<http://dx.doi.org/10.26787/nydha-2618-8783-2019-4-1-45-47>

ВОЗМОЖНОСТИ ГИПНОСУГГЕСТИВНОЙ ТЕРАПИИ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Поспелова М.Л., Ефимцев А.Ю., Алексеева Т.М., Труфанов Г.Е.

*ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр им. В.А. Алмазова,
Минздрава России», г. Санкт-Петербург, Российская Федерация*

Аннотация. Проведено исследование возможности Эриксоновской гипнотерапии в лечении 16 пациенток с паническими расстройствами. При этом во время второго сеанса проводили якорение ресурсного состояния ольфакторным стимулом. После лечения отмечено значимое уменьшение числа пациентов с развернутыми и малыми паническими атаками. Выявлено значимое улучшение у пациентов с вегетативными нарушениями в межприступный период. 6 из 8 пациенток отказались от медикаментозного лечения. 6 пациенткам проведена функциональная МРТ до начала сеанса Эриксоновского гипноза и в момент гипнотического состояния при добавлении ольфакторного стимула, где зарегистрированы значимые изменения функциональных связей медиальной префронтальной коры с другими зонами мозга при добавлении ольфакторного стимула в состоянии транса.

Ключевые слова: Панические расстройства, Эриксоновская гипнотерапия, ольфакторный стимул, функциональная МРТ.

Введение. Психосоматические заболевания являются одними из самых распространенных в клинике нервных болезней, среди психических расстройств и в клинике внутренних болезней. К психосоматическим заболеваниям относятся: ишемическая болезнь сердца и гипертоническая болезнь, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, хронический неспецифический язвенный колит, бронхиальная астма, вазомоторный ринит, сахарный диабет, тиреотоксикоз, ожирение, ревматоидный артрит, мигрень, нейродермит, экзема, псориаз... В целом, в популяции, по данным разных авторов, заболеваемость психосоматическими расстройствами достигает 66%. Одними из проявлений психосоматических нарушений являются – панические атаки, встречающиеся в среднем, у 5% населения [1]. Учитывая сложность ведения данной категории пациентов: медикаментозное лечение (антидепрессанты, анксиолитики, корректоры нарушения поведения, стресс-протекторы) не всегда приносит должное облегчение, поэтому, в последнее время панические расстройства относят к междисциплинарной проблеме, лечением которой занимаются – неврологи, психиатры и психотерапевты.

Гипнотерапия – относится к наиболее эффективным методам психотерапии и показана при лечении психосоматических заболеваний. В середине 20 века американским психиатром Милтон Эриксоном (1901-1980) был разработан новый подход гипнотерапии, который он успешно применял при широком круге психических, неврологических, психосоматических заболеваний. Эриксон выдвинул теорию (и в последствии успешно ее подтвердил), что Бессознательное гораздо больше, чем просто «чулан» - как его определял З. Фрейд; что это очень мощная и полезная часть психического аппарата человека, правильная работа с которым может эффективно помочь.

Особенностью Эриксоновской гипнотерапии является погружение в особое состояние, при котором пациент сохраняет способность сознательно отслеживать происходящее и взаимодействовать с терапевтом. Появляется возможность избавиться от неактуальных привычных паттернов мышления, активизировать сознание, получить доступ к внутренним резервам психики. Метод применяется при кризисных состояниях, конфликтах, фобических расстройствах, паническом расстройстве, бессоннице, зависимостях, сексуальных нарушениях и психосоматических заболеваниях [2].

Метод ароматерапии известен много тысячелетий. Влияние специфических запахов на физическое и психологическое состояние человека, бесспорно, и известно с очень давних пор. Достоверные сведения о том, что люди научились получать душистые вещества из растительного сырья, относятся к пятому тысячелетию до нашей эры. Древнейшей находкой является письменный документ, в виде клинописной таблички, найденной в древнем Шумере, в котором подробно описывается о целебных свойствах растительных запахов на человеческий организм. Эфирные масла используются для повышения работоспособности, памяти, внимания, улучшения настроения. При чём, композиции эфирных масел влияют на умственную работоспособность в большей степени, чем отдельные эфирные масла [3].

Встречаются исследования, посвященные изучению работы головного мозга в состоянии гипноза с использованием функциональной МРТ [4, 5, 6].

Учитывая трудность лечения панического расстройства, мы разработали новый подход в тактике ведения пациентов, с данной нозологией, совместив методы гипнотерапии и ароматерапии.

Цель работы - клиническое и нейровизуализационное изучение эффективности комплексного применения методов гипнотерапии и ароматерапии у пациентов с паническими расстройствами.

Материалы и методы исследования. Под нашим наблюдением находились 16 пациентов (женщины в возрасте от 35 до 71 года) с паническими атаками (паническими расстройствами). Диагноз был поставлен на основании анамнеза, жалоб пациентов. Всем больным выполнялась структурная МРТ с получением T1 и T2 взвешенных изображений и FLAIR для исключения новообразований головного мозга и других выраженных патологических морфологических изменений.

Пациенткам проводили курс Эриксоновского гипноза из 8-10 сеансов, один раз в 7-10 дней. Во время второго сеанса проводили якорение ресурсного состояния ольфакторным стимулом (наносили на запястье лечебные духи, состоящие из комбинации эфирных масел).

Функциональное МРТ исследование было выполнено группе из 6 больных, и включало сбор данных в состояние транса и при добавлении ольфакторного стимула. Также была выполнена функциональная МРТ в покое. Статистическая обработка и оценка результатов нейровизуализационных исследований как каждого пациента в отдельности, так и их групповой совокупности (данных фМРТ покоя) осуществлялись с помощью программного пакета CONN v.18

Результаты и их обсуждение. После проведенного курса лечения или уже во время лечения по заявляемому способу 6 из 16 пациентов отметили исчезновение ранее беспокоивших их панических атак, при этом этот эффект сохранялся и усиливался через полгода после окончания лечения – только у 2-х больных сохранялись жалобы на беспокоящие их панические атаки, что составило 87,5% улучшения. Через полгода после лечения только одна пациентка жаловалась на малые атаки из исходно 15-ти больных, процент улучшения составил – 93,3%. У 7-ми пациентов с вегетативными нарушениями в межприступный период, улучшение наступало медленнее, к концу лечения 2 из 7 пациентов отметили отсутствие вегетативных проявлений в межприступный период, но лечебный эффект продолжался и усиливался – так через полгода после окончания

лечения процент улучшения составил – 57,1% (количество пациентов). После окончания курса лечения, одна пациентка самостоятельно отменила, назначенный ей ранее препарат, а через полгода только 2-е из 8 пациентов продолжали прием медикаментозной терапии - процент улучшения составил – 75%.

При выполнении функциональной МРТ выявили изменения функциональных связей разных зон головного мозга. Так, при добавлении ольфакторного стимула определено значительное усиление эффекта положительных функциональных связей медиальной префронтальной коры с правой нижней лобной извилиной (оперкулярной и фронтоорбитальной корой) и значительное усиление отрицательных функциональных связей с задними отделами поясной извилины.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Кузукова А.А., Рачин А.П. Панические атаки в неврологической практике // Российский Медицинский Журнал. Неврология. 2017. № 3. С. 986-991.
2. Tsui P.P., Deptula A. P., Yuan D.Y. Conversion Disorder, Functional Neurological Symptom Disorder, and Chronic Pain: Comorbidity, Assessment, and Treatment // Current pain headache reports. 2017 Jun;21(6):29. doi: 10.1007/s11916-017-0627-7
3. Тихомиров А.А., Ярош А.М. Особенности использования эфирных масел в лечебно-профилактических целях - Часопис //Фитотерапия. 2008, № 1. С. 18-21.
4. Demertzi A., Soddu A., Faymonville M.E, Bahri M.A, Gosseries O., Vanhaudenhuyse A., Phillips C., Maquet P., Noirhomme Q., Luxen A., Laureys S. Hypnotic modulation of resting state fMRI default mode and extrinsic network connectivity. Progress in brain research. 2011;193:309-22. doi: 10.1016/B978-0-444-53839-0.00020-X.
5. Jiang H., White M.P, Greicius M.D, Waelde L.C, Spiegel D. Brain Activity and Functional Connectivity Associated with Hypnosis. Cerebral cortex. 2017 Aug 1;27(8):4083-4093. doi: 10.1093/cercor/bhw220.
6. Faymonville M.E, Boly M, Laureys S. Functional neuroanatomy of the hypnotic state. Journal of physiology, Paris. 2006 Jun;99(4-6):463-9.

OPPORTUNITIES HYPNOSUGGESTIVE THERAPY OF PSYCHOSOMATIC DISEASES

Pospelova M.L., Ufimtsev A.Yu., Alekseeva T.M., Trufanov G.E.

Almazov national medical research centre, Saint-Petersburg, Russian Federation

Annotation. A study of the possibility of Erickson hypnotherapy in the treatment of 16 patients with panic disorders. At the same time, during the second session, the resource state was anchored by an olfactory stimulus. After treatment, there was a significant decrease in the number of patients with deployed and small panic attacks. There was a significant improvement in patients with vegetative disorders in the inter-criminal period. 6 out of 8 patients refused medical treatment. 6 patients underwent functional MRI prior to the Erickson hypnosis session and at the time of hypnotic state with the addition of olfactory stimulus, where significant changes in the functional relationships of the medial prefrontal cortex with other brain areas were recorded with the addition of olfactory stimulus in the trance state.

Key word: Panic disorder, Erickson hypnotherapy, olfactory stimulus, functional MRI.