

NET Studie



Дослідження ефективності видів спорту на витривалість і психотерапії в лікуванні посттравматичного стресового розладу та депресії в біженців, що зазнали психічних травм, при Університеті землі Саар

Згідно з даними оглядових робіт міжнародного рівня і результатами метааналізу в середньому приблизно 34 % біженців страждають від посттравматичного стресового розладу і 20—40 % — від депресивних розладів. Висока ймовірність одночасного виявлення розладів обох видів. Це не дивно, адже більшість біженців перед утечею або під час утечі отримує важкий, травматичний досвід. Тому вкрай важливим є адекватне психотерапевтичне лікування цієї групи пацієнтів. На жаль, медичне забезпечення біженців, що потребують психотерапевтичного лікування, у землі Саар наразі ускладнене через бюрократію і переважно недостатнє.

Професорка Таня Міхаель (Tanja Michael) і докторка Моніка Еквіт (Monika Equit) з кафедри клінічної психології та психотерапії Університету землі Саар за сприяння Німецького науково-дослідницького об'єднання (DFG) і у співпраці з Тімом Маєром (Tim Meyer) з Інституту спорту та превентивної медицини при університеті наразі проводять спеціальне дослідження для визначення ефективності занять видами спорту на витривалість додатково до наративної експозиційної терапії (NET) під час лікування біженців, у яких були одночасно виявлені симптоми посттравматичного стресового розладу та депресивного розладу.

NET являє собою відому форму психотерапії, орієнтовану в першу чергу на роботу з психологічними травмами. У NET поєднуються елементи психотерапії травми свідка та когнітивно-поведінкової терапії. Психотерапевт розглядає з пацієнтом історію з життя останнього, використовуючи системний підхід. Цей розгляд є основою експозиції, тобто переживання травматичного досвіду в думках із метою поступової адаптації до нього. Підхід використовується передусім для лікування розладів унаслідок травматичного досвіду. Ефективним засобом лікування симптомів депресії виявилися види спорту на витривалість.

Враховуючи, що у біженців із травматичним досвідом посттравматичний стресовий розлад і депресія часто спостерігаються водночас, із накладанням симптомів, за мету проекту було поставлено дослідити ефективність NET із паралельними заняттями видами спорту на витривалість у лікуванні симптомів зазначених розладів у біженців.

Пацієнти, що погодилися взяти участь у дослідженні, спершу заповнюють анкети для визначення важкості симптомів посттравматичного стресового та депресивного розладів, а потім проходять детальну психотерапевтичну та медичну діагностику.

Під час періоду лікування пацієнти приходять на сеанси когнітивно-поведінкової терапії із застосуванням методики NET, які проводять психотерапевти амбулаторного психотерапевтичного відділення при Університеті землі Саар або психотерапевти з ординатури Інституту післядипломної освіти землі Саар (WIPS). Усього проводяться 10 сеансів

тривалістю по 100 хвилин. Допоміжні заняття спортом проводяться під наглядом і за підтримки фахівців зі спортивної медицини.

У разі потреби можливе залучення перекладачів.

Для участі в дослідженні мають бути виконані зазначені далі умови.

Умови, за яких можлива участь у дослідженні

- Страхування на випадок хвороби
- Поставлений діагноз — посттравматичний стресовий розлад
- Клінічно релевантні симптоми депресивного розладу
- Вік не менше 16 років

Зазначені далі обставини роблять участь у дослідженні неможливою.

Обставини, за яких участь у дослідженні неможлива

- Значний досвід занять видами спорту на витривалість
- Захворювання серцево-судинної системи, через які навіть помірні заняття видами спорту на витривалість протипоказані
- Наявність залежності
- Вагітність
- Гострий психоз
- Показаний прийом бензодіазепінів

Зведення

Початок дослідження	Квітень 2020 року
Період лікування	10 тижнів
<i>Наративна експозиційна терапія Заняття спортом на витривалість (групові/індивідуальні)</i>	1 сеанс на тиждень тривалістю 100 хвилин 3 тренування на тиждень тривалістю по 45 хвилин
Місце лікування	Амбулаторне психіатричне відділення при Університеті землі Саар, корпус A1.3 у кампусі університету

Координатори проєкту:

проф. Таня Міхаель (Tanja Michael),

д. м. н. Моніка Еквіт (Monika Equit)

Каріна Людер (Charina Lüder)

Ел. пошта: charina.lueder@uni-saarland.de