

Név: Raffai Gellért

Cím: OBEZ BETEGEK TESTSÚLYCSÖKKENTÉSE CSOPORTPSZICHOTERÁPIÁS MÓDSZEREKKEL

Témavezető: Dr. Bugán Antal

Intézet: DE NK, Magatartástudományi Intézet

Absztrakt

Célkitűzés

Obez betegek testsúlycsökkentésének csoportpszichoterápiás megközelítése, az obezitáshoz vezető túlevéses zavar hátterében fellelhető kiváltó tényezők azonosítása és a pszichoterápiás folyamatban történő kezelése a táplálkozási viselkedés egyensúlyának céljából.

Anyag és módszer

A Debreceni Egyetem I. Belklinikájának Obezitológiai Szakrendelésén pszichoterápiás csoportot indítottunk 9 fő obez betegnek. A terápiával párhuzamosan követjük a csoporttagok súlyváltozását, valamint a csoportdinamika megfigyelésével a túlevéses viselkedés alakulását, melyben felhasználtuk a Túlevést kiváltó tünetlistát (Binge Eating Trigger Checklist). A kérdőív a túlevés hátterében 36 tényezőt vizsgál.

Eredmények

A 4. hónap után a 9 fős csoport kezdő 1064 kg-os össztömege 1000 kg alá csökkent. A fogyás 6 főnél kezdődött el, 3-nál nem. A súlycsökkenés 7-18 kg közötti. A kérdőív igazolta a specifikus pszichológiai kiváltó tényezők meglétét a túlevés kiváltásában. Megjelentek jellegzetes érzelmi állapotok (pl. feszültség, frusztráció, szorongás) jellegzetes kognitív torzítások (pl. jövőtől való félelem, az élet kudarcnak megélése), jellegzetes társas kontextusok (pl. magány, elhagyatottság), valamint jellegzetes szituatív kontextusok (pl. étkezés kihagyása, szembesülés a kedvenc étellel). A terápia ideje alatt súlygyarapodást, súly-visszarendeződést nem tapasztaltunk.

Megbeszélés

A belgyógyászati ellátás területén alkalmazott testsúlycsökkentő beavatkozások (gyógyszeres, dietetikai) kevésbé koncentrálnak a táplálkozási viselkedést meghatározó pszichológiai tényezőire, amelyek döntően befolyásolják azt. Tapasztalataink szerint a pszichoterápiás megközelítésben kisebb a betegek frusztráltsága a táplálék mennyiségének és minőségének korlátozásában. Feltételezhetjük azt is, hogy az obez betegek terápiájában a pszichoterápiás módszer alkalmazása esetén kisebb kockázata van a súly-visszarendeződésnek.