مداخلهٔ شناختی- رفتاری بر کاهش سطوح اضطراب و نگرانی آسیب شناختی بیماران مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس(MS) با علایم اختلال اضطراب فراگیر(GAD)

میر رضا بنی هاشمی (نویسنده مسئول)، کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه آزاد اردبیل.مشاور دانشگاه علوم پزشکی ارومیه. (EMAIL: ntorabzade@yahoo.com)

ناصر تراب زاده(کارشناسی ارشد روانشناسی، مشاور آموزش و پرورش شهرستان ارومیه)

سعید اسدنیا (دانشجوی دکتری روانشناسی، دانشگاه تبریز. مشاور بهزیستی شهرستان ارومیه)

چکیده: نگرانی آسیب شناختی یکی از عوامل اصلی در اختلال اضطراب فراگیر می باشد. پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی درمان شناختی - رفتاری بر کاهش سطوح اضطراب و نگرانی آسیب شناختی بیماران مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس(MS) با علایم اختلال اضطراب فراگیر انجام شد.

روش: در یک طرح نیمه آزمایشی با پیش آزمون – پس آزمون با گروه کنترل تعداد ۴۰ نفر زن مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر با تشخیص بیماری مولتیپل اسکلروزیس که به درمانگاه مغز و اعصاب مراجعه نموده بودند، بر اساس مصاحبه تشخیصی ساختاریافته برای DSM-IV و با استفاده از نمونه گیری در دسترس انتخاب و پس از احراز شرایط درمان به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جای داده شدند. گروه آزمایش به مدت ۱۲ جلسه تحت مداخله شناختی رفتاری قرار گرفتند درحالی که گروه کنترل هیچ گونه مداخله‌ای را دریافت نکردند. پرسش‌نامه نگرانی پنسیلوانیا (PSWQ) و مقیاس اضطراب کتل پیش و پس از مداخله برای هر دو گروه اجرا شد. داده ها با استفاده از روش‌های آماری میانگین، تی مستقل و تحلیل کواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته ها: یافته ها نشان داد که بین نمرات پیش آزمون و پس آزمون گروه کنترل و آزمایش تفاوت معنی‌داری از لحاظ آماری وجود دارد. بدین معنی که مداخله شناختی رفتاری موجب کاهش نمرات نگرانی و همچنین اضطراب در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل شده بود.

نتیجه گیری: نتایج پژوهش حاضر مشخص می‌کند که مداخله شناختی رفتاری بر آماج های درمان از نظر بالینی اثر خوبی بر جای گذاشت و در کاهش نگرانی زنان مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر با تشخیص بیماری مولتیپل اسکلروزیس از کارآیی لازم برخوردار است.

واژگان کلیدی: مداخله شناختی رفتاری، نگرانی آسیب شناختی، اختلال اضطراب فراگیر، ام اس.

مقدمه: یکی از بیماری های قرن حاضر که اکثر جوان‌ها به‌خصوص دختران و زنان جوان به این بیماری مبتلا می شوند، بیماری مولتیپل اسکلروزیس ۱ (MS) می‌باشد. این بیماری یکی از اختلالات ناتوان کنندهٔ عصب شناختی می باشد که علاوه براختلالات عصبی - حرکتی با علایمی چون اضطراب، ضعف و کاهش قدرت حل مشکل بروز می کند و باعث اختلالات جسمی و روانی متعددی می شود (آنهوک و همکاران، ۲۰۱۱). هم چنین این بیماری با علایم التهاب و تخریب میلین مشخص می‌شود، که ممکن است دارای سیر پیش رونده یا توأم با عود و فروکش باشد. ضایعات ام اس پس از تروما دومین علت شایع ناتوانی عصبی در اوایل و اواسط بزرگسالی است و تظاهرات آن ازیک بیماری خوش خیم تا یک بیماری به سرعت پیش رونده و ناتوان کننده متغیر است(بول و همکاران، ۲۰۰۹). این بیماری بیشتر دربزرگسالان بین ۱۵ تا ۵۰ سال بروز می کند و یکی از شایع ترین اختلال ها در اوایل بزرگ سالی است و نسبت ابتلای زنان در مقایسه با مردان ۲ یا ۳ برابر بیشتر است(تاگارت، ۱۹۹۸). براساس اعلام انجمن ام اس ایران، حدود ۷۰۰۰ نفر عضو این انجمن می‌باشند. در ایران نیز شیوع ام اس در حدود ۱۵ تا ۳۰ نفر در هر ۱۰۰ هزار نفر می باشد(اعتمادی فر، ۱۳۸۴). مشاهده می‌شود بیماران مبتلا به ام اس از میزان بالایی از اختلالات روان شناختی به خصوص اختلالات خلقی و اضطرابی و استرس رنج می برند. استرس به عنوان یک پدیده چند بعدی و چند علتی می تواند به عنوان عارضه‌ای از بیماری ام اس و همچنین عاملی در تشدید و یا عود علایم ناشی ازبیماری می باشد(میتسونیس و همکاران، ۲۰۰۸). مروری بر ادبیات پژوهشی نشان داد که در بیماران مبتلا به ام اس میزان بالایی از پریشانی، کیفیت زندگی پایین، مشکلات در نقش و روابط اجتماعی(دنیسون و موس و چالدر، ۲۰۰۹) مشاهده می شود. نتایج پژوهش‌های متعدد اسدنیا و همکاران حاکی ازآن بود که میزان بالایی از سردردهای میگرنی و کیفیت خواب نامطلوب (اسدنیا و همکاران، ۲۰۱۳) افسردگی و اضطراب(اسدنیا و همکارن، ۲۰۱۵) و همچنین نگرانی آسیب شناختی(اسدنیا و همکاران، ۲۰۱۳) در این بیماران دیده می‌شود. افسردگی و اضطراب از عمده‌ترین اختلالات روانی در افراد مبتلا به ام اس می باشد(اسدنیا و همکارن، ۲۰۱۵). علت دقیق میزان بالای افسردگی و اضطراب دراین بیماران ناشناخته بوده و ترکیبی از فاکتورهای روانی اجتماعی، نورولوژیکی و مرتبط با بیماری احتمالاً دخیل هستند(چواستک و ادی، ۲۰۰۷). اگرچه اضطراب یکی از علایم ناتوان کننده این بیماران می باشد ولی تا مدتها مورد بررسی محققان قرار نگرفته بود. نتایج پژوهش های اخیر حاکی از شیوع ۳۷ درصدی اختلالات اضطرابی را در این بیماران می

۱.Multiple Schlorosis