



OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK

OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK

Obsesif kompulsif bozukluk (OKB), kişileri sürekli tekrarlayan, sonsuz düşünce ve hareket çemberleri içine hapseden, oldukça ketleyici bir anksiyete bozukluğu türüdür. Obsesyonlar (saplantılar) ve kompulsiyonlar (zorlantılar) ile karakterizedir. OKB'si olan kişiler tekrar eden ve sıkıntı yaratan, kontrol edemedikleri düşünce, korku ya da imajların (obsesyonların) esiri olmuşlardır. Bu düşüncelerden kaynaklanan anksiyete kişiyi bazı ritüelleri ya da rutinleri (kompulsiyonlar, zorlantılar) sergilemeye iter. Kompulsif davranışlar ve ritüeller çoğunlukla obsesif düşüncelerden kurtulmak ve onları engellemek amacıyla yapılır.

Ritüeller obsesif düşünceyi geçici olarak durdursa da kişi, obsesif düşünce tekrarladığında bu davranışı tekrar yapmak zorundadır. Bu saplantı ve zorlantılar zinciri gün içinde kişinin saatlerini almaya kadar gidebilir ve normal aktivitelerini önemli ölçüde zedeler, engeller. OKB tanısı almış olan bir kişi obsesyon ve kompulsiyonlarının anlamsız ve gerçekçi olmadığını farkında olabilir ama kendisini alıkoymaz.

OKB'nin belirtileri nelerdir?

OKB semptomları yani obsesyonlar ve kompulsiyonlar çok çeşitli olabilir. Sık görülen obsesyonlar:

- Mikroplardan kaynaklanan kirlilik ve kontaminasyon, bozulma korkusu
- Başkalarına zarar verme korkusu
- Hata yapma korkusu
- Aşağılanma ya da sosyal olarak kabul edilemez bir davranışa uğrama korkusu
- Kötü ya da günahkar düşüncelere sahip olma korkusu
- Düzen, simetri ve kesinlik ihtiyacı
- Abartılı şüphe duyma ve sabit güven ihtiyacı

Sık görülen kompulsiyonlar:

- Tekrar tekrar yıkanmak, duş almak ya da elleri yıkamak
- El sıkışmayı ya da kapı tokmaklarına dokunmayı reddetmek
- Tekrar tekrar kilit ya da ocak gibi şeyleri kontrol etmek
- Rutin işler sırasında sürekli sayı saymak (içten ya da sesli)
- Eşyaları, nesnelere aynı şekilde düzenlemek
- Yemeği belli bir sıraya göre yemek

- Genellikle rahatsızlık veren, akıldan çıkmayan ve uykuyu bozan kelimeler, imajlar ya da nesnelere takılıp kalmak
- Belli bazı kelimeleri, ifadeleri ya da duaları tekrarlamak
- Bazı işleri belli sayıda tekrar ederek yapma ihtiyacı duymak
- Belli bir değeri olmayan nesnelere toplamak, biriktirmek

OKB'ye ne sebep olur?

Bu bozukluğun kesin sebebi tam olarak söylenemese de, biyolojik ve çevresel faktörlerle birlikte bir grup faktörün birlikte bozukluğun oluşumunda etkili olduğu gözlemlenmiştir.

Biyolojik Faktörler:

Beyin çok karmaşık bir yapıdır. Nöron adı verilen milyarlarca sinir hücresine sahiptir. Nöronlar vücudun normal işlev göstermesi için birbirleriyle iletişim halinde olmalı ve beraber çalışmalıdır. Nöronlar birbirleriyle elektriksel sinyaller üzerinden iletişim kurar. Nörotransmitter denen özel bazı doğal kimyasallar elektrik sinyallerini bir nörondan diğerine taşırlar. Araştırmalar serotonin adındaki bir nörotransmitterin seviyesindeki düşüklük ile OKB arasındaki bağlantıya işaret etmektedir. Ayrıca serotonin dengesizliğinin anne- babadan çocuğa aktarılabilmesine dair kanıtlar da bulunmaktadır. Bu da demektir ki OKB hastalığına yatkınlık ırsi ya da bünyesel olabilmektedir.

Beynin belli bölgelerinin de OKB'ye yol açan serotonin dengesizliğinden etkilendiği bilinmektedir. Bu problem beynin yargılama planlama yetisini kontrol eden bölgesiyle beden hareketlerinden gelen mesajları değerlendiren bölgesini birbirine bağlayan kanalları etkilemektedir.

Çalışmalar ayrıca, Streptococcus bakterisinin yol açtığı bir enfeksiyonla OKB arasında da bir bağlantı bulunduğunu söylemektedir. Bu enfeksiyon tedavi edilmezse, çocuklarda OKB ve diğer bir takım bozukluklarına yatkınlık oluşturabilmektedir.

Çevresel Faktörler:

OKB'ye yatkınlığı olan kişilerde hastalığın ortaya çıkmasını tetikleyen bir takım çevresel faktörler bulunmaktadır. Ayrıca çevresel faktörler belirtilerin kötüleşmesine de sebep olabilmektedir. Bunlardan bazıları:

- İstismar
- Yaşamsal değişiklikler
- Hastalıklar
- Çok sevilen birinin ölümü

- Okul, iş ya da bağlantılı konularda değişiklikler veya yaşanan problemler
- İlişkilerde yaşanan endişe

OKB'nin görülme sıklığı nedir?

OKB etkilediği yetişkinlerin üçte biri kadar da çocuğu etkilemektedir. Hastalık genelde ilk kez çocuklukta, ergenlikte ya da erken yetişkinlikte ortaya çıkmaktadır. Erkekler ve kadınları hemen hemen eşit oranlarda etkilemektedir. Her ırktan ve her tür sosyoekonomik düzeyden insanda görülebilmektedir.

OKB tanısı nasıl konmaktadır?

OKB tanısı konması için kullanılacak herhangi bir laboratuvar testi yoktur. Doktor tanısını kişinin semptomlarının gidişatına ve ritüel hareketleri üzerine ne kadar zaman harcadığına göre koymaktadır.

OKB nasıl tedavi edilir?

OKB kendi kendine geçebilen bir hastalık olmadığı için tedavi çok önemlidir. OKB tedavisinde kullanılan en etkili yöntem ise ilaç tedavisi ve bilişsel- davranışçı terapinin kombinasyonu olarak kullanılmaktadır.

- Bilişsel- Davranışçı Terapi: Bilişsel – Davranışçı terapinin hedefi OKB'si olan kişiye ritüel davranışları gerçekleştirmeksizin korku ve anksiyete ile yüzleşmeyi öğretmektir. Ayrıca, kişideki abartılmış ve olumsuz düşünceleri azaltma hedefi üzerinde de odaklanmıştır.
- İlaç Tedavisi: OKB tedavisinde etkinliği gösterilmiş ilaçlar serotonin dengesini düzeltme potansiyeli olan SSRI grubu ilaçlar (fluoxetine, sertralin, fluvoksamin, paroxetin) ve bir trisiklik grubu ilaç olan clomipramin'dir. Bu ilaçlar etkin, gereğinde yüksek dozlarda, yeterli süre ve düzen içinde bir psikiyatr denetiminde kullanıldığında çok yararlı olabilmektedir. En iyi sonuçlar psikoterapi ve sosyal destekle beraber ilaç kullanılmasında sağlanmaktadır.

Bazı OKB olguları seyrek olarak hayatı çekilmez hale getirebilir ve bildik tedavi yöntemlerine direnç gösterebilir. Bu durumlarda belirtilerde rahatlama sağlamak amacıyla EKT (elektrokonvulsif tedavi- elektroşok tedavisi) uygulanabilir. Hatta literatürde beyin cerrahisinin kullanıldığı olgular bildirilmiştir.

Bilateral singulotomi denen cerrahi müdahale ise beyinde OKB oluşumuna sebep olan yolu engellemeyi içerir. Bu kanalın kapatılmasıyla OKB semptomları da duracaktır. İşlem aynı zamanda stereotactic radiosurgery yani Gamma Knife ile de yapılabilir. (Gamma Knife, çok güçlü gama ışınlarının problemin lokalize olduğu beyin bölgesine yollanmasıyla gerçekleştirilmektedir.)

OKB tanısı almış kişilerde gidişat nasıldır ?

Bir çok vakada OKB ilaç tedavisi, bilişsel-davranışçı terapi veya her ikisini de içeren bir yöntemle başarılı bir şekilde tedavi edilebilmektedir. Tedavi görerek pek çok kişi semptomlardan uzun vadede kurtulabilmekte ve normal ya da normale yakın işlevselliklerine dönebilmektedirler. Bir grup hasta ise tekrarlayan ve gerileyen bir süreç izlemektedir.

OKB önlenbilir mi?

OKB önlenemez ancak erken teşhis ve tedavi ile kişinin OKB şikayetleri üzerine harcadığı zaman büyük ölçüde azaltılabilir. Ayrıca kişinin üzerinde yük oluşturabilecek sosyal zorlanmaların ele alınıp azaltılması hastalığın seyrini olumlu yönde etkileyecektir.

İLETİŞİM

Telefon:

0 [212] 296 55 81 – 82

Faks:

0 [212] 296 55 81

GSM:

0 [536] 960 53 76

www.veritaspsikiyatri.net

info@veritaspsikiyatri.net

Pdf Arşivi İçin:

pdf.veritaspsikiyatri.net

Valikonağı Caddesi No: 8 D: 8 Nişantaşı - İstanbul