

Skuteczność terapii poznawczo-behawioralnej w leczeniu zaburzeń psychicznych u osób w wieku podeszłym

The effectiveness of cognitive-behavioural therapy in treatment of old psychiatric patients

Justyna Wysieńska, Agnieszka Księżopolska, Małgorzata Opio

Niniejsza praca zawiera przegląd piśmiennictwa dotyczącego stosowania psychoterapii u starszych osób z różnymi zaburzeniami psychicznymi. Większość prac koncentruje się na leczeniu zaburzeń afektywnych. Niewiele jest badań dotyczących roli psychoterapii w innych zaburzeniach psychicznych w podeszłym wieku. Praca koncentruje się na efektach zastosowania terapii poznawczej i behawioralnej (CBT) w zaburzeniach depresyjnych, lękowych i schizofrenii oraz w profilaktyce zdrowotnej u osób w wieku podeszłym. Jak wynika z przytoczonych w pracy badań, CBT jest skuteczna w różnych zaburzeniach. Omówione zostały prace, w których CBT stosowana była jako samodzielna metoda, jak również w połączeniu z lekami. W odniesieniu do dużej depresji wydaje się, że najlepszą metodą leczenia jest łączenie farmakoterapii z psychoterapią. Leczenie łagodnych i umiarkowanych zaburzeń depresyjnych okazuje się skuteczne przy stosowaniu samej psychoterapii, jak również łączonej z lekami. Badania potwierdzają skuteczność CBT jako samodzielnej metody w leczeniu zaburzeń lękowych. Okazuje się, że również w schizofrenii zastosowanie psychoterapii, oczywiście w połączeniu z lekami, powoduje, że pacjenci lepiej funkcjonują. Oprócz tego elementy terapii poznawczo-behawioralnej mogą być użyteczne w działaniach z zakresu profilaktyki zdrowotnej. Przytoczone badania zmierzają ku obaleniu poznawczego zniekształcenia, według którego u starych ludzi nie są możliwe zmiany podczas procesu psychoterapii

The work contains a review of publications on the application of psychotherapy in elderly patients various psychiatric disturbances. Most publications refer to treatment of affective disorders. Not much research has been done on the role of psychotherapy in psychiatric disorders in elderly patients. The work is focused on effects of CBT in affective, anxiety disorders, schizophrenia and preventive medicine of elderly patients. Reviewed publications indicate that CBT is effective in various disorders. This work discusses CBT in mono therapy as well as in combination with medications. In treatment of major depression combination of pharmacotherapy and psychotherapy seems to be the best method. In case of mild and moderate depression using psychotherapy alone is as effective as psychotherapy in combination with drugs. Research has confirmed that CBT applied in dependly as an effective method for treating anxiety. Schizophrenic patients also functioned better when treated with pharmacotherapy in combination with CBT. In addition to that elements of CBT can be use full in health care prophylaxis. Based on reviewed publications we want to explode cognitive deformation that old people can not change their self during psychotherapy.