



umra



Miti in resnice o zdravilih za motnje razpoloženja

Prof. dr. Rok, Tavčar, dr. med., specialist psihiatrije

Partnerji programa



Sofinancer programa:



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Vsebina

1. Zdravila, o katerih bomo govorili
2. Ali so zdravila za zdravljenje motenj razpoloženja sploh učinkovita?
3. Preveč ali premalo zdravil?
4. Ali res ne gre brez?
5. Neželeni učinki
6. Korist ali škoda
7. Ali je na voljo še kaj drugega?



1 Zdravila, o katerih bomo govorili

Motnje razpoloženja, med katere v širšem okviru prištevamo:

Stresne in prilagoditvene motnje

Anksiozne motnje

Depresijo

Bipolarno motnjo razpoloženja

Pri vsaki od omenjenih motenj se uporablja določena zdravila.



Zdravila za motnje razpoloženja

Imamo cel kup zdravil za motnje razpoloženja

SKLEP: Nobeno zdravilo ni učinkovito

ALI JE RES TAKO? Sveti ni črno bel. Poglejmo nekaj podrobnosti. Več nam čas ne bo dopuščal.



Zaupanje v zdravila

- Narava duševne motnje
 - Moteno doživljanje resničnosti
 - Prijetno počutje ob manji – ali predpisati zdravila?
 - Neprijetno počutje ali neprijetne posledice? Ali predpisati zdravila?
 - Doživljanje resničnosti ni moteno, zato se težave podcenjujejo (samo malo se potrudite, pa bo šlo brez zdravil ...)
- Nekatero duševno motnjo je mogoče dobro obvladati brez zdravil ali z samo manjšo količino zdravil zelo kratek čas.
- Pri nekaterih duševnih motnjah pa brez zdravil ne gre.

Za stresno in prilagoditveno motnjo

Redko in kratek čas uporabljamo

Posamezne antidepresive

Uspavala in pomirjevala

Nizke odmerke antipsihotikov



Depresija

Imamo smernice za zdravljenje vsake epizode – 2 leti in uporabljamo

Antidepresive

Stabilizatorje razpoloženja

Uspavala in pomirjevala – samo na začetku

Anksiozne motnje

Na začetku zdravljenja pogosto porabljamo

Posamezne antidepresive

Uspavala in pomirjevala

Nizke odmerke antipsihotikov



Bipolarna motnja

Imamo smernice glede izbora zdravila, ne pa tudi trajanja zdravljenja in uporabljamo

Stabilizatorje razpoloženja

Včasih tudi antidepresive in uspavala in pomirjevala

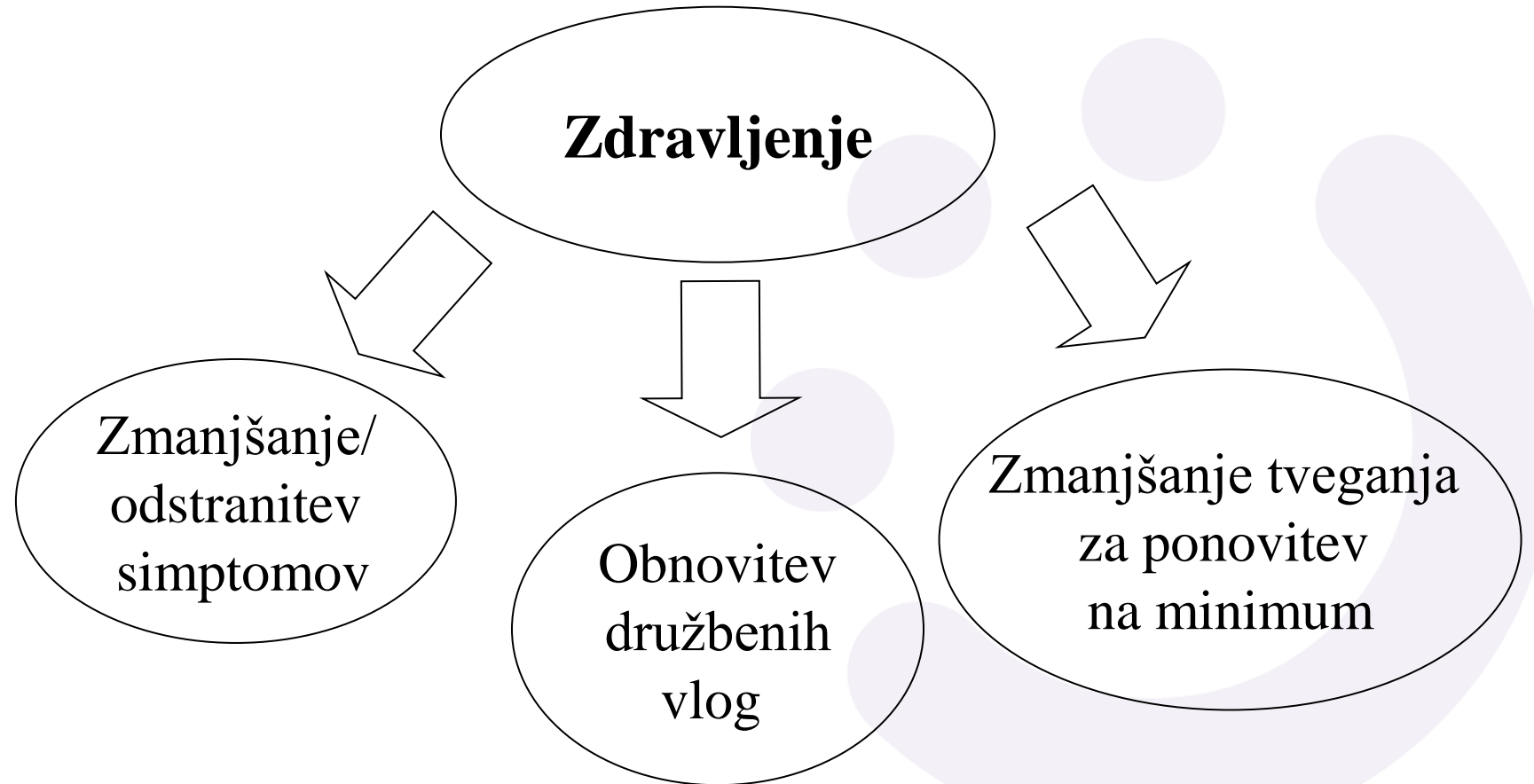
Zdravila, ki se uporabljajo pri teh motnjah

- Antidepresivi
- stabilizatorji razpoloženja
- nevroleptiki/antipsihotiki (klasični, atipični)
- uspavala
- anksiolitiki

FARMAKOTERAPIJA JE POGOŠTO OBVEZEN DEL ZDRAVLJENJA, SAJ OMOGOČI NADALJNO OBRAVNAVO, KI JE USMERJENA V MANJŠANJE POSLEDIC

Cilji zdravljenja depresije (AHCPR. Rockville, Maryland, 1993)

Pri vseh duševnih motnjah je enako. Poglejmo primer depresije. Vzroka ne moremo odstraniti, pač pa lahko pospešimo okrevanje.



Faze zdravljenja unipolarne depresije



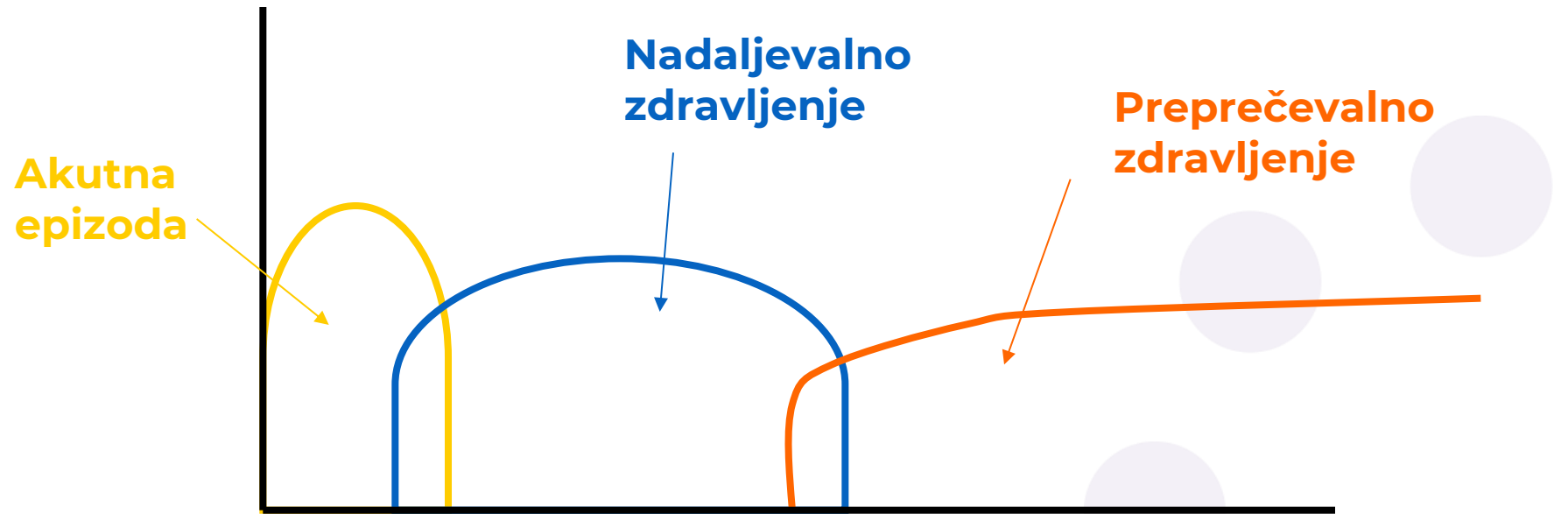
0 – 3 mesece.
Izginejo
simptomi.

4-24 mesecev. Preprečujemo
ponovitev, opuščanje terapije
lahko privede do ponovitve.

Dejstva o zdravljenju depresije

- Antidepresivi – dokler simptomi ne izginejo (1-3 mesece) in nato še 6-24 mesecev, da se prepreči ponovitev
- Uspavala – kratkoročno – nevarnost odvisnosti
- Psihoedukacija – za povečanje znanja o motnji in zdravljenju ter pomenu lastnih dejavnosti za izboljšanje in ohranjanje zdravja
- Psihoterapija – za obvladovanje razlogov za nastanek depresije in preprečevanje ponovitev
- 15% bolnikov razvije kronično depresijo - distimijo

Faze zdravljenja BMR

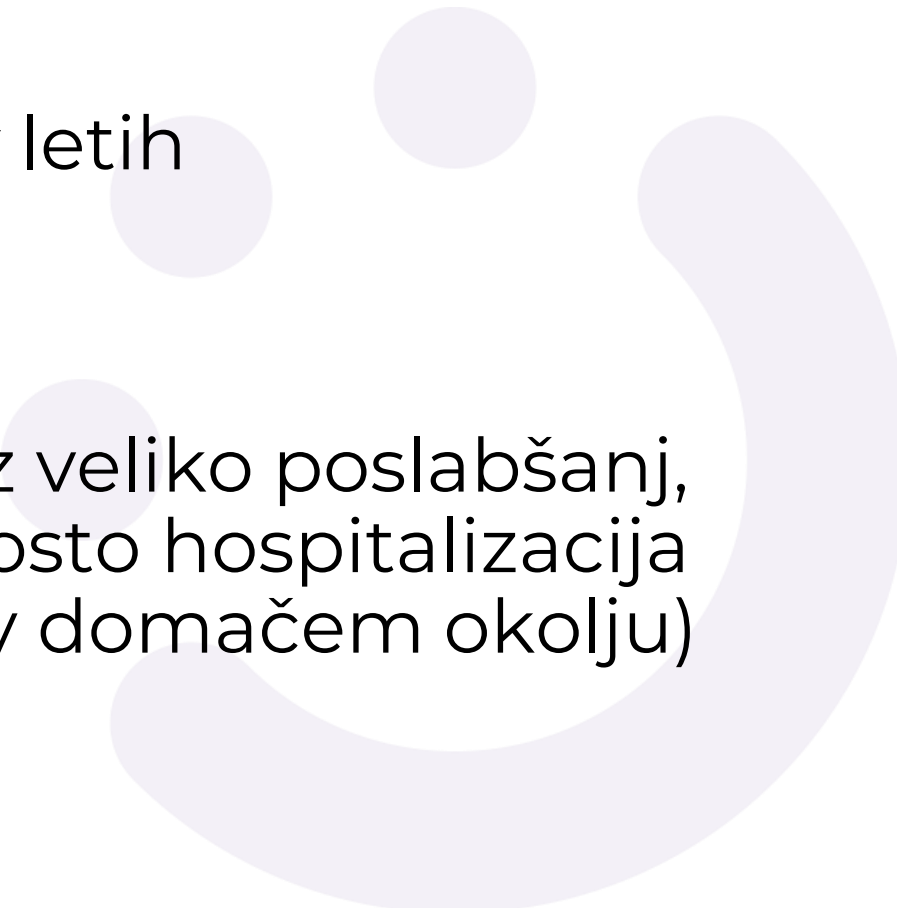


0 – 2 meseca.
Izginejo
simptomi,
funkcioniranje
še ni
optimalno.

2 – 12 mesecev.
Funkcioniranje se
popravi. Najbolj
ranljiv. Samo-
morilnost,
ponovitev,
opuščanje terapije.

**Ni omejitve. Dosežena
stabilnost ali
adaptacija na
oviranost.**

Dejstva o zdravljenju bipolarne motnje

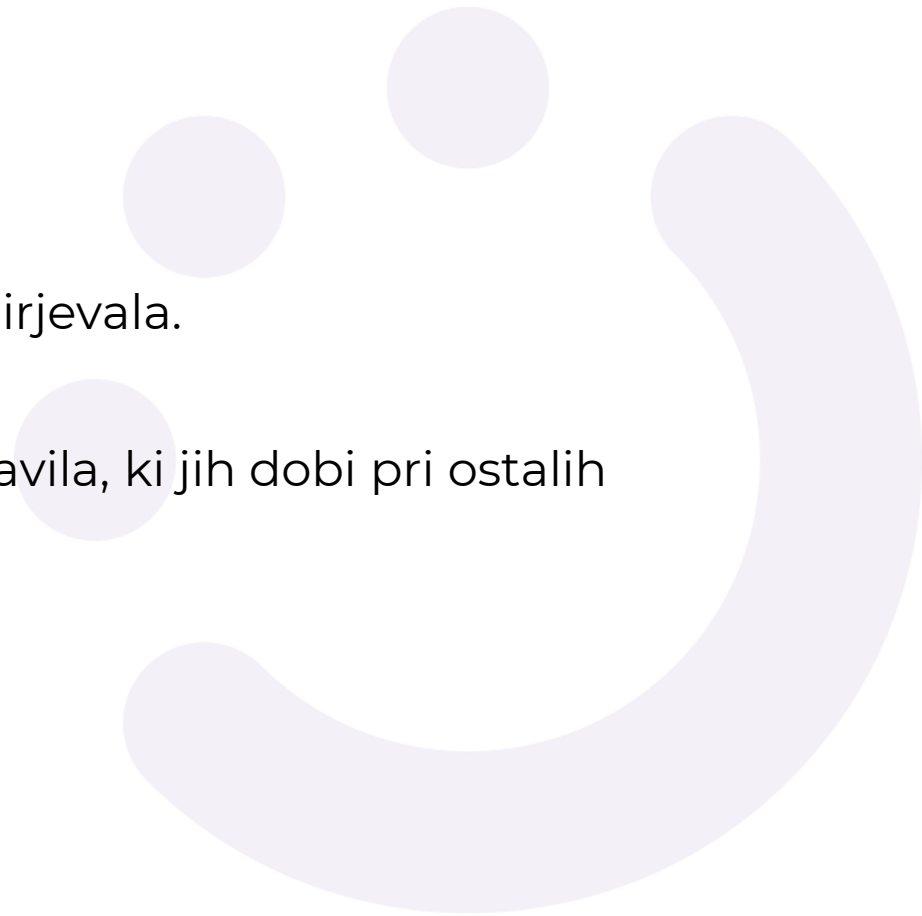
- Uporabljamo široko paleto zdravil – na prvem mestu so stabilizatorji razpoloženja
 - Zdravljenje je dolgotrajno – meri se v letih
 - Psihoedukacija
 - Psihoterapija
 - 2/3 bolnikov ima dober izid, 1/3 slab (z veliko poslabšanj, zdravljenja v bolnišnici pogosta, pogosto hospitalizacija proti volji, težave v zaposlitvi, težave v domačem okolju)
- 
- A decorative graphic on the right side of the slide consists of several overlapping, semi-transparent light purple circles and a large, thick, light purple curved line that forms a partial arc at the bottom right.

Kdo predpisuje zdravila

Izbrani splošni zdravnik – antidepresive in uspavala in pomirjevala.

Specialist psihiater – vsa zdravila za duševne motnje.

Oseba z motnjo razpoloženja – sama preskuša različna zdravila, ki jih dobi pri ostalih izkušenih.



2 Ali so zdravila za zdravljenje motenj razpoloženja sploh učinkovita?

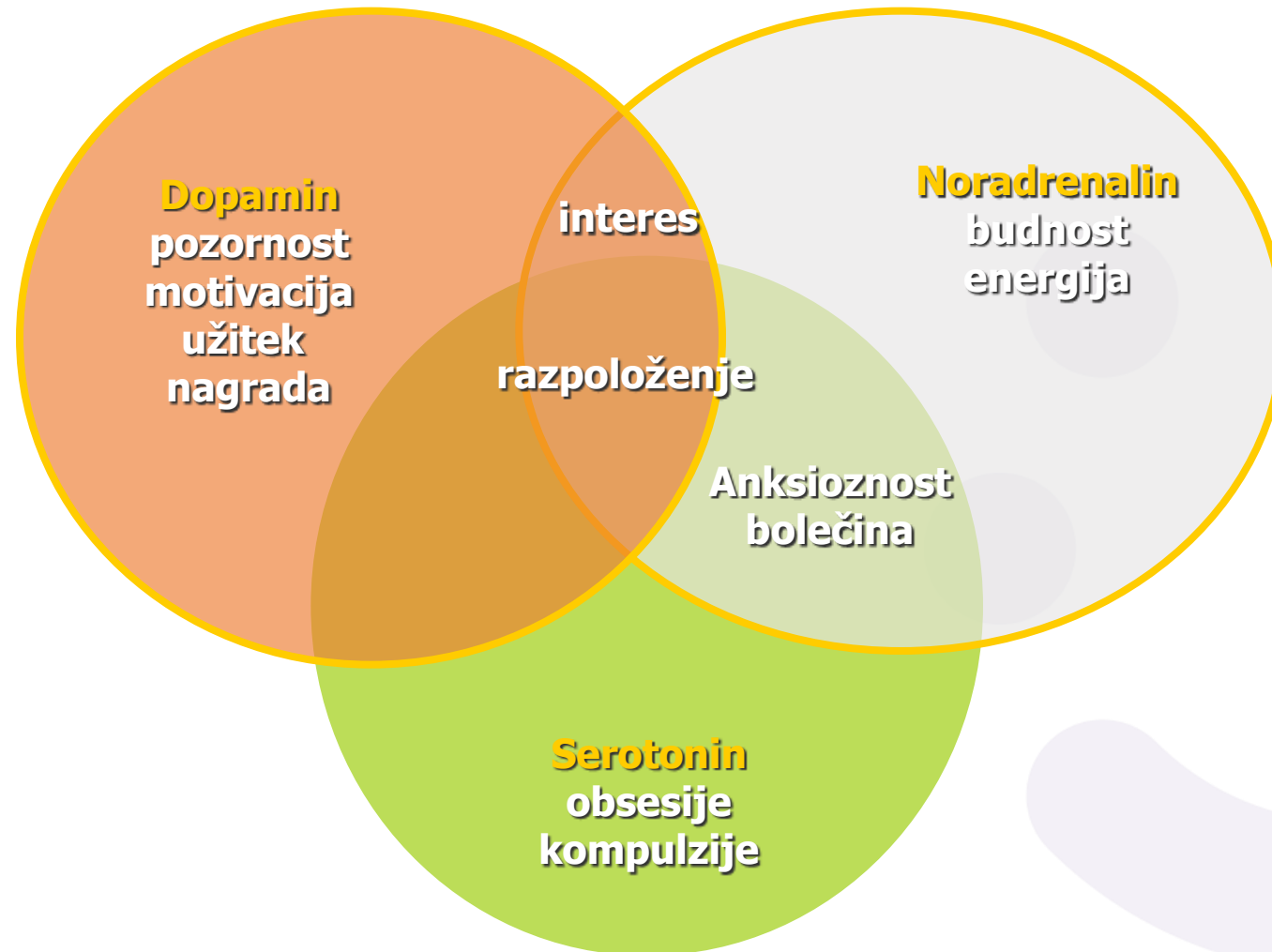
Poglejmo si tri trditve:

Klinični poskusi kažejo, da je placebo enako učinkovit kot testirano zdravilo.

SKLEP: Preskušana zdravila sploh nimajo nobenega učinka.

ALI JE RES TAKO? Ni tako enostavno, saj se učinek placeba skozi desetletja spremljanja zdravil v kontroliranih pogojih nenehno zvečuje, pa vemo, da gre za neučinkovito snov. Kaj torej deluje? Kako pojasniti? Ali res ljudje preprosto verjamejo beli tabletki, pa čeprav je v njej samo sladkor?

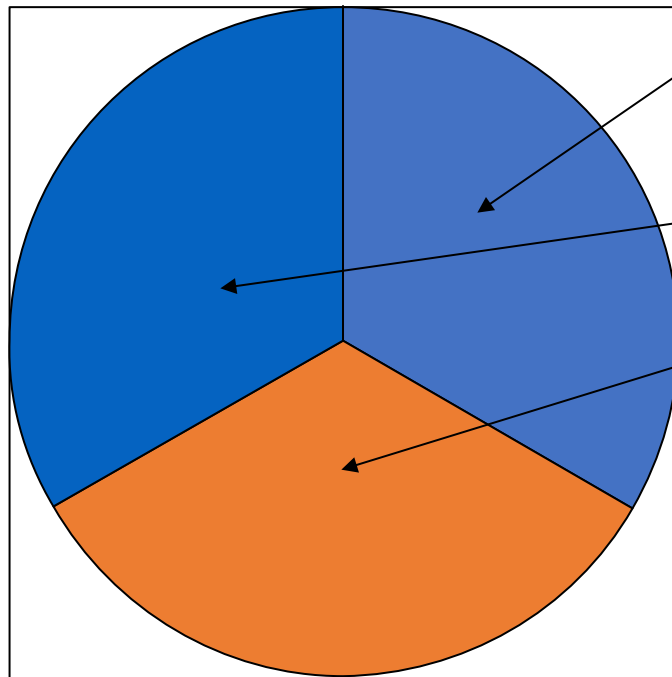
Nevrotransmitterji in simptomi



Razreševanje napačnih mnenj o zdravilih:

- človeka kontrolirajo zdravila → zdravila pomagajo obvladati motnjo
- jemanje zdravil obvezno pomeni prisotnost bolezni → jemanje zdravil me ohranja funkcionalnega (kot pri sladkorni bolezni) in zdravega
- odvisen sem od zdravil → zdravila pomagajo obvladati motnjo in me ohranjajo zdravega
- Zdravila me zastrupljajo → zaradi kajenja potrebujete večje odmerke zdravil
- Zdravila motijo delovanje mojih možganov → možgani so dodatno obremenjeni s simptomi in znaki duševne motnje, na katere pa zdravila delujejo.

Sodelovanje pri zdravljenju




1/3 ljudi se ne drži navodil oziroma ne jemlje zdravil, ki jih ima predpisana

1/3 se delno drži navodil in jemlje zdravila po svoje

1/3 se drži navodil in jemlje zdravila

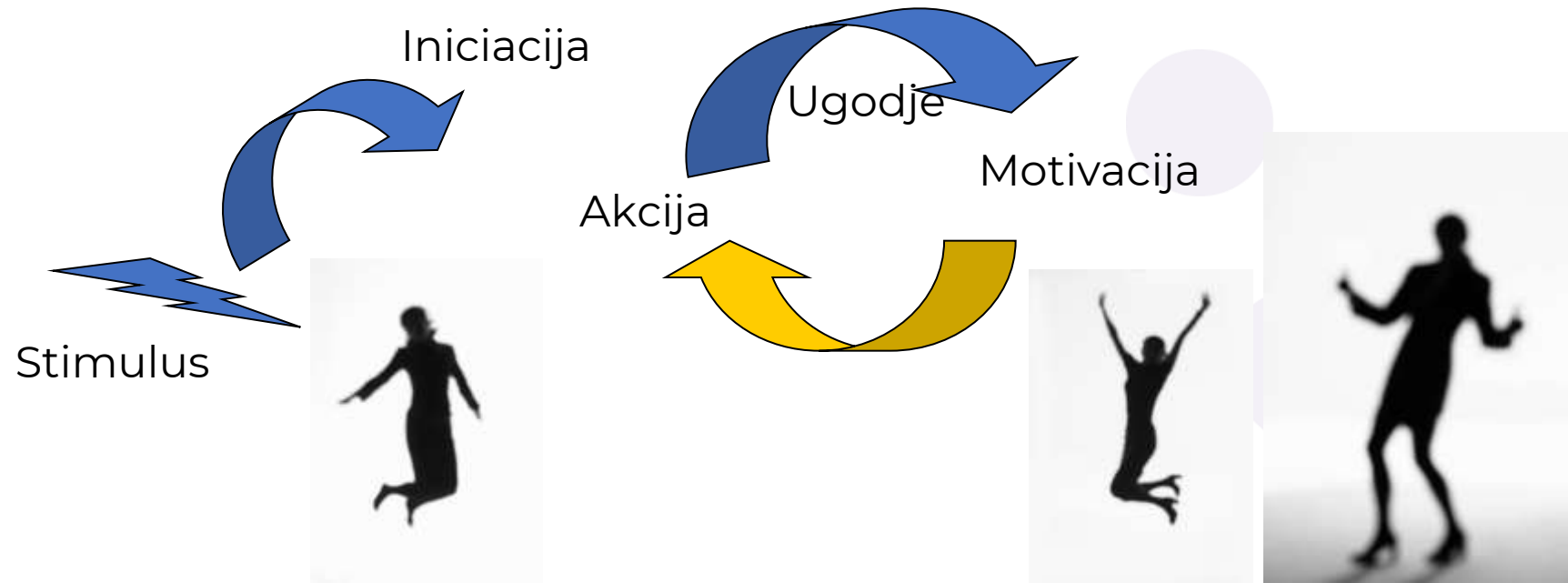
Sodelovanje ni odvisno od narave motnje!!

Antiepileptična zdravila, ki se uporabljajo kot stabilizatorji razpoloženja

- **So zdravila, ki v živalskih modelih preprečujejo fenomen netenja (“kindling”)**
 - **Ali gre pri BMR za podoben fenomen?**
- 
- A decorative graphic on the right side of the slide consists of several light purple circles and a large, thick, light purple curved line that forms a partial arc.

Poenostavljena razlaga fenomena netenja

- Gre za povečano občutljivost in sprejemljivost za vedenjsko senzitivacijo
- Na vsak stimulus je zato odgovor bistveno večji in se hitreje kondicionira
- Valproat prepreči senzitivacijo z metilfenidatom!!



3 Preveč ali premalo zdravil?

Vi zdravniki samo pišete zdravila.

Farmacevtska industrija služi milijone na račun lahkovernosti in korupcije.

SKLEP: Duševnih motenj sploh ni in so čista izmišljotina.

ALI JE RES TAKO? Res je, da še nimamo laboratorijskih metod, s katerimi bi potrdili diagnozo depresije, bipolarne motnje, anksiozne motnje.

Sklepamo iz klinične slike, ki pa je v stanju polne izraženosti, tako očitna, da ni nobenega dvoma več.

Farmacija in korupcija – seveda so, a ni tako zelo enostavno.

Ali zdravniki predpisujemo preveč zdravil?

Relativno ali absolutno?

Absolutno še premalo, relativno pa preveč, glede na nedostopnost psiholoških oblik zdravljenja.



4 Ali res ne gre brez?

Spremeniti bi morali družbo, pa ne bi bilo nobene duševne motnje več.

Družbo je seveda dobro spremeniti, a tukaj je posameznik, ki ima težave tukaj in zdaj, tako da mu govor o podnebnih spremembah ne bo koristil.

Pri stresu in prilagoditveni motnji – ne rabimo zdravil, če pa jih imamo, so za čisto kratek čas

Depresija – blaga gre brez zdravil, zmerna z zdravili, huda brez zdravil in aktivnosti ne bo pozdravljena.

Bipolarna motnja razpoloženja – zelo redki so brez zdravil

5 Neželeni učinki

6 Korist ali škoda

Korist naj bi bila večja kot škoda.

Strah pred neželenimi učinki je večji kot nevarnost neželenih učinkov.



Zdravila uporabljamo pazljivo. To niso bombončki za boljše počutje.

Zdravila – izberemo individualno in le deloma glede na diagnozo

Izbor zdravila je izkustven, so pa na voljo tudi farmakogenomski testi

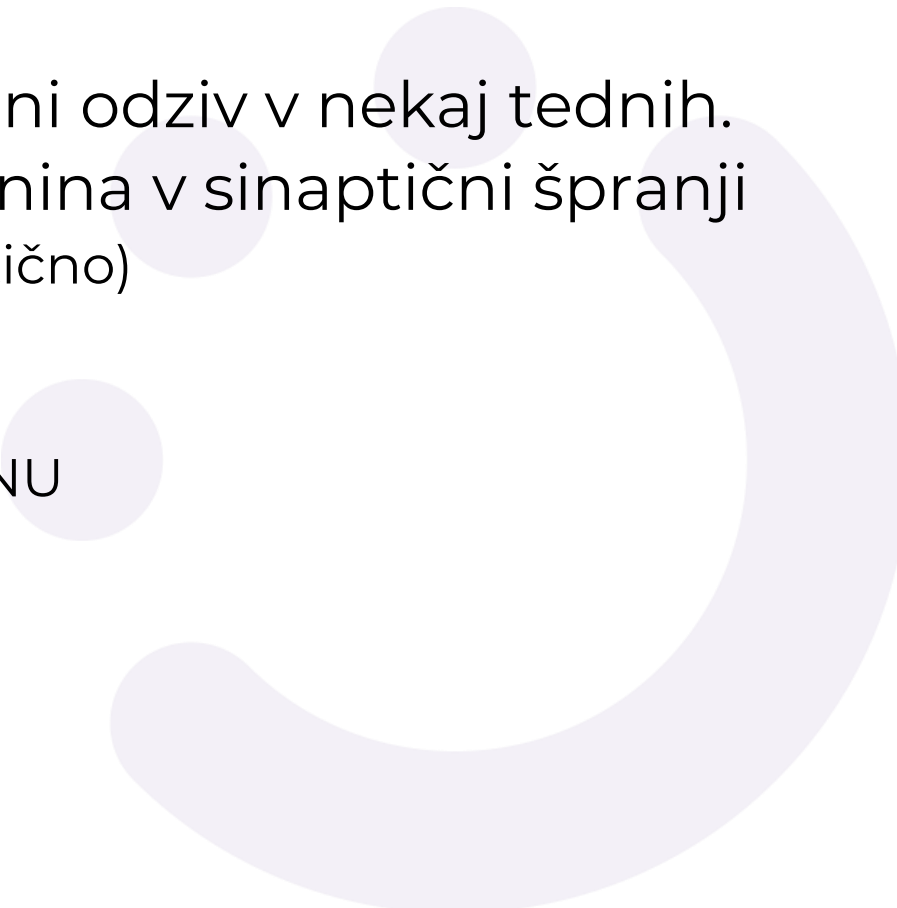
Odmerki so individualni

Stranski učinki se ne pojavijo pri vsakomur

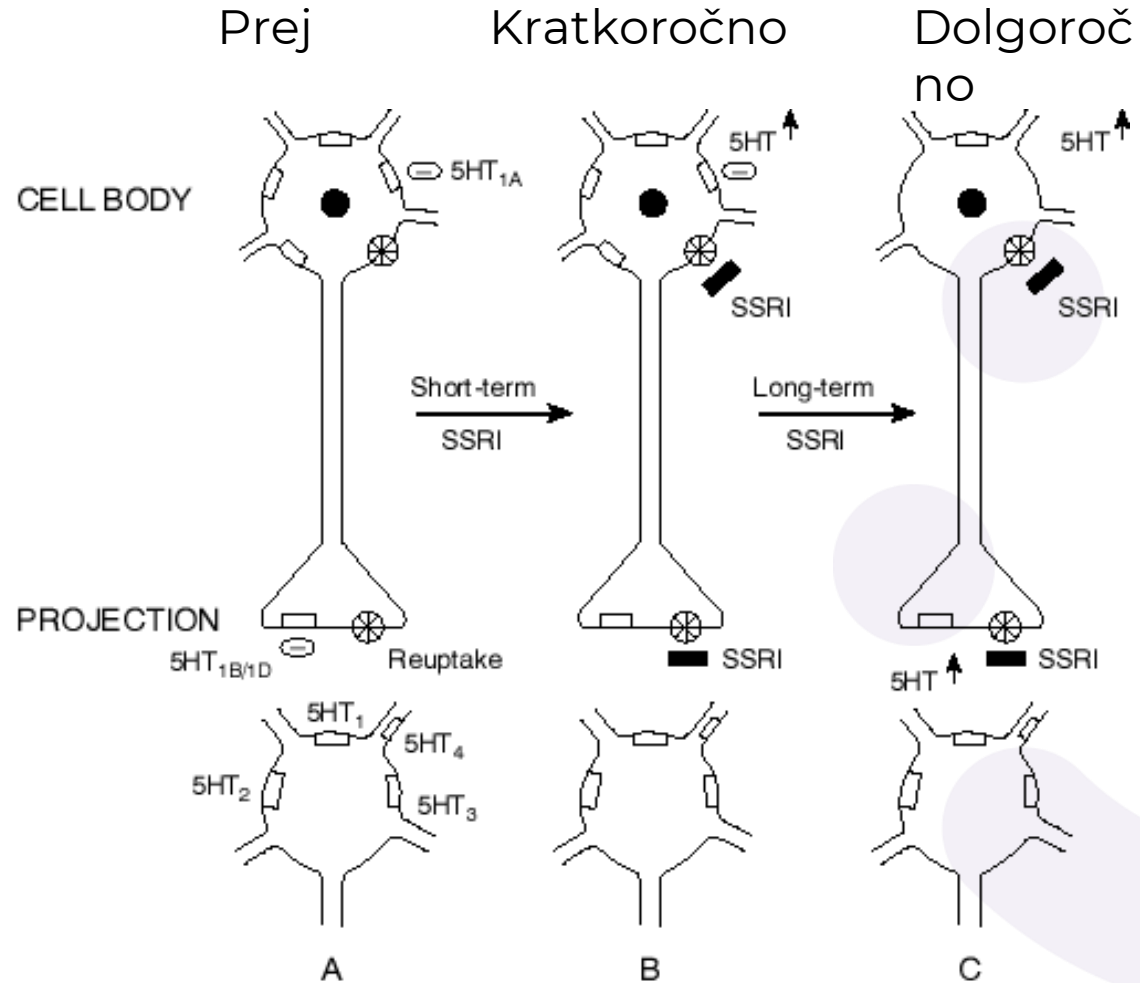
Sodelovanje pri zdravljenju je problem

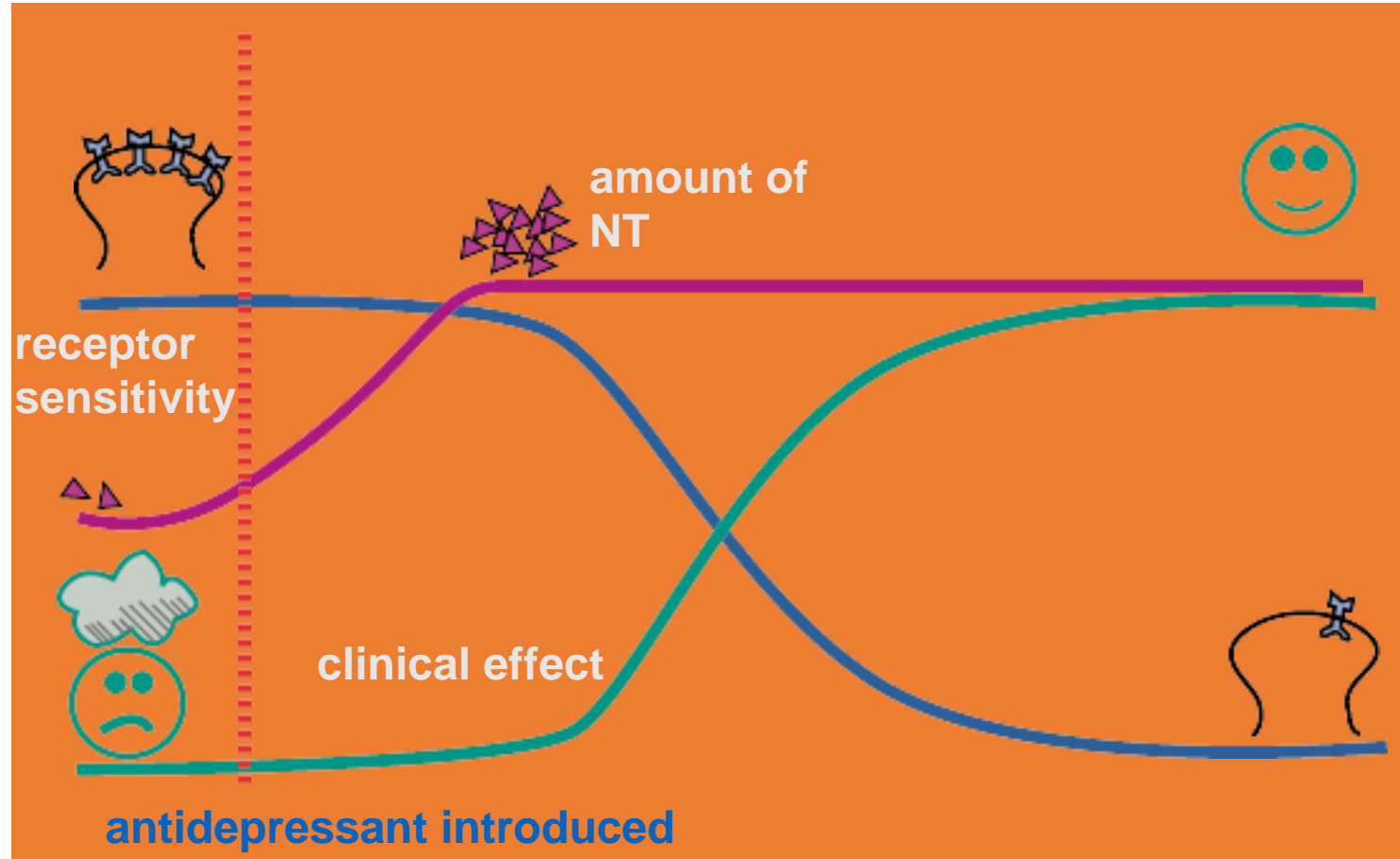
Zaupanje v zdravila je lahko moteno (predsodki)

Zakaj zdravila ne delujejo takoj?

- Farmakološki učinek v nekaj urah, klinični odziv v nekaj tednih.
 - Ni vse v povečanju koncentracije serotonina v sinaptični špranji
 - Down regulacija receptorjev (pre/postsinaptično)
 - Nastanek novih receptorjev (prepis DNA...)
 - Vzpostavitev novega ravnotežja
 - S tem pojasnijo tudi nastanek tolerance na NU
- 
- A decorative graphic on the right side of the slide consists of several overlapping, semi-transparent light purple circles and a large, thick, light purple curved line that forms a partial arc.

A ni vse tako enostavno...

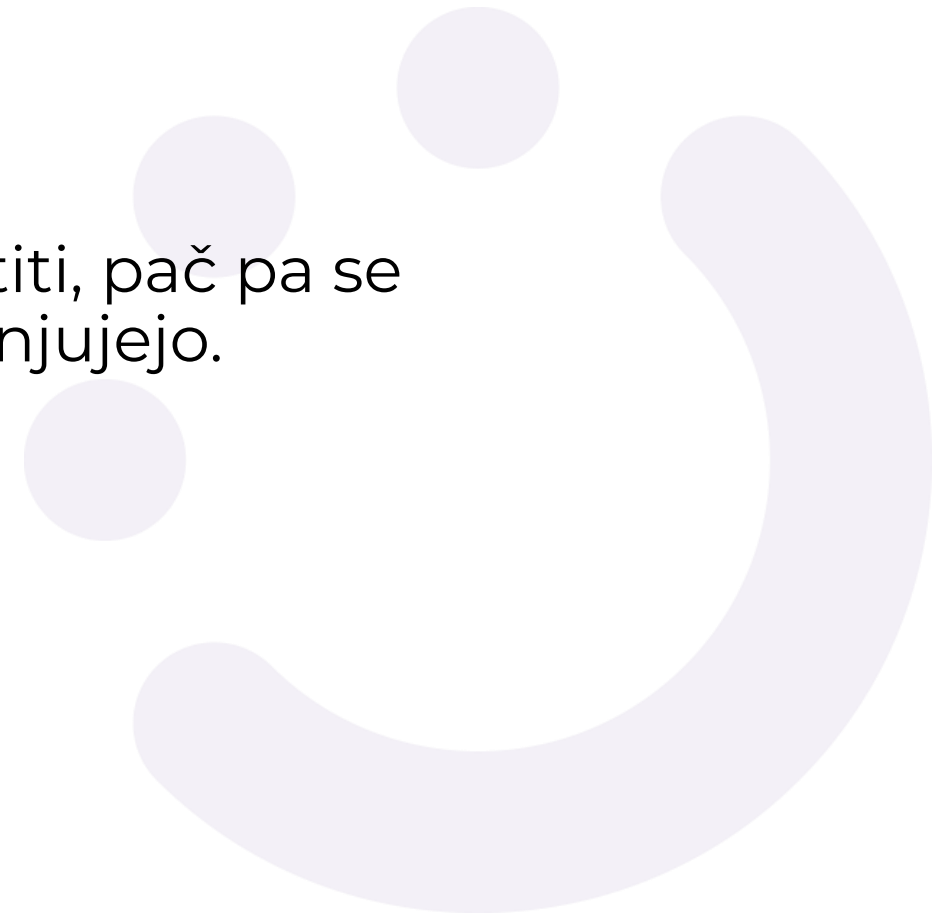




7 Ali je na voljo še kaj drugega?...

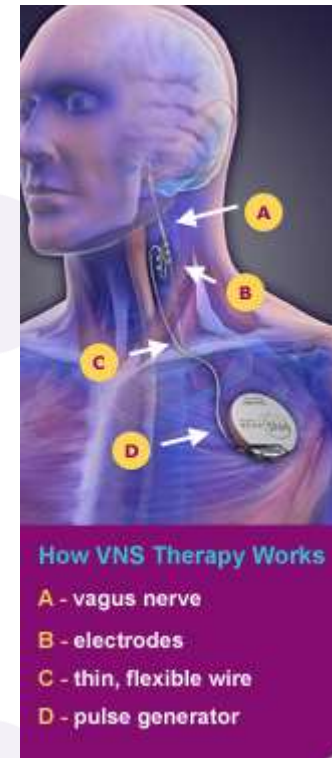
Na hitro pogledjmo ...

Večinoma se zdravila ne more nadomestiti, pač pa se posamezna zdravljenja med seboj dopolnjujejo.



Vagus Nerve Stimulation

- Vsadi se stimulator pod kožo prsnega koša, elektrode do levega vagusa.
- Vpliva na dele možganov, vpletene v presnovo serotonina in noradrenalina.
- Neželeni učinki: sprememba glasu, hripavost, kašelj, bolečina v vratu, težave pri dihanju (zlasti ob naporu), težave pri požiranju, mravljinčenje po koži, boleče žrelo
- Dostopno tudi v Sloveniji (za zdravljenje epilepsije)



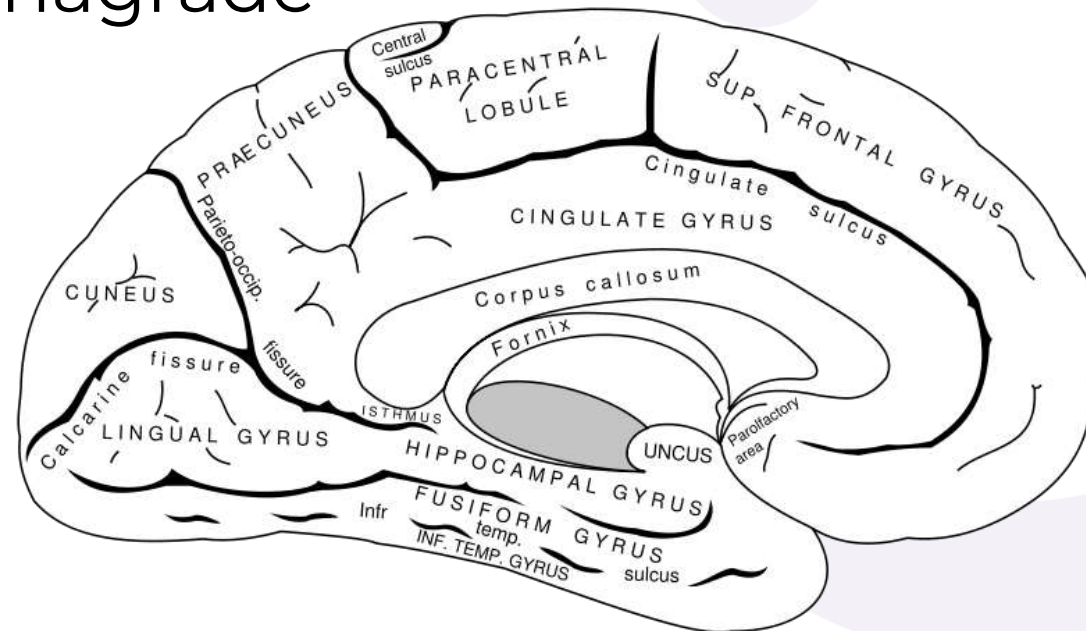
Transcranial Magnetic Stimulation

- S tuljavo (navadno na levi strani glave) generiramo magnetno polje, ki v možganih povzroči nastanek šibkih električnih tokov, ki stimulirajo nevrone.
- Še ni jasne procedure (jakost, frekvenca, režim...)
- Kontraindikacije: kovinski vsadki v glavi, nosečnost, spodbujevalci, hude migrene, po nevrokirurških operacijah, po kapi, pri družinski anamnezi epilepsije

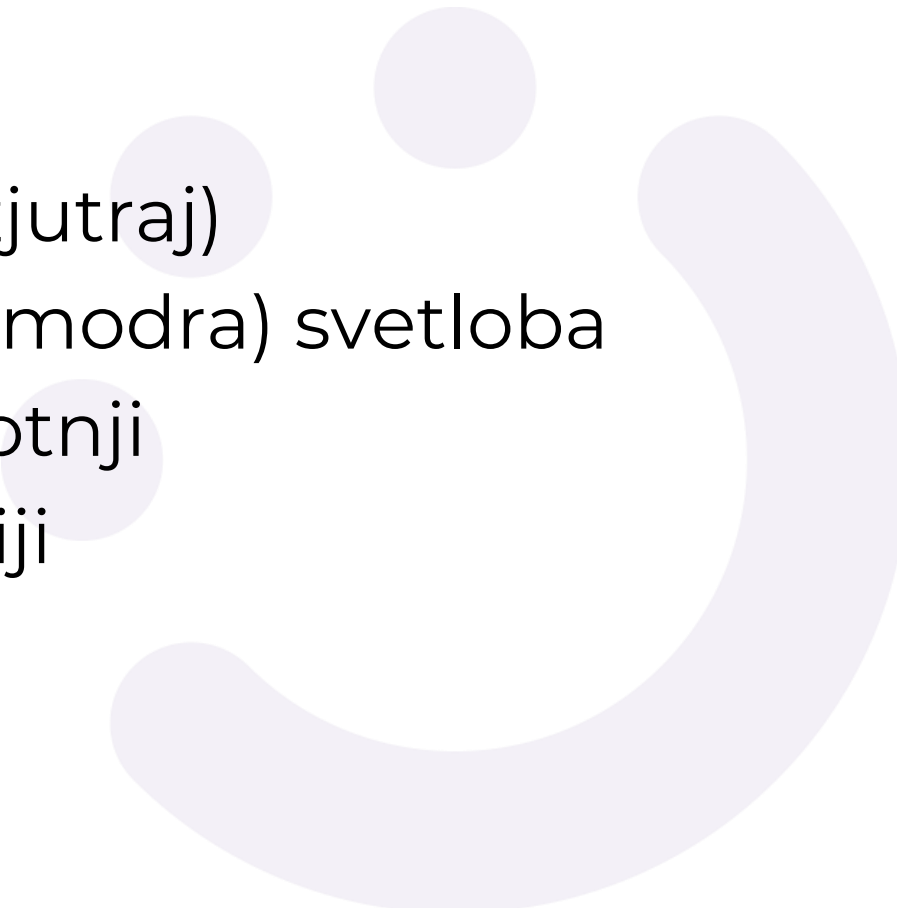


Deep Brain Stimulation

- Električna stimulacija področja 25 (ACC – sprednji cingulatni korteks), ki je povezano z emocionalno kognicijo, empatijo, čustvi, pričakovanjem nagrade



Terapija s svetlobo

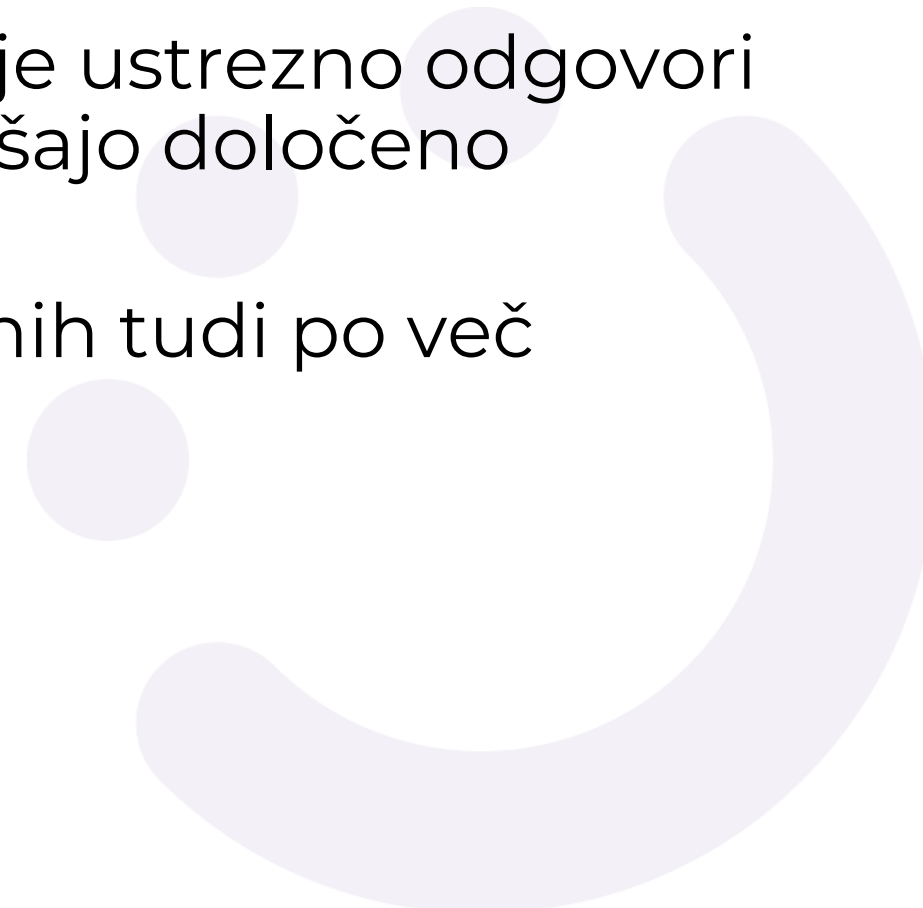
- Vpliv na melatonin in serotonin
 - Važen dnevni čas aplikacije (zgodaj zjutraj)
 - Močna (10000 Luksov) bela (ali rahlo modra) svetloba
 - Predvsem pri sezonski depresivni motnji
 - Uporabno tudi pri poporodni depresiji
- 
- The right side of the slide is decorated with several light blue, semi-transparent shapes. These include three small circles of varying sizes and a large, thick, curved shape that resembles a wide smile or a partial arc, positioned at the bottom right.

In še ...

- Akupunktura
- Meditacija
- Telesna vadba
- Prehranska dopolnila (omega-3 (le iz rib!), S-adenozilmethionin, dehidroepiandro-steron, magnezij, Ginko biloba, šentjanževka (*Hypericum perforatum*), sibirski ginseng, cink, biotin, B vitamini, krom, *Rhodiola rosea*)



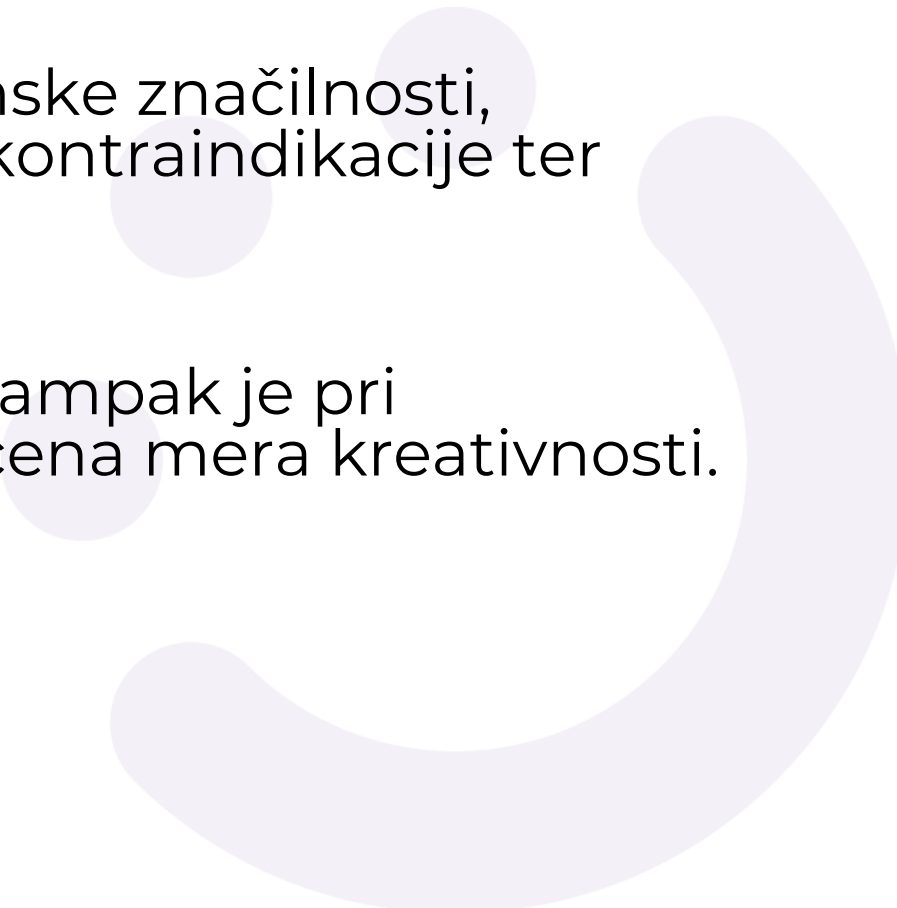
Izid zdravljenja

- Na splošno imajo motnje razpoloženja dobro prognozo...
 - A na prvi poskus zdravljenja depresije ustrezno odgovori le 60 – 70 % bolnikov, ki lahko prenašajo določeno zdravilo...
 - In 5 – 10 % bolnikov ostane depresivnih tudi po več poskusih zdravljenja
- 
- A decorative graphic on the right side of the slide consists of several overlapping, semi-transparent light purple circles and a large, thick, light purple curved line that forms a partial arc.

Zakaj zdravljenje ni uspešno?

- **Izraženost depresije** (hujša ko je depresija, dlje ponavadi traja, da se popravi in je večja možnost kronifikacije in razvoja rezistence)
- **Napačna diagnoza** (ne zdravimo prave stvari – bipolarna motnja, distimija, organska spremembe)
- **Komorbidna stanja** (anksioznost)
- **Druge telesne bolezni** (endokrinološke, srčnožilne bolezni, anemija)
- **Zdravila** (beta blokerji, nekateri antihipertenzivi)
- **Zloraba psihoaktivnih snovi**
- **Socialnoekonomski razlogi** in življenjski dogodki (samo zdravila ne bodo pomagala)
- **Slabo sodelovanje** pri zdravljenju

Zaključek

- Glede na veliko ponudbo različnih vrst zdravil je moč za vsakega bolnika najti ustrezno zdravilo.
 - Pri izboru so lahko v pomoč farmakodinamske značilnosti, upoštevati pa je potrebno tudi morebitne kontraindikacije ter interakcije.
 - Nobeno zdravilo ne začne delovati takoj!
 - Ne obstaja »najboljše« zdravilo za vse ljudi, ampak je pri predpisovanju terapije potrebna tudi določena mera kreativnosti.
- 
- A decorative graphic on the right side of the slide consists of several overlapping, semi-transparent light purple circles and a large, thick, light purple curved line that forms a partial arc at the bottom right.



umra



Hvala za vašo pozornost!

Partnerji programa



Sofinancer programa:



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE