

OBSZESSZÍV-KOMPULZÍV ZAVAR

Senki nem csodálkozik azon, ha megmossuk a kezünket, megbizonyosodunk arról, hogy bezártuk-e az ajtót, vagy rendet tartunk a környezetünkben. Egyesek azonban bizonyos cselekvések vég nélküli ismételtetésével igyekeznek elejét venni annak, hogy baj történjen. A meglehetősen időrabló viselkedésformák feszültséget keltenek a betegen, és megakadályozzák őt abban, hogy a korábban megszokott módon vegyen részt a munkahelyi és a családi életben. Ezt az állapotot obszesszív-kompulzív zavarnak (OCD, obsessive-compulsive disorder) nevezik.

A betegek zöme tisztában van azzal, hogy szükségtelen és értelmetlen dolgot cselekszik, ezért gyakran érzi egyedül magát. A valóságban azonban más a helyzet, hiszen az Egyesült Államokban minden ötvenedik ember hasonló gondokkal küzd, és jóval több azoknak a száma, akiknél csak bizonyos részjelenségek figyelhetők meg.

MI AZ OBSZESSZÍV-KOMPULZÍV ZAVAR?

A nőket, férfiakat és gyermekeket egyaránt érintő állapot makacsul visszatérő gondolatokra készíti a betegeket. Az obszesszióknak nevezett gondolatok hatására a betegek újra és újra végrehajtják ugyanazt a cselekvéssort, hogy megszabadulhassanak ezektől a gondolatoktól. A kompulzióként jelölt viselkedésformákat gyakran szigorú „szabályok” irányítják, és akár több órát is felemészthetnek. A betegek többsége felismeri, hogy aggodalmi nem valósak, és a kényszeres cselekvések értelmetlenek. Ez szégyenérzetet kelt bennük, mely visszatartja őket attól, hogy nyíltan beszéljenek a problémáról.

MELYEK AZ OBSZESSZÍV-KOMPULZÍV ZAVAR TÜNETEI?

A kényszeres gondolatok és cselekvések tárháza igen gazdag, az adott pillanatban jelen lévő obszessziók és kompulziók összetétele időről időre változik. A tünetek nem azonos súlyossággal jelentkeznek, és óvodáskorúak körében éppen úgy felléphetnek, mint középkorúak esetében. Tíz százalékra tehető azoknak a betegeknek a száma, akiknél a kényszeres gondolatok nem eredményeznek kóros cselekvéseket, vagy a kóros cselekvést nem előzi meg kényszeres gondolat.

A kóros gondolatok gyakori megjelenési formája, ha a beteg retteg a kórokozótól vagy szennyeződésektől, aggódik amiatt, hogy önmagának vagy másoknak sérülést okoz, akaratlan szexuális gondolatok szü-



Aggodalmat kelt a betegen, ha a kényszeres gondolatok és cselekvések olyan mértékűt érnek el, hogy akadályozzák a megszokott életvitelt.



Az antidepresszív gyógyszerek szedése, a viselkedésterápia és a betegoktatás általában enyhíti az obszesszív-kompulzív zavar tüneteit.

letnek a fejében, túlhajszolt módon követi a vallás előírásait, a megszokott mértéket messze meghaladóan, kínosan ügyel külső megjelenésére, vagy leküzdhetetlen vágyat érez arra, hogy megkérdezzen valakitől valamit, vagy mindenképpen beszéljen valakivel. A gyakori kényszerselekvések közé tartozik a mosás, az ellenőrzés, bizonyos kifejezések ismételtetése, egyes tárgyak megérintése, a számolás, a takarítás vagy rendtevés, a gyűjtögetés és a pereskedés.

Az obszesszív-kompulzív zavarban szenvedő betegek attól félnek, hogy rossz dolgok történnek, ha bizonyos cselekvéseket elmulasztanak megtenni. Például rettegnek attól, hogy valamelyik szerettüket baj éri, ha lefekvés előtt nem érintik meg 82-szer az ágytakarót.

A gyermekeknek a szobájuk aprólékos rendbetétele mellett nem marad elegendő idejük az iskolai feladatok ellátására. A felnőttek esetében nem ritka jelenség, hogy csak akkor biztosak abban, hogy a nyitva hagyott gázcsap távollétükben nem okoz robbanást, ha 15-ször ellenőrzik a gáztűzhelyet, így aztán mindig késésben vannak.

Nem szabad azonban megfeledkezni arról, hogy nem mindenki szenved obszesszív-kompulzív zavarban, aki sokat ad külső megjelenésére és környezete tisztaságára, vagy a megszokottnál többet aggódalmaskodik.

Az aggodalom önmagában nem kóros jelenség, jóllehet megkíméli azokat, akik hagyják, hogy csak úgy „történjenek” velük a dolgok. Figyelmet érdemel viszont az állapot, ha a kényszeres cselekvések és gondolatok zavarják a megszokott életvitelt.

MI OKOZZA AZ OBSZESSZÍV-KOMPULZÍV ZAVART?

A betegség okait nem ismerjük, de bizonyos kutatások azt jelzik, hogy kialakulásában szerepet játszhat az agyi területek közötti kommunikáció zavara. Az egyes részek a szerotoninnak nevezetett kémiai anyag útján tartják a kapcsolatot egymással, mely obszesszív-kompulzív zavarban a szükségesnél kisebb mennyiségben lehet jelen. Egyes kutatók családon belüli öröklődést is feltételeznek. Azt mindenesetre biztosan tudjuk, hogy a betegség kialakulásáért senki nem tehetőfelelőssé, és az semmiképpen sem a gyengeség jele.

HOGYAN ISMERHETŐ FEL AZ OBSZESSZÍV-KOMPULZÍV ZAVAR?

Az orvos és a pszichológus rendszerint a tünetek alapján kórismézi a betegséget.

HOGYAN KEZELHETŐ AZ OBSZESSZÍV-KOMPULZÍV ZAVAR?

Az esetek többségében a betegség nem gyógyítható teljesen, de az antidepresszív gyógyszeres kezelés, a viselkedésterápia és a betegoktatás együttes hatására a tünetek javulnak, és a normálishoz közeli életvitel biztosítható. Egyes esetekben eredményes lehet a segítőcsoporthoz való csatlakozás is.

Ez a tájékoztató nem helyettesíti az orvosi kezelést. A betegek számára készített másolatoktól eltekintve felhasználása csak a kiadó írásos hozzájárulása nyomán engedélyezett.