

Περιεχόμενα

Σημείωμα της διευθύντριας της σειράς	11
<i>Αναστασία Καλαντζή-Αζίζι</i>	
Πρόλογος	13
<i>Ελευθερία Βάρσου</i>	
Εισαγωγή των συγγραφέων	17
Ευχαριστίες	19
 ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: Η ψυχογενής ανορεξία	21
<i>Φραγκίσκος Γονιδάκης</i>	
1. Η «ιστορία» της ψυχογενούς ανορεξίας	21
2. Κλινικές εκδηλώσεις της ψυχογενούς ανορεξίας	23
3. Ιατρικές επιπλοκές της ψυχογενούς ανορεξίας	28
4. Επιδημιολογικά δεδομένα για την ψυχογενή ανορεξία	29
5. Αιτιοπαθογένεια της ψυχογενούς ανορεξίας	30
6. Πορεία και πρόγνωση της ψυχογενούς ανορεξίας	37
 ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: Γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία στην ψυχογενή ανορεξία	39
<i>Φραγκίσκος Γονιδάκης</i>	
1. Εισαγωγή	39
2. Η γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία	40
3. Αποτελεσματικότητα της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής θεραπείας	54
4. Η γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία στην πράξη	55

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: Η περίπτωση της Κατερίνας 63

Φραγκίσκος Γονιδάκης

1. Αίτημα-έναρξη της θεραπείας 63
2. Πληροφορίες από το ιστορικό 63
3. Διατύπωση της περίπτωσης 68
4. Πορεία της θεραπείας 75
5. Αποχαιρετώντας την Κατερίνα 83

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4: Η περίπτωση της Λένας 85

Φραγκίσκος Γονιδάκης

1. Αίτημα - έναρξη της θεραπείας 85
2. Πληροφορίες από το ιστορικό 86
3. Διατύπωση της περίπτωσης 91
4. Πορεία της θεραπείας 97
5. Αποχαιρετώντας τη Λένα 105

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5: Η περίπτωση της Μαρίας 107

Φραγκίσκος Γονιδάκης

1. Αίτημα - έναρξη της θεραπείας 107
2. Γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία μέσω διαδικτύου 108
3. Πληροφορίες από το ιστορικό 110
4. Διατύπωση της περίπτωσης 114
5. Πορεία της θεραπείας 119
6. Αποχαιρετώντας τη Μαρία 122

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6: Η ψυχογενής βουλιμία και η επεισοδιακή υπερφαγία 125

Ντιάνα Χαρίλα

1. Η ψυχογενής βουλιμία 125
2. Διαταραχή της επεισοδιακής υπερφαγίας 133
3. Διαταραχή πρόσληψης τροφής μη προσδιοριζόμενη αλλιώς 137
4. Αιτιογένεση των διαταραχών πρόσληψης τροφής 139

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7: Γνωσιακοί μηχανισμοί στην ψυχογενή βουλιμία και στη διαταραχή της υπερφαγίας	145
<i>Ντιάνα Χαρίλα</i>	
1. Γνωσιακοί μηχανισμοί	145
2. Γνωσιακή-συμπεριφοριστική αξιολόγηση	150
 ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8: Θεραπευτικές παρεμβάσεις στην ψυχογενή βουλιμία και στη διαταραχή της υπερφαγίας	167
<i>Ντιάνα Χαρίλα</i>	
1. Θεραπεία της συμπεριφοράς	169
2. Γνωσιακή-συμπεριφοριστική θεραπεία	173
 ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9: Συμπληρωματικές θεραπείες για την ψυχογενή βουλιμία και τη διαταραχή της υπερφαγίας	185
<i>Ντιάνα Χαρίλα</i>	
1. Το εκτεταμένο μοντέλο θεραπείας για τις διαταραχές πρόσληψης τροφής	185
2. Διαλεκτική-συμπεριφοριστική θεραπεία	196
3. Θεραπευτική παρέμβαση για τη βελτίωση της εικόνας του σώματος	198
4. Εκπαίδευση στη διεκδικητική συμπεριφορά	201
5. Διαπροσωπική θεραπεία	202
6. Επίλογος	203
 ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10: Η περίπτωση της Ελένης	205
<i>Ντιάνα Χαρίλα</i>	
1. Ιστορικό	205
2. Διατύπωση περίπτωσης	208
3. Υπόθεση εργασίας	210
4. Πορεία της θεραπείας	210

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 11: Η περίπτωση της Άννας	213
<i>Ντιάνα Χαρίλα</i>	
1. Ιστορικό	213
2. Διατύπωση περίπτωσης	217
3. Υπόθεση εργασίας	221
4. Πορεία της θεραπείας	222
 ΚΕΦΑΛΑΙΟ 12: Η περίπτωση της Μάρθας	225
<i>Αλεξάνδρα Κερασιώτη & Ντιάνα Χαρίλα</i>	
1. Ιστορικό	225
2. Διατύπωση περίπτωσης	230
3. Υπόθεση εργασίας	235
4. Πορεία της θεραπείας	236
 ΚΕΦΑΛΑΙΟ 13: Η περίπτωση της Θάλειας	239
<i>Έλλη Κουβαράκη & Ντιάνα Χαρίλα</i>	
1. Ιστορικό	239
2. Διατύπωση περίπτωσης	243
3. Θεραπευτικός σχεδιασμός	247
4. Πορεία της θεραπείας	249
 ΚΕΦΑΛΑΙΟ 14: Η περίπτωση της Φανής	253
<i>Βασιλική Κραββαρίτη & Ντιάνα Χαρίλα</i>	
1. Ιστορικό	253
2. Διατύπωση περίπτωσης	257
3. Υπόθεση εργασίας	261
4. Θεραπευτικός σχεδιασμός	263
5. Πορεία της θεραπείας	264
 Βιβλιογραφία	269

Πρόλογος

Το βιβλίο του Φραγκίσκου Γονιδάκη και της Ντιάνας Χαρίλα, *Διαταραχές πρόσληψης τροφής: γνωσιακή-συμπεριφοριστική προσέγγιση*, αποτελεί αναμφίβολα μια σημαντική και ουσιαστική συνεισφορά στην ελληνική ψυχιατρική βιβλιογραφία, επειδή πραγματεύεται μια κατηγορία ψυχικών διαταραχών που τις τελευταίες δεκαετίες απασχολεί και προβληματίζει όλο και πιο συχνά τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας και γενικότερα τις ιατρικές υπηρεσίες.

Οι λόγοι είναι κυρίως δύο. Αφενός, σημειώνεται μια σταδιακή και διαρκής αύξηση της ζήτησης για θεραπεία περιστατικών που αφορούν αυτές τις διαταραχές. Αφετέρου, επειδή πρόκειται για μια διαταραχή με πολυδιάστατη παθολογία, πολύμορφες εκδηλώσεις και συχνά σοβαρές ή και επικίνδυνες ιατρικές επιπτώσεις, απαιτείται μεγάλο εύρος γνώσεων και σημαντικός βαθμός εξειδίκευσης για την ορθή αξιολόγηση, κατανόηση και αντιμετώπισή τους. Αρκετά συχνά μάλιστα τα πιο δύσκολα και δυσίατα περιστατικά, ιδιαίτερα ψυχογενούς ανορεξίας αλλά και ψυχογενούς βουλιμίας, απαιτούν συντονισμένη διακλαδική συνεργασία επαγγελματιών υγείας από διάφορες ειδικότητες για τον αποτελεσματικό χειρισμό τους.

Είναι επομένως προφανής και επιτακτική η ανάγκη επιστημονικής ενημέρωσης και διάχυσης των ειδικών γνώσεων, όπως προκύπτουν τόσο από τη μελέτη της σύγχρονης διεθνούς βιβλιογραφίας όσο και από την κλινική και θεραπευτική εμπειρία εξειδικευμένων στο αντικείμενο επιστημόνων όπως είναι οι δύο συγγραφείς.

Ο ψυχίατρος-ψυχοθεραπευτής Φραγκίσκος Γονιδάκης, διδάκτωρ και στέλεχος της Α' Πανεπιστημιακής Ψυχιατρικής Κλινικής, έχει συμπληρώσει περισσότερο από δώδεκα έτη προσφοράς των κλινικών και ψυ-

χοθεραπευτικών του δεξιότητων, και διακρίνεται για την ευρυμάθεια, τον ενθουσιασμό και την αφοσίωσή του στη λειτουργία τόσο του ειδικού εξωτερικού ιατρείου όσο και του ειδικού ενδονοσοκομειακού προγράμματος για την αντιμετώπιση των διαταραχών πρόσληψης τροφής. Παράλληλα έχει αναπτύξει σημαντική ερευνητική-συγγραφική δραστηριότητα στο αντικείμενο των διαταραχών πρόσληψης τροφής. Ανάμεσα στα άλλα, έχει οργανώσει εξειδικευμένα σεμινάρια γνωσιακής-συμπεριφοριστικής θεραπείας για την αντιμετώπιση των διαταραχών αυτών και έχει αναλάβει την εποπτεία των εκπαιδευόμενων θεραπειών.

Η ψυχολόγος-ψυχοθεραπεύτρια Ντιάνα Χαρίλα, διδάκτωρ κλινικής ψυχολογίας και επιστημονική συνεργάτις του Τομέα Ψυχολογίας, του Τμήματος Φιλοσοφίας, Παιδαγωγικής, Ψυχολογίας, στη Φιλοσοφική Σχολή του Πανεπιστημίου Αθηνών, είναι υπεύθυνη του Εργαστηρίου Συμβουλευτικής Φοιτητών. Διαθέτει δεκαπενταετή εμπειρία στην αντιμετώπιση περιστατικών με διαταραχές πρόσληψης τροφής και έχει αναπτύξει πλούσια διδακτική και συγγραφική δραστηριότητα στο αντικείμενο της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής θεραπείας.

Η πλούσια κλινική και ψυχοθεραπευτική εμπειρία των συγγραφέων είναι φυσικό να αντανakλάται στο βιβλίο αυτό, όπως άλλωστε δηλώνει και ο τίτλος του.

Η διάταξη της ύλης του σε επιμέρους κεφάλαια διέπεται από την εκπαιδευτικά δικαιολογημένη λογική της παράθεσης των κλινικών διαταραχών με την «ιστορική» τους σειρά, από την παλαιότερα περιγραφείσα ψυχογενή ανορεξία προς την πρόσφατα αναγνωρισμένη διαταραχή της επεισοδιακής υπερφαγίας. Για κάθε κλινική οντότητα προηγείται ένα κεφάλαιο, το οποίο περιλαμβάνει περιεκτική ανασκόπηση της διεθνούς βιβλιογραφίας που καλύπτει όχι μόνο τις κλινικές εκδηλώσεις αλλά και την πορεία και πρόγνωση, τη συννοσηρότητα και τις θεωρίες για την αιτιοπαθογένεια των διαταραχών. Ακολουθεί η διεξοδική και λεπτομερής ανάπτυξη της εφαρμογής της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής προσέγγισης για την αντιμετώπιση της διαταραχής. Ιδιαίτερη προσοχή έχει δοθεί στην περιγραφή και κατανόηση των μηχανισμών που εκφράζονται στην ειδική ψυχοπαθολογία της εκάστοτε κλινικής διαταραχής. Στην εναργέστερη παρουσίαση των θεωρητικών διατυπώσεων ο αναγνώστης διευκολύνεται από την παράθεση σχηματικών διαγραμμάτων, όπου αυτό είναι αναγκαίο και πρόσφορο.

Η πιο σημαντική ωστόσο συμβολή του βιβλίου είναι η παρουσίαση συγκεκριμένων και ποικίλων κλινικών περιστατικών. Σε καθεμία από αυτές τις περιπτώσεις γίνεται αναλυτικά περιγραφή των διαδοχικών σταδίων αξιολόγησης, κατανόησης, και εφαρμογής των επιμέρους θεραπευτικών τεχνικών σύμφωνα με τις αρχές της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής θεραπείας. Με αυτό τον τρόπο ο μελετητής έχει τη δυνατότητα να κατανοήσει πώς τα θεραπευτικά σχήματα μεταφράζονται σε θεραπευτική πρακτική.

Θεωρώ ότι η μελέτη αυτού του βιβλίου προσφέρει εξαιρετική βοήθεια τόσο στους επαγγελματίες ψυχικής υγείας που αντιμετωπίζουν ήδη ψυχοθεραπευτικά περιστατικά ασθενών με διαταραχή πρόσληψης τροφής όσο και σε αυτούς που εκπαιδεύονται στο συγκεκριμένο αντικείμενο. Παρέχει επίσης σημαντική διευκόλυνση σε ψυχιάτρους και ψυχολόγους που θα ήθελαν να κατανοήσουν ή να εμπλουτίσουν τις γνώσεις τους στον τομέα αυτών των διαταραχών. Τέλος, μπορεί να αποτελέσει χρήσιμο βοήθημα για κάθε επαγγελματία υγείας που θα ήθελε να ενημερωθεί έγκυρα για τις τελευταίες θεωρητικές εξελίξεις πάνω σε διαταραχές που είναι σύνθετες, δύσκολες στην αντιμετώπισή τους ή και δυσνόητες, όπως οι διαταραχές πρόσληψης τροφής, καθώς τα τελευταία χρόνια οι πάσχοντες από αυτές τις διαταραχές εμφανίζονται όλο και πιο συχνά να ζητούν τη βοήθεια των ειδικών προκειμένου να ανακουφιστούν από την οδύνη και τη δυστυχία που βιώνουν.

Ελευθερία Βάρσου
Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Ψυχιατρικής
Α' Πανεπιστημιακή Ψυχιατρική Κλινική ΕΚΠΑ