

تأثیر درمان شناختی- رفتاری در کاهش میزان افسردگی مبتلایان به سوء مصرف مواد

دکتر طاهره ثقه الاسلام^۱، دکتر امیدوار رضایی^۲، دکتر کبری عقیقی^۳

چکیده

زمینه و هدف: وابستگی به مواد یا اعتیاد یک اختلال روانی است. این واژه که در تقسیم‌بندی‌های روان پزشکی سوء مصرف مواد تعریف شده است دومین اختلال شایع روانی است و افسردگی نیز از اختلالاتی است که در بین مبتلایان به سوء مصرف مواد دیده می‌شود. هدف از انجام این پژوهش ارزیابی اثربخشی درمان شناختی- رفتاری افسردگی در بیماران مبتلا به سوء مصرف مواد می باشد.

روش کار: این پژوهش بطور تجربی انجام گرفت و طی آن ۲۸ بیمار زن و مرد مبتلا به سوء مصرف مواد بر اساس معیارهای تشخیصی DSM IV انتخاب شدند. افراد منتخب به مدت دو سال بطور مستمر تحت درمان دارویی بودند اما کنترل مناسب نداشتند. این افراد به دو گروه تقسیم شدند و طی مدت ۶ هفته ضمن مصرف دارو تحت درمان روان شناختی قرار گرفتند. گروه اول تحت درمان شناختی- رفتاری قرار گرفتند (گروه تجربی) و گروه دوم هیچگونه درمان روان شناختی دریافت نکردند (گروه مقایسه). ابزار بکار رفته نخست پرسشنامه ثبت اطلاعات دموگرافیک بود، سپس جهت ارزیابی افسردگی از آزمون بک استفاده شد.

یافته‌ها: با روش اندازه‌گیری مکرر شامل یک پیش آزمون و دو پس آزمون یافته‌ها مورد تحلیل قرار گرفت. در پیش آزمون براساس آزمون بک نمرات هر دو گروه بیانگر افسردگی شدید بود. در گروه تجربی در پس آزمون دوم و سوم نمرات به صورت معنادار کاهش یافت. با انجام آزمون درون گروهی و بین گروهی تغییر معنی دار نمرات به اختلاف‌های درون گروهی ارتباط داشت.

نتیجه‌گیری: درمان شناختی رفتاری نقش پراهمیتی در کاهش میزان افسردگی بین بیماران مبتلا به سوء مصرف مواد داشت. مداخله روان‌شناختی توانست از طریق کاهش افسردگی، شناخت بیماران را تغییر دهد و آنها را قادر سازد که عقیده مثبت‌تری در کنترل خودشان پیدا کنند. بنظر می‌رسد رویکرد تیمی روان‌شناسی از لحاظ نظری و عملی در زمینه تدابیر کنترلی و درمان افسردگی در بیماران مبتلا به سوء مصرف مواد می‌تواند بر کیفیت و سبک زندگی، روابط فردی، و اجتماعی آنها تأثیر عمیق داشته باشد.

واژه‌های کلیدی: افسردگی، سوء مصرف مواد، اعتیاد، درمان شناختی- رفتاری

۱- مؤلف مسئول: استادیار روان‌شناسی- دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

۲- استاد جراحی مغز و اعصاب- دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

۳- استاد یار بیهوشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی