



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ



Α' ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ
ΑΙΓΙΝΗΤΕΙΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ



ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΣΕ ΕΥΠΑΘΕΙΣ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥΣ



ΔΡΑΣΗ 4 Ασθενείς με Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή και συναφείς διαταραχές

Υπεύθυνος Δράσης

Χαράλαμπος Παπαγεωργίου, Καθηγητής Ψυχιατρικής, Διευθυντής Α΄ Ψυχιατρικής Κλινικής Πανεπιστημίου Αθηνών, Αιγινήτειο Νοσοκομείο

Επιστημονικός Συνεργάτης

Μουρίκης Ηρακλής Ψυχίατρος, Επικεφαλής Ειδικού Ιατρείου για την Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή, Αιγινήτειο Νοσοκομείο



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Δρ. Θωμάς Νίκου
Ειδικός Ψυχίατρος
Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Αθηνών

ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ (ΙΔΨ)

Αρκετές φορές για να αποτρέψουμε κάποιες καταστάσεις μπορεί :

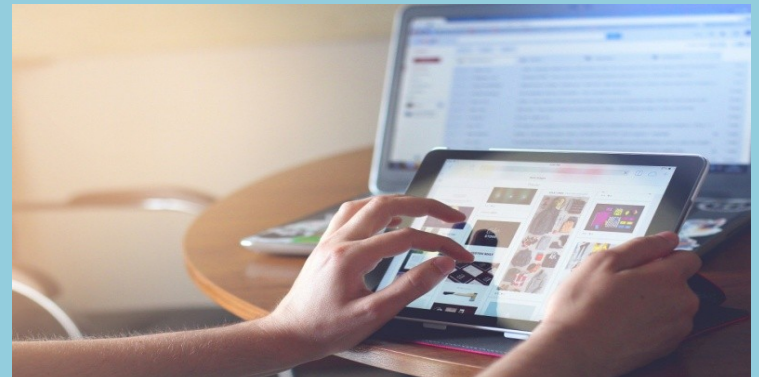
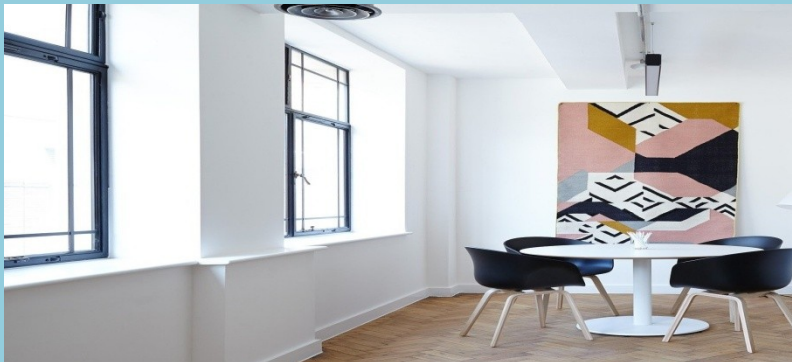
- Να πούμε «Χτύπα ξύλο...!»
- Να φορεθεί κάτι ως «τυχερό» πχ ένα κουστούμι.
- Να γίνει αποφυγή μιας μαύρης γάτας.



ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ (ΙΔΨ)

Άλλες φορές πάλι:

- Να ελέγξαμε αν κλείσαμε το παράθυρο, ενώ ξέρουμε ότι το κάναμε.
- Να τσεκάρουμε ότι στείλαμε ένα email, αν και θυμόμαστε ότι το κάναμε.
- Να μας «κολλάνε» φράσεις, μουσική ή εικόνες



ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ (ΙΔΨ)

Τα παραπάνω παραδείγματα συμπεριφορών:

- ❖ έχουν **στοιχεία πολιτισμικά**
- ❖ κινούνται σε **φυσιολογικά επίπεδα** χωρίς να δημιουργούν προβλήματα στο άτομο.



ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ (ΙΔΨ)

Τι γίνεται όμως όταν τα ποσοτικά και ποιοτικά τους χαρακτηριστικά πλέον μεταβάλλονται και αποκτούν παθολογική χροιά;



ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ (ΙΔΨ)

Τότε μιλάμε συνήθως για μια παθολογική κατάσταση, που η ιατρική επιστημονική ορολογία της είναι:

Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή (ΙΔΨ)

ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ (ΙΔΨ)

Στο φάσμα της ΙΨΔ υπάρχουν μια σειρά από διαταραχές με παρόμοια χαρακτηριστικά και οι κυριότερες είναι:

- Διαταραχή Παρασυσσώρευσης
- Σωματοδυσμορφοφοβική Διαταραχή
- Τριχοτιλλομανία
- Δερματιλλομανία

ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ (ΙΔΨ)

- Ένα άτομο έχει συνεχώς μια ιδέα (ιδεοληψία) πχ «δεν έκλεισες το παράθυρο».
- Αποτέλεσμα είναι να δυσφορεί, να αγχώνεται και να αναγκάζεται να ελέγχει συχνά (καταναγκασμός) «αν το έκλεισε» πολλές φορές πχ 5, 40, 100, ενώ ξέρει ότι το έκλεισε.



ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ (ΙΔΨ)

Στο προηγούμενο παράδειγμα παρατηρούνται
2 βασικές έννοιες της ΙΔΨ:

A. Ιδεοληψία

B. Καταναγκασμός

ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ (ΙΔΨ)

A. Οι **ιδεοληψίες** ορίζονται ως:

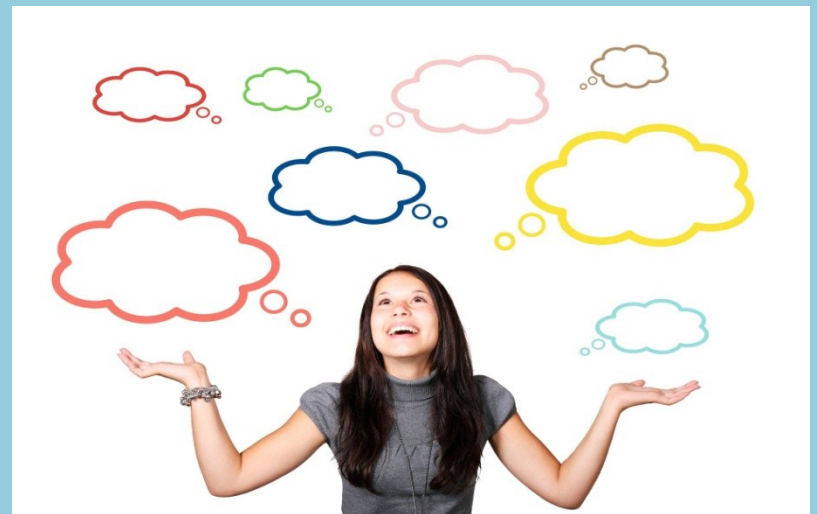
1. Επαναλαμβανόμενες και επίμονες **σκέψεις, παρορμήσεις ή εικόνες**, οι οποίες βιώνονται ως παρείσακτες και απρόσφορες και στα περισσότερα άτομα προκαλούν έντονο άγχος ή ενόχληση.
2. Το άτομο προσπαθεί να τις αγνοήσει, καταστείλει ή και εξουδετερώσει με άλλη σκέψη ή πράξη (δηλαδή με καταναγκασμό).

ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ (ΙΔΨ)

Οι **ιδεοληψίες** ταξινομούνται κυρίως ως:

- Συμμετρίας ή Ακρίβειας
- Μόλυνσης
- Αμφιβολίας
- Επιθετικότητας
- Σεξουαλικές
- Θρησκευτικές
- Άλλες (πχ πρόληψης, «τέλειας» ομιλίας, χρωμάτων ειδικής σημασίας, γνώσης ή και μνήμης ορισμένων πληροφοριών, απώλειας αντικειμένου)

ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ (ΙΔΨ)



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

B. Οι **καταναγκασμοί** ορίζονται ως:

1. Οι **Επαναληπτικές συμπεριφορές** (πχ ο έλεγχος παραθύρου συχνά) ή **νοερές πράξεις** (πχ σιωπηρή επανάληψη φράσεων), που το άτομο νιώθει αναγκασμένο να εκτελέσει ως απάντηση σε μια ιδεοληψία ή σύμφωνα με κανόνες που πρέπει να εφαρμοστούν αυστηρά (ιεροτελεστίες).
2. Οι συμπεριφορές ή νοερές πράξεις αποβλέπουν σε αποτροπή ή μείωση της ενόχλησης, ή σε αποτροπή γεγονότος ή κατάστασης. Όμως, δε συνδέονται με ρεαλιστικό τρόπο με τον σκοπό που σχεδιαστήκαν ή και είναι υπερβολικές.

ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

A. Οι καταναγκασμοί ταξινομούνται κυρίως ως:

- ❖ Τάξης & τακτοποίησης
- ❖ Καθαριότητας
- ❖ Ελέγχου
- ❖ Αρίθμησης
- ❖ Επανάληψης
- ❖ Συσσώρευσης & αποθήκευσης
- ❖ Άλλοι (πχ αγγίγματος ορισμένων αντικειμένων ή σημείων, πρόληψης, ανάγκης ομιλίας , νοερές τελετουργίες)

ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Καταναγκασμοί Τάξης & τακτοποίησης

όπου το άτομο αφιερώνει πολύ χρόνο (συνήθως >1h) στην «κατάλληλη» τακτοποίηση ή βάζει συμμετρικά ορισμένα αντικείμενα ενδιαφέροντος (πχ κουτάλια, μαρκαδόρους, λουλούδια).



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Αν κάποιος τα πειράξει έστω και λίγο, το αντιλαμβάνεται. Μετά επιθυμεί και συνήθως προσπαθεί να τακτοποιήσει εκ νέου.

Τα συγκεκριμένα άτομα αποφεύγουν να δέχονται επισκέπτες στο σπίτι τους ή και δεν επιτρέπουν να πειράζουν τα πράγματα τους.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Δεν είναι συνολικά μια ευχάριστη διαδικασία και το άτομο νιώθει την ανάγκη να την κάνει υποχρεωτικά ως απάντηση συνήθως σε μια αντίστοιχη ιδεοληψία.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Καταναγκασμοί Καθαριότητας όπου το άτομο αφιερώνει >1h στην προσωπική υγιεινή πχ πλένει πολλές φορές τα χέρια για ώρες μέχρι που μπορεί και να τα τραυματίσει βαριά ή και μπορεί να συνδυάζεται με μεγάλη ένταση η προσπάθεια πχ να χρησιμοποιεί ιδιαίτερη πίεση κατά τον καθαρισμό χεριών ή χρήση ισχυρών αντιμικροβιακών σκευασμάτων που προκαλούν τραυματισμούς στα σημεία χρήσης.

Αντίστοιχα, μπορεί να σχετίζεται με τον καθαρισμό του σπιτιού που γίνεται ιδιαίτερα χρονοβόρος ή και με μεγάλη ένταση.

ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Αρκετές φορές, πρέπει να ακολουθούνται συγκεκριμένοι κανόνες (ιεροτελεστία) πχ πλύσιμο χεριών 5 φορές από πάνω προς τα κάτω με συγκεκριμένο απολυμαντικό σαπούνι. Αν κάτι δεν το κάνει βάση της ιεροτελεστίας πρέπει να ξαναγίνει από την αρχή όλη η διαδικασία.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Άλλες φορές, το άτομο αναπτύσσει συμπεριφορές αποφυγής πχ ανοίγει την πόρτα με αγκώνες, φοράει γάντια, ζητάει από άλλους να τις ανοίγουν ή δε δέχεται καλεσμένους σπίτι.

Οι καταναγκασμοί Καθαριότητας αποτελούν συνήθως απάντηση σε ιδεοληψίες μόλυνσης.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Καταναγκασμοί Ελέγχου όπου ο ασθενής αφιερώνει σημαντικό χρόνο **συνήθως >1h** για να κάνει συνεχείς ελέγχους, που κυρίως είναι:

- Έλεγχοι αν έγιναν σωστά διαδικασίες πχ αν έκλεισε το παράθυρο ή την πόρτα, αν έκανε σωστά υπολογισμούς.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

- Έλεγχοι σχετικά με την υγεία του πχ αν ο σφυγμός είναι «καλός», αντίστοιχα η αρτηριακή πίεση.
- Έλεγχοι αν προκάλεσε κακό σε άλλους ή στον εαυτό του χωρίς να το θέλει πχ να κοιτάει ή να ψάχνει ένα φίλο αν είναι καλά, ο ίδιος να ελέγχεται αν κόπηκε από το μαχαίρι του.

ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

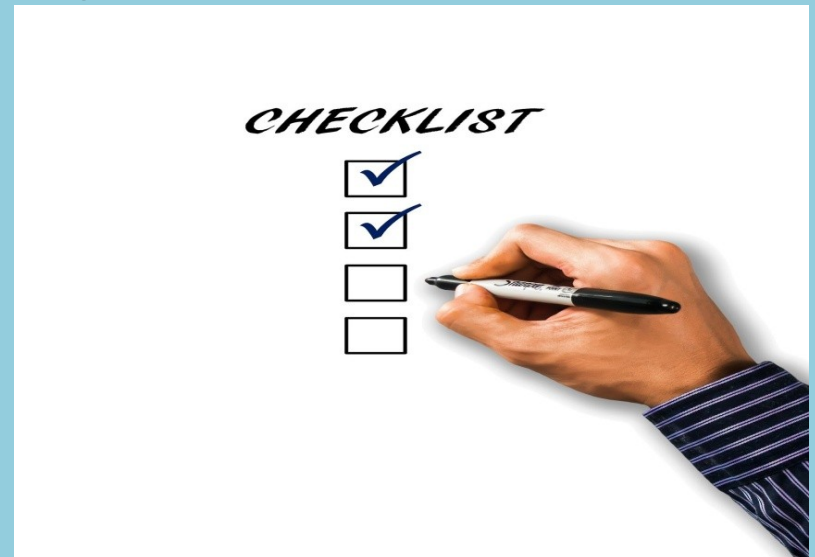
Χαρακτηριστικό για τους Υγειονομικούς (πχ Γιατρούς, Οδοντιάτρους, νοσηλευτές, φυσιοθεραπευτές) είναι ότι καταναγκαστικά εξετάζουν ή παρατηρούν τους ασθενείς για ώρες ολόκληρες μήπως έκαναν κάποιο λάθος.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Συνήθως, οι καταναγκασμοί ελέγχου αποτελούν απάντηση σε μια αντίστοιχη ιδεοληψία.

Οι ασθενείς αναζητούν διαβεβαιώσεις αρκετές φορές από τους άλλους πχ έκλεισα το παράθυρο ή τα έλεγα όλα;



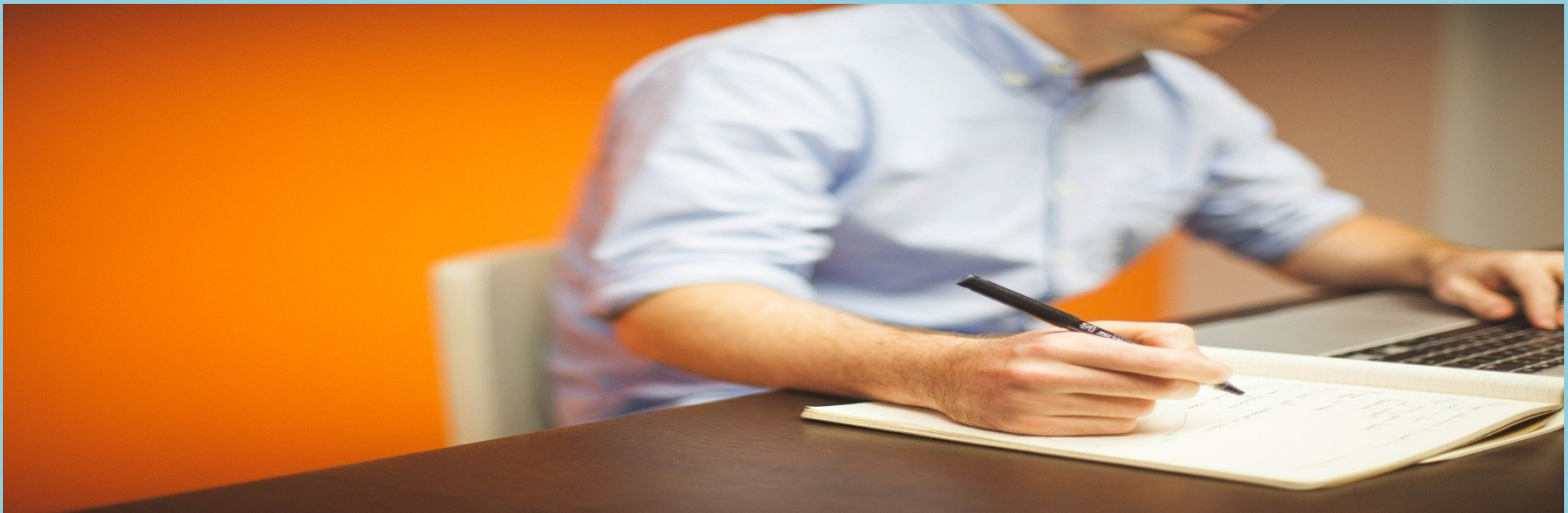
ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Καταναγκασμοί Επανάληψης όπου ο ασθενής αφιερώνει σημαντικό χρόνο **>1h** και νιώθει την ανάγκη να επαναλάβει συγκεκριμένες κινήσεις ή δραστηριότητες. Πχ διαβάζει πολλές φορές ένα email, ανοιγοκλείνει τα φώτα του σπιτιού, ακούει ένα συγκεκριμένο τραγούδι.



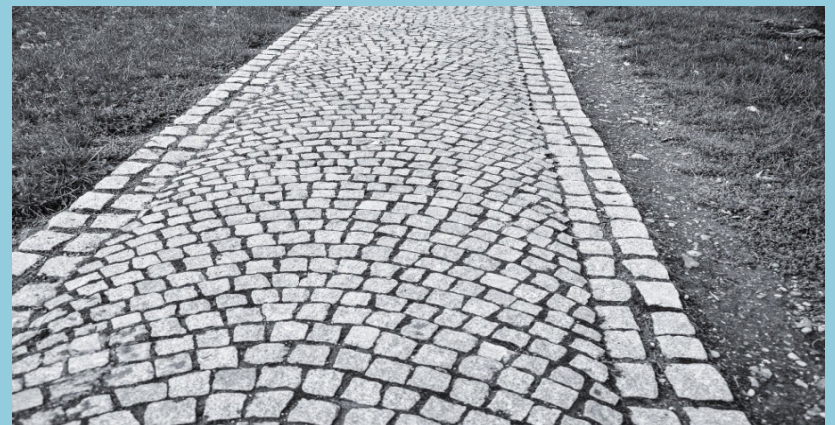
ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Συνήθως, ο ασθενής έχει συγκεκριμένο αριθμό επαναλήψεων, που κάνει πχ 5, 7. Σε άλλες περιπτώσεις μπορεί να είναι και κάποιος παράγοντας πχ του 4 (δηλαδή 4, 16, 64).



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Καταναγκασμοί Αρίθμησης όπου ο ασθενής ασχολείται αρκετή ώρα με την μέτρηση αντικειμένων πχ τα πλακάκια σε ένα πεζοδρόμιο μέχρι τα βότσαλα ενός ποταμού. Οι καταναγκασμοί αρίθμησης μπορεί να συνδέονται με μια συγκεκριμένη εργασία.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Καταναγκασμοί Συσσώρευσης και αποθήκευσης
όπου το άτομο μαζεύει συνεχώς αντικείμενα
με το άγχος ότι μπορεί να τα χρειαστεί. Τα
περισσότερα συχνά είναι άχρηστα αντικείμενα
ή σκουπίδια πχ μπουκάλια άδεια, εφημερίδες,
πεταμένα βιβλία.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί να γεμίσουν το σπίτι τους με τα αντικείμενα και οι ίδιοι να μην μπορούν να διαμένουν με ευκολία ή και να υπάρχουν προβλήματα υγιεινής και ασφάλειας στην κατοικία τους (Δχη Παρασυσσώρευσης) .

Σε άλλες περιπτώσεις μπορεί να ξοδεύουν μεγάλα χρηματικά ποσά για την απόκτηση των αντικειμένων επιθυμίας.

ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Καταναγκασμοί ανάγκης του ατόμου να αγγίζει συγκεκριμένα αντικείμενα ή σημεία πχ τις άκρες τραπεζιών, τα πλακάκια στα πεζοδρόμια & τις γραμμές στους δρόμους.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Οι συγκεκριμένοι καταναγκασμοί περιγράφονται στο ιστορικό των ασθενών να είναι πιο συχνοί στην παιδική και εφηβική ηλικία.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Καταναγκασμοί ανάγκης του ατόμου για ομιλία

πχ να ρωτάει συνεχώς πράγματα, να εξομολογείται λάθη που δεν έκανε, να επαναλαμβάνει λέξεις ή προτάσεις.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Καταναγκασμοί που χαρακτηρίζονται από νοερές τελετουργίες (εκτός ελέγχου/αρίθμησης) πχ επανάληψη ενός ποιήματος εσωτερικά για να εμποδίσει κάτι «κακό», αντίστοιχα μιας λέξης για να μην υπάρχει «πρόβλημα» στην εργασία του.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Οι συγκεκριμένοι καταναγκασμοί δύσκολα γίνονται κατανοητοί από τους άλλους και αρκετές φορές και από ίδιους τους ασθενείς ως κάτι παθολογικό.



ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ (ΙΔΨ)

Καταναγκασμοί πρόληψης πχ να μη βγαίνει έξω
13 κάθε μήνα, να αποφεύγει τις μαύρες γάτες.

Οι συγκεκριμένοι ασθενείς συχνά περιγράφονται
ως «ιδιόρρυθμοι», «υπερβολικά προληπτικοί»
από το περιβάλλον τους.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Στη Σωματοδυσμορφοφοβική Διαταραχή

παρουσιάζεται στους ασθενείς της μια παθολογική επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά ιδιαίτερης ενασχόλησης με διάφορα σημεία του σώματός τους.

Αγχώνονται και ασχολούνται ώρες με μια μικρή αισθητική ατέλεια, που στα μάτια τους φαντάζει «τεράστια» ή με ένα μη υπαρκτό ελάττωμα στην εμφάνισή τους.

ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Αυτό τους οδηγεί σε συμπεριφορές όπως:

- ❑ Να ελέγχονται συχνά στον καθρέπτη.
- ❑ Να περιποιοούνται υπερβολικά εμφανισιακά.
- ❑ Να αποζητάνε συχνά διαβεβαιώσεις πχ «ότι φαίνονται ωραία».



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

- ❑ Να φοράνε συγκεκριμένα ρούχα απόκρυψης του «ελαττώματος» πχ μεγάλα καπέλα.
- ❑ Να ασχολούνται υπερβολικά με τη γυμναστική
- ❑ Να κάνουν συγκρίσεις σημείων του σώματος πχ το ένα μάτι είναι πιο «άσχημο».
- ❑ Να κάνουν συχνά συγκρίσεις με άλλα άτομα.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Στην Τριχοτιλλομανία παρατηρείται στους ασθενείς της καταναγκαστικές συμπεριφορές, που σχετίζονται με την απόσπαση τριχών του σώματος. Συνήθως είναι στο τριχωτό της κεφαλής, βλεφαρίδες, φρύδια, χέρια.



Ο ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Η παθολογική απόσπαση των τριχών γίνεται με διάφορους τρόπους πχ τα δάκτυλα, λαβίδες.

Συχνά υπάρχει έντονη ενασχόληση με την τρίχα πχ επεξεργασία στα χέρια, μάσηση ή και κατάποση.

Στα σημεία της απόσπασης τριχών μπορεί να είναι εμφανή πχ στο τριχωτό της κεφαλής και τα άτομα συχνά προσπαθούν να το κρύψουν.

ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Η απόσπαση τριχών παρατηρείται κυρίως:

- ✓ Σε καταστάσεις έντονου άγχους ή έντασης.
- ✓ Σε καταστάσεις όπου το άτομο παρουσιάζει αρνητικά συναισθήματα.
- ✓ Σε καταστάσεις ανίας όπου το άτομο επιθυμεί να νιώσει ευχαρίστηση ή διέγερση.
- ✓ Σε καταστάσεις όπου το άτομο είναι χαλαρό πχ βλέπει τηλεόραση και γίνεται πιο αυτοματοποιημένα.

ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Στη Δερματιλλομανία, οι ασθενείς της εμφανίζουν καταναγκαστική συμπεριφορά με το πείραγμα του δέρματος, που προκαλεί τραυματισμούς. Κυρίως γίνεται σε πρόσωπο, χέρια, σώμα.



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Συχνά το άτομο ασχολείται με την ακμή, δερματικές ελιές, φακίδες ή και το υγιές δέρμα.

Το πείραγμα του δέρματος μπορεί να γίνει πχ με τα νύχια, δάκτυλα ή κάποια εργαλεία.

Αρκετές φορές, διακρίνονται τα τραυματισμένα σημεία δημιουργώντας ιδιαίτερο άγχος και αίσθημα ντροπής στους ασθενείς. Συχνά, προσπαθούν να τα καλύψουν πχ με κατάλληλο μακιγιάζ ή ρούχα.

ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

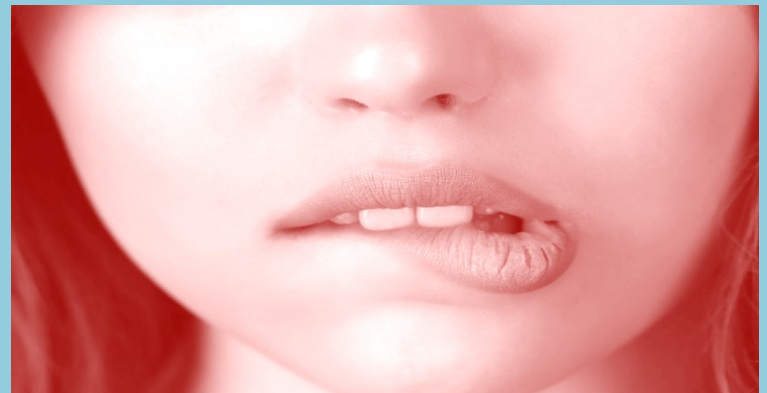
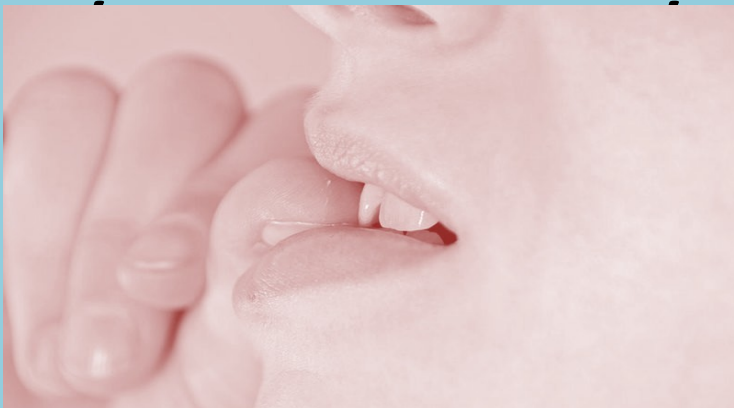
Η κατάσταση μπορεί να ενεργοποιηθεί:

- ✓ Σε περιπτώσεις έντονου άγχους ή έντασης.
- ✓ Σε περιπτώσεις ύπαρξης έντονα αρνητικών συναισθημάτων πχ ντροπής.
- ✓ Μετά από εμφάνιση ορισμένων δερματικών προβλημάτων πχ έκζεμα ή ακμή.
- ✓ Σε περιπτώσεις ανίας όπου το άτομο επιθυμεί να νιώσει ευχαρίστηση ή διέγερση.
- ✓ Σε περιπτώσεις ηρεμίας πχ όταν ακούει μουσική.

ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Στη Διαταραχή Επαναληπτικής Συμπεριφοράς εστιασμένη στο σώμα, οι ασθενείς της παρουσιάζουν καταναγκαστικές συμπεριφορές που σχετίζονται με συγκεκριμένα σημεία του σώματος. Πιο χαρακτηριστικές είναι:

- Δάγκωμα των νυχιών
- Δάγκωμα των χειλιών
- Δάγκωμα των ποδιών



ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ

Συχνότερα παρατηρούνται:

- ✓ Σε περιπτώσεις έντονου άγχους ή έντασης.
- ✓ Σε περιπτώσεις αρνητικών συναισθημάτων πχ λύπης, θυμού.
- ✓ Σε περιπτώσεις παρουσίας δερματικών προβλημάτων πχ τραυματισμούς, αλλεργίες.
- ✓ Σε περιπτώσεις ανίας όπου το άτομο επιθυμεί να νιώσει ευχαρίστηση ή διέγερση.
- ✓ Σε περιπτώσεις χαλάρωσης πχ όταν το άτομο ξεκουράζεται.

ΤΟ ΦΑΣΜΑ ΤΩΝ ΚΑΤΑΝΑΓΚΑΣΜΩΝ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ



Α' ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ
ΑΙΓΙΝΗΤΕΙΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ



ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΣΕ ΕΥΠΑΘΕΙΣ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥΣ

Δρ. Θωμάς Νίκου
Ειδικός Ψυχίατρος
Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Αθηνών