

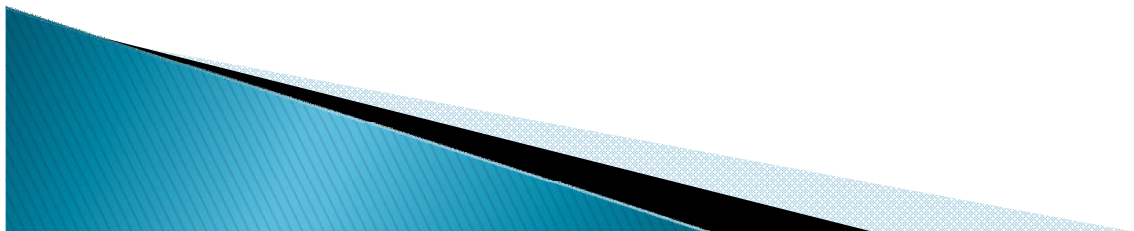
- ▶ Koncept alexithymie sehrál v sedmdesátých letech významnou roli v psychosomatickém myšlení.
- ▶ Původně přinášel celkem srozumitelný a přijatelný výklad, proč je tak obtížné prokazovat u psychosomaticky nemocných emoční a vztahové problémy.



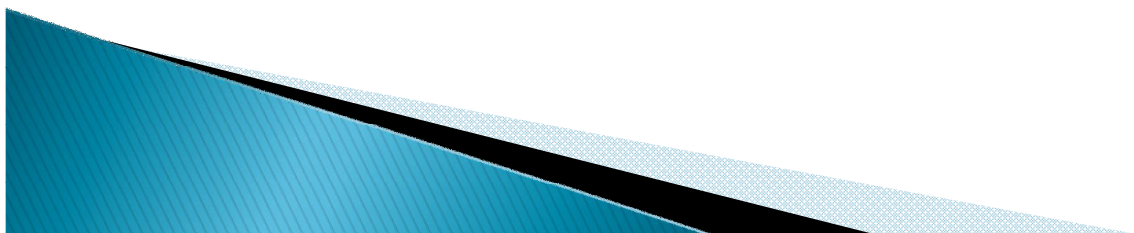
- ▶ V současné době můžeme rozumět alexithymii

jako snížené schopnosti jedince porozumět vlastním emocím, diferencovat mezi nimi a odpovídajícím způsobem je vyjádřit.

- ▶ Člověk může být v souladu se svým emočním světem i když své emoce neprojevuje, neumí je rozpoznávat a popisovat.
- ▶ Pacient v psychoterapii často své emoce popisuje, zdá se, že jim i rozumí, ale svůj život neuvede s nimi do souladu.



- ▶ Aby mohl člověk používat některé účinné postupy k překonávání závislostí, vnímat sebe a okolí, musí nejprve vnímat, že je jejich použití v dané situaci potřebné.
- ▶ Proto se někdy doporučuje závislé pacienty, zejména ty, kteří neumějí vnímat a popisovat své pocity, nejprve připravit nácvikem na další formy terapie.



Definice pojmu alexithymie

- ▶ Pojem alexithymie pochází z řeckého slovního spojení

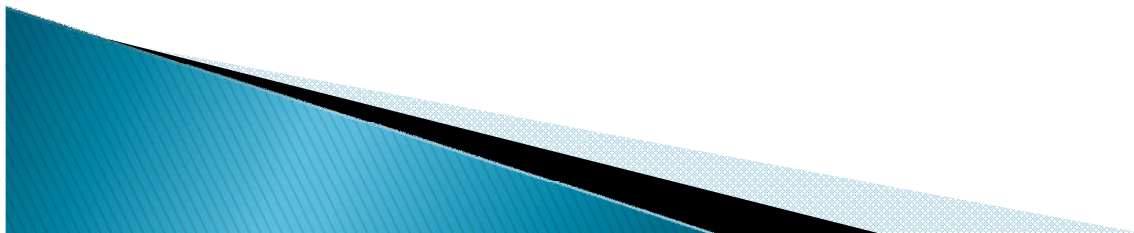
a – lexi – thymos
/a-lexis-thymia/

které by v doslovném překladu znamenalo
"žádná slova (pro) pocity".

- ▶ Sifneos představil tento psychologický konstrukt v druhé polovině 20. století.



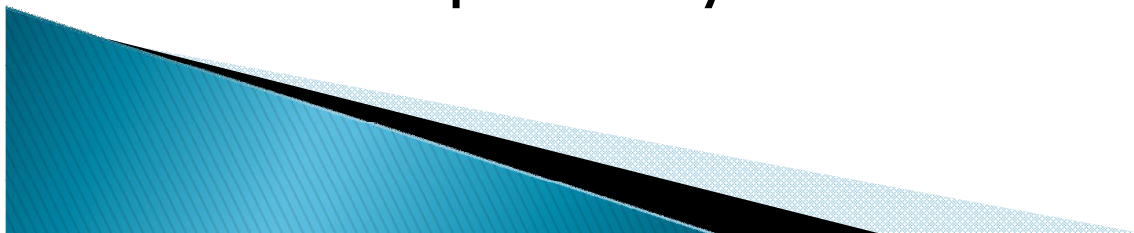
- ▶ Sifneos (1973) nahlíží na alexithymii jako na osobnostní styl, který daného jedince disponuje k somatizacím a souvisejícím psychosomatickým poruchám.
- ▶ Kromě neschopnosti popisovat a rozeznávat své pocity, Apfel a Sifneos charakterizují alexithymické jedince i jako osoby s chudou fantazií, odmítající denní snění a proklamující konkretizující styl myšlení.



Základní Sifneova definice

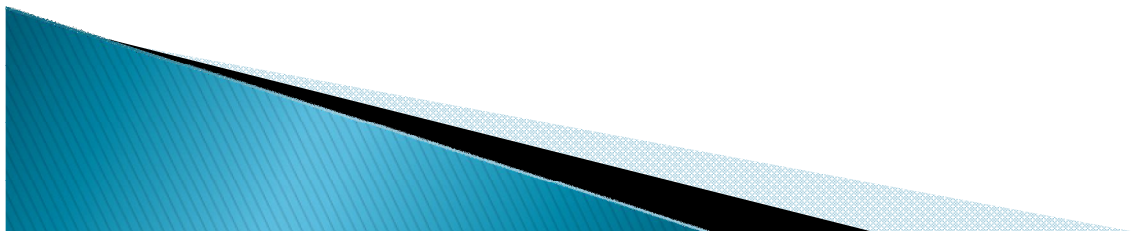
alexithymických osob zahrnuje tři
ústřední znaky:

- ▶ neschopnost rozeznávat, identifikovat a popisovat emoce, včetně obtíží v rozlišování emočních a tělesných pocitů.
- ▶ zhoršená symbolizace související s nedostatkem fantazijních a imaginativních schopností.
- ▶ zaměření na vnější události spíše než na vnitřní prožitky.



Etiologie alexithymie

- ▶ Neurobiologické studie
- ▶ Neuropsychologické studie
- ▶ Psychoanalytické studie
- ▶ Psychodynamické studie
- ▶ Sociologické studie

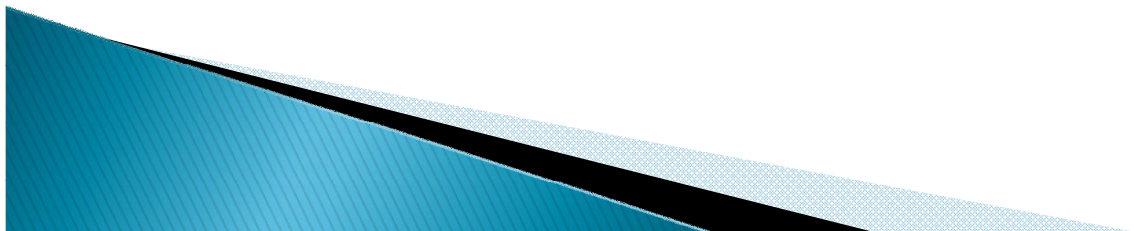


Měření alexithymie

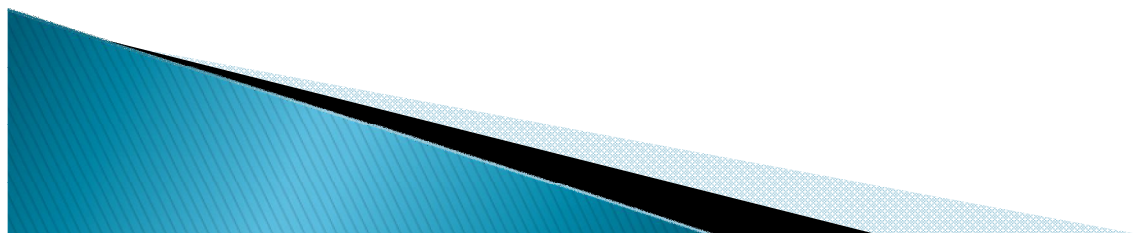
- ▶ The Beth Israel Hospital Psychosomatic Questionnaire (BIQ)
- ▶ Schalling–Sifneos Personality Scale (SSPS)
- ▶ The Toronto Alexithymia Scale (TAS)
- ▶ The Twenty Item Toronto Alexithymia Scale (TAS–20)
- ▶ The Bermond–Vorst Alexithymia Questionnaire (BVAQ)
- ▶ The online alexithymia questionnaire OAQ – G2

Typy alexithymie

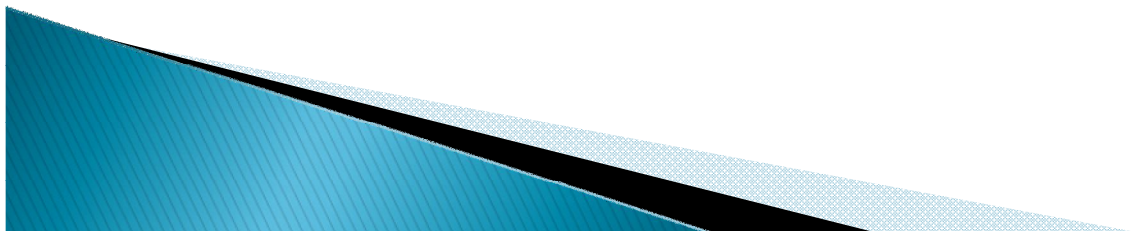
- ▶ **Typ I**
- ▶ Jedinci diagnostikováni jako typ I se vyznačují nízkou citlivostí a sníženou představivostí a mají potíže s vyjádřením, identifikováním a analyzováním svých emocí. Nedokáží mluvit o svých emocích, ale také neví jak se cítí.
- ▶
- ▶ **Typ II**
- ▶ Jedinci diagnostikováni jako typ II prožívají emoce, ale mají problém je slovně popsat a vyjádřit. Na rozdíl od I typu mají dobře vyvinutou představivost, fantazii. Tento typ alexithymie byl popsán u obětí pohlavního zneužití.



- ▶ **Typ III**
- ▶ Typ III je protipól typu II. Lidé s tímto typem jsou schopní se slovně vyjádřit, rozpoznat a analyzovat své emoce, ale mají sníženou citlivost a představivost.
- ▶ **Lexithymie**
- ▶ charakteristická vysokou přecitlivělostí, bohatou fantazií a představivostí. Lidé mají vyvinutou velkou kapacitu k slovnému popsání toho, jak se cítí. Je zachována schopnost přesně identifikovat své emoce. Lexithymie je srovnatelná s emoční inteligencí.

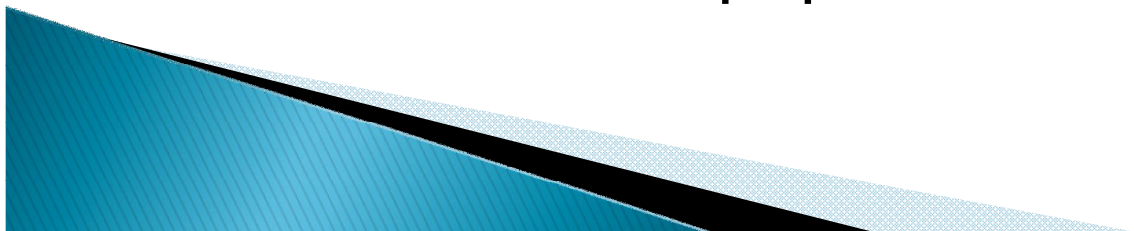


- ▶ **Modal typ** – typický – jedinec v této kategorii dosahuje skóre na obou komponentech, jak citové, tak kognitivní.
- ▶
- ▶ **Mixed typ** – smíšený – jedinec dosahuje v jednom komponentě vysoké skóre a v druhém průměrné.



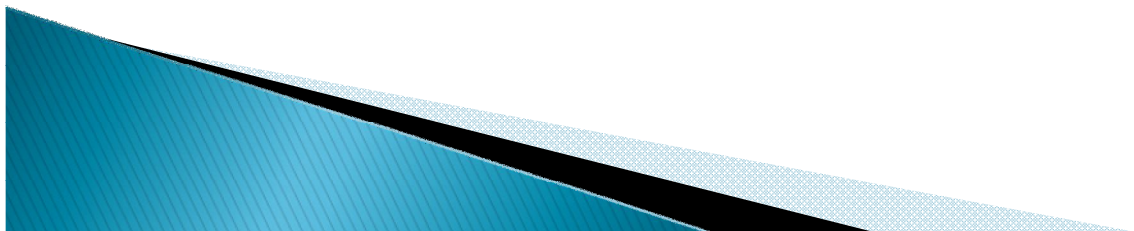
Alexithymie a disociace

- ▶ Uvažuje se, zda se jedná o dva rozdílné psychické mechanismy, nebo o tentýž jev, na který je pouze nahlédnuto ze dvou různých pohledů. V tomto směru v odborné literatuře, doposud není shoda.
- ▶ Podobnost vyplývá z toho, že mohou být popsány jako nedostatek v integraci percepce, paměti nebo emocí do proudu vědomé zkušenosti. Oba jevy mohou také do určité míry nastat i u neklinické části populace.



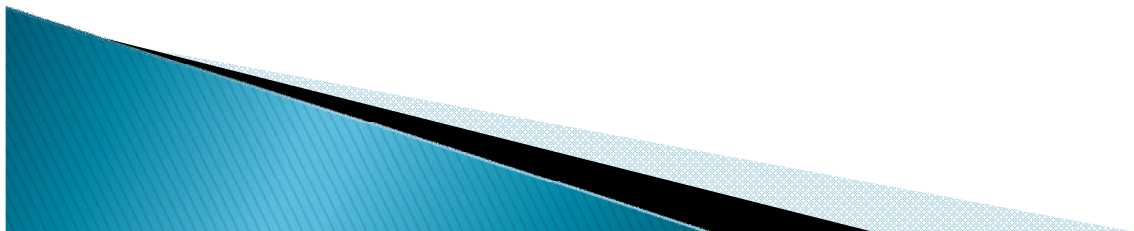
Alexithymie a psychiatrické poruchy

- ▶ 85% u poruch autistického spektra
- ▶ 63% u mentální anorexie
- ▶ 56% u mentální bulimii
- ▶ 45–67% při velké depresivní epizodě
- ▶ 40% u posttraumatické stresové poruchy
- ▶ 34% u panické ataky
- ▶ 50% u lidí zneužívajících psychoaktivní látky

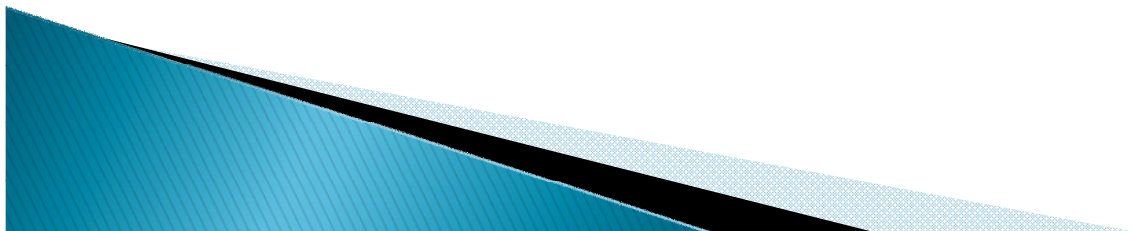


Alexithymie u závislostí

- ▶ Neschopnost pochopení vlastních emocí vede k vysvětlení, proč někteří mají sklon k vybíjení napětí plynoucího z nepříjemných emocionálních podnětů, k impulzivnímu chování jako nadměrná konzumace návykových látek, přejídání nebo mentální anorexii, perverzní sexuální chování a zneužívání léků.

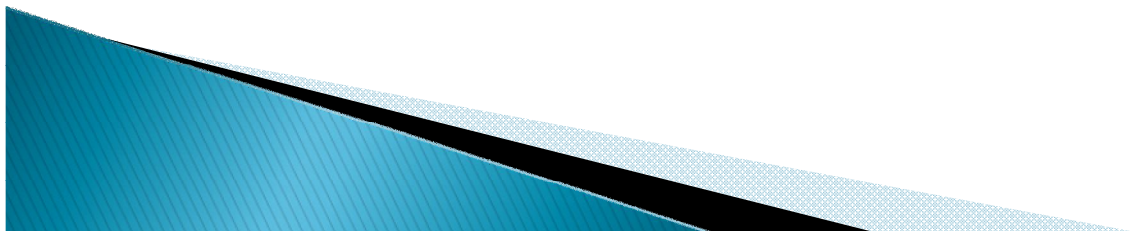


- ▶ U lidí, kteří tráví hodně času na internetu, byla zjištěná nižší sebeúcta a víc impulzivních projevů než u zdravé populace. Zkušenost osamocení, sociální izolace, odloučení od lidí, může být rizikovým faktorem vzniku alexithymie.
- ▶ Lidé závislí na alkoholu, dlouhodobě osamocení, bez sociálních vazeb a vztahů mají prokazatelnou míru alexithymie, podle některých autorů až v 62.3 %. Důležitý je i fakt, že úzkost jako povahový rys osobnosti, poukazuje na zhoršené vyjádření emocí.



ZÁVISLOST JAKO EMOČNÍ PROBLÉM

V etiologii závislosti sehrává roli interakce víc faktorů
současně – DROGA, OSOBNOST, PROSTŘEDÍ, PODNĚT



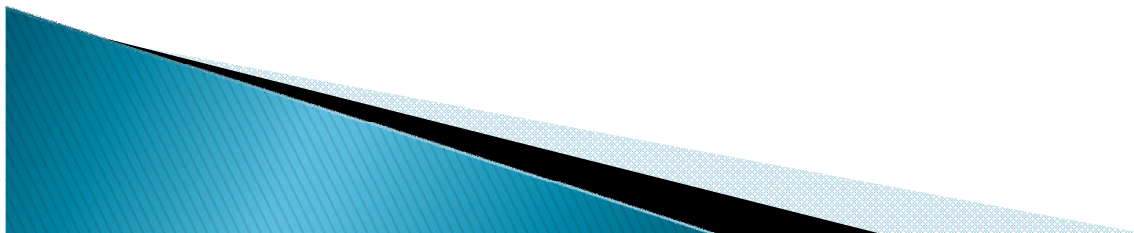


Matka závislost
a její podoby



1. Silná touha nebo nutkání užít látku – Craving

- ▶ zásadní podíl na intenzitě prožívání odvykacího stavu, kdy se projevuje jako touha po opětovném požití látky
- ▶ Malá schopnost uvědomovat si bažení může mít více příčin, které se mohou navíc navzájem kombinovat. Alexithymie je jednou z možných příčin nedostatečného uvědomování bažení.

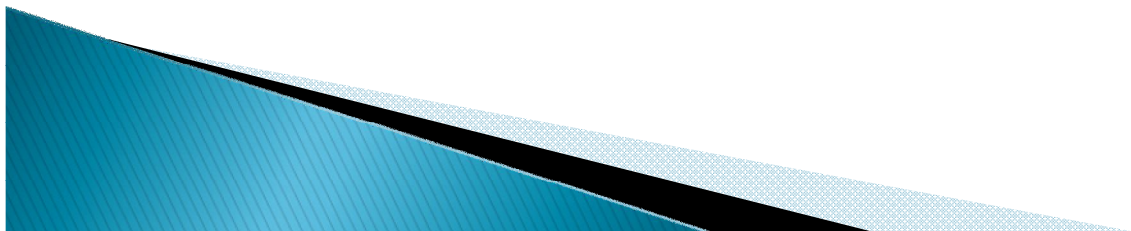


2. Zhoršená schopnost kontrolovat chování spojené s užíváním látky

▶ Neschopnost si ~~uvědomit~~ hranice

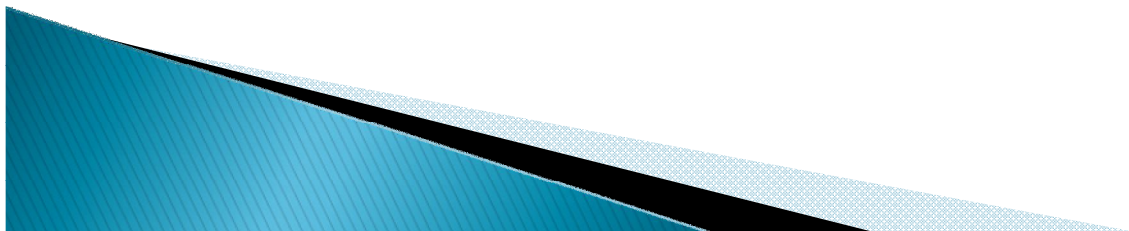
▶ Spíš neschopnost vnímat a pak uvědomit

=> prožitky



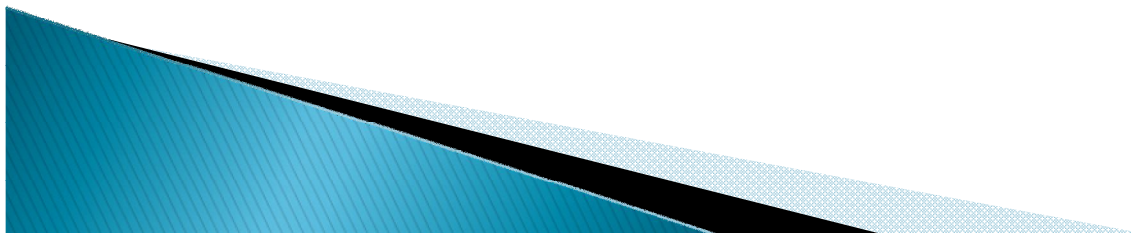
3. Fyziologické projevy tělesného odvykacího stavu

- ▶ Předchází změna povahových vlastností
- ▶ Agresivita, impulzivita, násilné chování, žárlivost



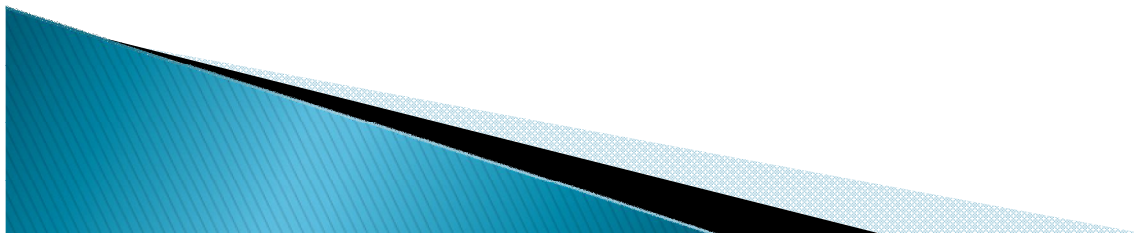
4. Průkaz tolerance k účinku látky

- ▶ Důležité pro pochopení závislosti
- ▶ Po požití jsou často pocity pohody, klidu, vyrovnanosti, pocity povzbuzení, pocity, že se zvládá víc práce a nikdo abusů nevidí, nebo nevnímá.
- ▶ Velice riziková je konzumace alkoholu k psychické úlevě



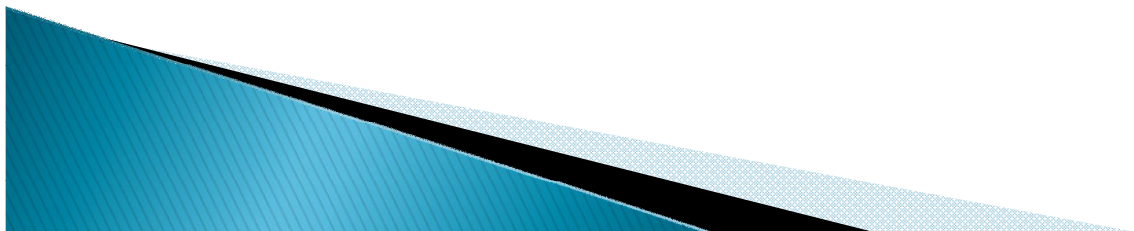
5. Postupná ztráta zájmů a potěšení

- ▶ Alkohol na 1.místě v řebříčku hodnot
- ▶ Aktivita spojené s užíváním alkoholu
- ▶ Ztráta prožitku, pocity samoty a opuštění, pocity nepochopení, frustrace
- ▶ Postupně jediná „radost“ v konzumaci



6. Trvalé užívání látky navzdory jasnému důkazu škodlivosti následků

- ▶ Jedinec pokračuje v užívání, i když si je vědom povahu a rozsahu škodlivosti, která mu byla předem vysvětlena, byl s ní obeznámen.
- ▶ ... Ví, ale necítí se ...



- ▶ Pro závislého se zhoršenou schopností

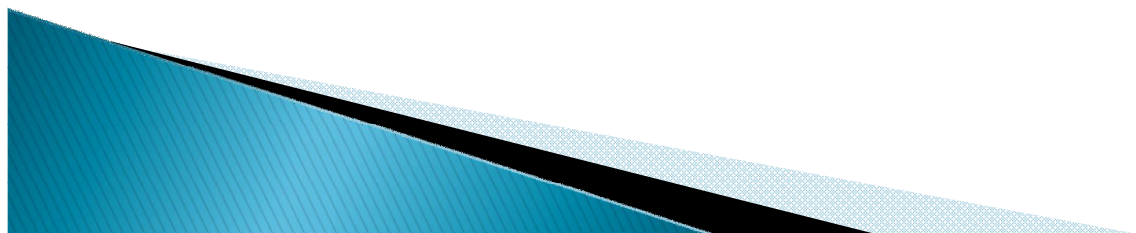
- ▶ Některí autoři doporučují alexithymické



Vlastní práce

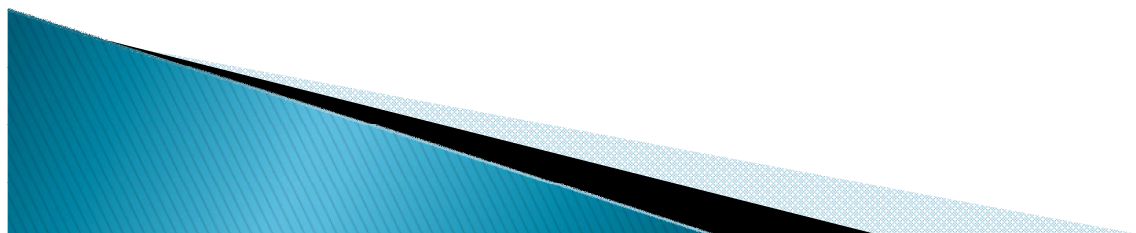
- ▶ 50 pacientů hospitalizovaných v PL Jihlava
- ▶ 47 pacientů v ambulantním léčení PL Jihlava
/min 3 měsíce abstinence/

Bez tělesných komplikací, bez projevů
odvykacího stavu



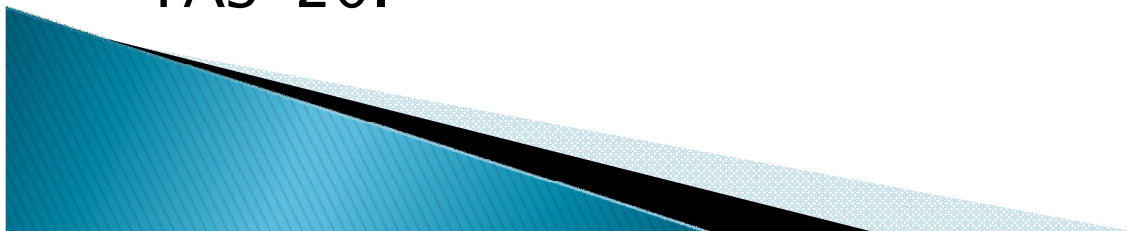
Metodika

- ▶ TAS-20 – torontská alexithymická škála
- ▶ Zungova sebehodnotící škála deprese
- ▶ HCL-32 R2 dotazník k zjištění hypomanických symptomů
- ▶ dotazník projektu Prime MD a to PHQ–Brief zkrácená verze k skríníngu duševních poruch
- ▶ TAS-20 škála není standardizována pro českou populaci, byl využit překlad anglické verze s úpravou posledních 5 otázek. Návrh formuláře získaný na katedře psychiatrie IPVZ Praha.



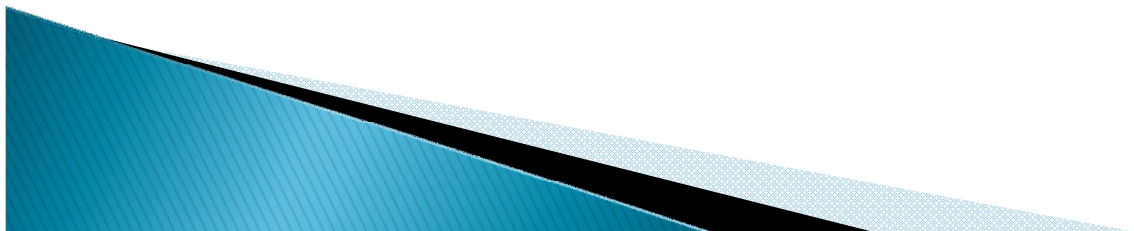
- ▶ Strongly agree – rozhodně nesouhlasím na možnost „Velmi často /pravidelně/“
- ▶ Moderately agree – mírně souhlasím na možnost „Méně často /nepravidelně“
- ▶ Neither disagree nor agree – ani nesouhlasím ani souhlasím na možnost „Nevím“
- ▶ Moderately disagree – mírně nesouhlasím na možnost „Občas“
- ▶ Strongly disagree – rozhodně nesouhlasím na možnost „Nikdy“

Za přítomnost alexithymie se považovalo dosažení 61 bodů a více po celkovém vyhodnocení dotazníku TAS-20.

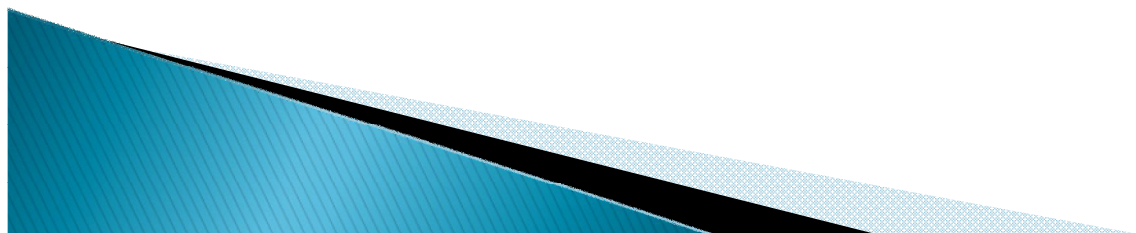


Výsledky

- ▶ Podle dotazníku TAS-20 mělo alexithymii **15 pacientů /15,46%/** z celkového počtu.
- ▶ 7 z nich bylo v ambulantním léčení, 8 z nich bylo v hospitalizaci.
- ▶ Dle Zungové škály měli ve 3 případech lehkou depresi, 8 mělo středně těžkou depresi a u 4 byli známky těžké deprese.

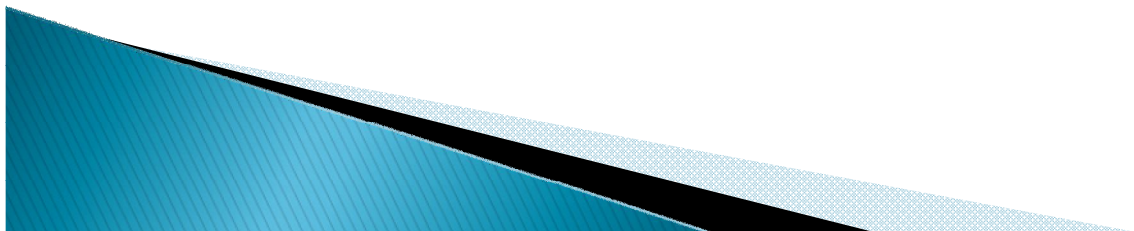


- ▶ **Výsledky v dotazníku HCL 32 – R2**
- ▶ Celkem u 64 pacientů / 65,98 %/ byli přítomné známky hypománie nebo povznešené nálady.
11 pacientů s alexithymii
- ▶ **Výsledky v dotazníku PHQ Brief – zkrácená verze**
- ▶ U 93 z 97 pacientů vyšlo, že mají problémy s partnerem, rodinou, stres mimo domov, finanční problémy a nedostatek sociální podpory



Souhrn

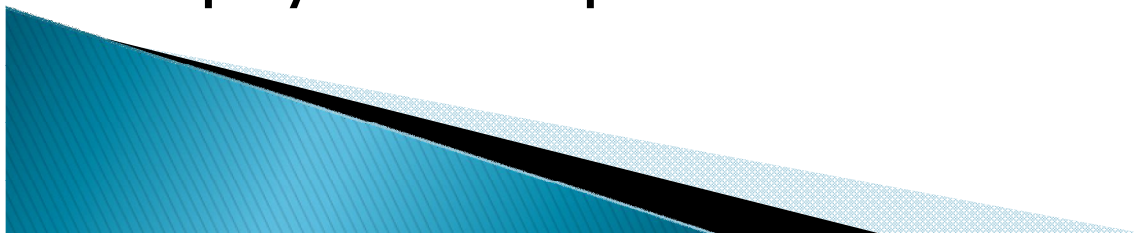
- ▶ K měření alexithymie se používá několik dotazníků. Nejpoužívanější je Torontská alexithymická škála TAS-20.
- ▶ Z výsledků vlastní práce je podíl alexithymie u drogově závislých ve 15,46 %. Při srovnání se zahraničím, kde někteří autoři mluví až o 50ti% ve srovnání se zdravou populací.



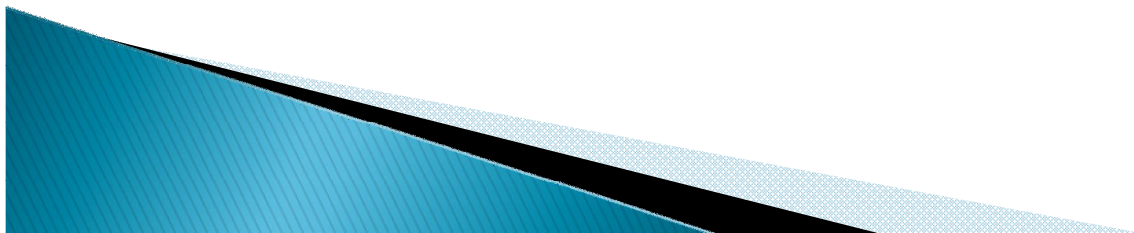
- ▶ Diskutuje se o složitosti vztahů mezi depresí a alexithymií a korelací mezi TAS-20 a sebehodnotící škálou deprese, hlavně v oblasti popsání svých pocitů.
- ▶ Emocionální komponenta deprese a alexithymie sama o sobě vysvětluje toto spojení.
- ▶ Poznávací komponenta alexithymie se jeví jako nezávislý faktor.



- ▶ Problémem při posuzování dotazníků je jejich standardizace pro jednotlivé kultury, národy. Existuje několik modifikací a překlady do různých jazyků.
- ▶ Alexithymie je zařazována mezi hraniční koncepce psychosomatiky
- ▶ Somatizace jako projev emoční tísně v psychoterapii



- ▶ Závislým pacientům umožnit pochopit jejich prožívání ➡ vede k posílení abstinence
- ▶ V klinické praxi dobrý efekt s akceptací vnitřní reality pacienta /ne vždy se jedná o postoj k abstinenci/
- ▶ Edukace – ovlivnění náhledu na problematiku závislosti



Děkuji za pozornost

