

## عنوان مقاله:

بررسی سیستماتیک اثرات عصبی مداخلات مبتنی بر ذهن آگاهی در بیماران مبتلا به اختلال افسردگی

## محل انتشار:

دومین همایش ملی آسیب شناسی روانی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسنده:

زهرا ابراهیمی - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه تهران

## خلاصه مقاله:

اختلال افسردگی اساسی (MDD) یکی از عوامل اصلی است که بروی تقریباً ۱۷ درصد از جمعیت جهان. این اختلال همچنین با اختلالات قابل توجه در عملکرد جهانی و بار اقتصادی سنگین اجتماعی به وجود آورده است. علاوه بر این، افسردگی به دلیل خطر بالای خودکشی می تواند یک بیماری کشنده باشد. اختلالات عروق مغزی، بیماری قلبی و سایر علل پزشکی مرگ و میراست در حال حاضر، خط اول درمان MDD شامل رویکردهای دارویی است. رشد شواهد حاکی از آن است که مداخلات مبتنی بر ذهن آگاهی MBIs میتواند اثرات مثبتی بر روی فاز حاد افسردگی و جلوگیری اعود افسردگی داشته باشد. با وجود افزایش علاقه بالینی، اثرات بر عملکرد مغز در بیماران مبتلا به MDD هنوز مشخص نشده است. هدف این بررسی نظام مند این بود که تغییراتی در عملکرد مغز مرتبط با MBIs در بیماران با MDD را ارزیابی کرد. MBIs اثرات منفی بر روی چندین ناحیه مغز دارند که در مانند قشر پیشانی، غدد عصبی اساسی، غدد قدامی و خلفی مغز، و قشر آهیانه‌های دخیل هستند. این مناطق درخودآگاهی، توجه و تنظیم احساسات دخیل بوده اند. برخی از این یافته‌ها با اثرات مشاهده شده در افراد سالم و بیماران مبتلا به اختلالات روانی دیگر، به ویژه افزایش فعالیت در مناطق قدامی و زیر قشری مربوط به افزایش آگاهی حسی تنی سازگار بودند. مطالعات بیشتر برای روشن ساختن مکانیسمهای ناپایداری در MDD مورد نیاز است. اختلال افسردگی اصلی (MDD) در میان مشارکت کنندگان اصلی در فشار جهانی بیماری است، که حدود ۱۷ درصد از جمعیت جهان را تحت تاثیر قرار میدهد. این اختلال با اختلالات قابلتوجه در عملکرد جهانی و یک فشار اقتصادی بزرگ اجتماعی مرتبط است. علاوه بر این، افسردگی میتواند یک بیماری کشنده به خاطر ریسک بالای خودکشی باشد، اختلالات مغزی عروقی، بیماریهای قلبی و دیگر دلایل پزشکی مرگ و میر. در حال حاضر، اولین خط درمان برای MDD شامل روشهای مغزی عروقی با استفاده از داروهای ضد افسردگی یا مرتبط با رواندرمانی است. با این حال، درمانهای ضد افسردگی فعلی به طور متوسط موثر هستند و بیماران متعدد با MDD پاسخهای نسبی، واکنشهای غیر پاسخها یا تاخیر به تاخیر در شروع درمان را نشان میدهند علاوه بر این، حتی در میان بیمارانی که به بهبود بالینی دست مییابند، علائم افسردگی باقیمانده و عود بیماری شایع بوده و اغلب منجر به MDD مزمن یا مکرر میشود. بنابراین، نیاز به توسعه گزینه های درمانی نوآورانه یا رویکردهای مکمل برای کاهش نشانه ها در بیماران در هر مرحله از این بیماری وجود دارد. در میان آنها، در حوزه رواندرمانی، شواهد حاکی از آن است که مداخلات مبتنی بر تفکر (MBIs) میتواند به طور جمعی به عنوان یک روش جایگزین برای مرحله حاد و در جلوگیری از عود یا عود بیماری افسرده موثر باشد. کاهش استرس مبتنی بر تفکر و درمان شناختی مبتنی بر تفکر مکرر در آزمایش های بالینی بیمارانی با MDD ارزیابی شده اند MBSR، به عنوان "یک مداخله گروهی" توصیف شده است که بر فراگیری تدریجی آگاهی از آگاهی، پیروی از این ستونها تمرکز میکند: عدم قضاوت، پذیرش، ص ...

## کلمات کلیدی:

اختلال افسردگی اساسی - ذهن آگاهی - MBCT - MBSR - تصویربرداری عصبی - الکتروانسفالوگرافی - EEG

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1436132>



