

صرع
و
درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد

تألیف و ترجمه:

ویدا ساعی (پارشناس ارشد روانشناسی بالینی)
معصومه محمدبیگی (پارشناس ارشد روانشناسی بالینی)

زیر نظر:

دکتر کورش قره‌گزلی

متخصص مغز و اعصاب

استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

۱۳۹۶

سرشناسه	: ساعی، ویدا، ۱۳۵۵ -
عنوان و نام پدیدآور	: صرع و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد/ تألیف و ترجمه ویدا ساعی، معصومه محمدبیگی؛ زیرنظر کورش قره‌گزلی.
مشخصات نشر: تهران	: روناس، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۲۲۰ ص.: مصور، جدول، نمودار؛ ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
شابک	: ۹۷۸-۹۶۴-۷۵۸۷-۷۲-۳: ۲۰۰۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: بخشی از کتاب ترجمه‌ی مقاله‌ای تحت عنوان "A development and evaluation of an integrative health model in the treatment of epilepsy" تألیف تو بیاس لوندگرن است.
موضوع	: صرع
صع	: Epilepsy
موضوع	: صرع -- تشخیص
موضوع	: Epilepsy -- Diagnosis
موضوع	: داروهای ضد تشنج
موضوع	: Anticonvulsants
موضوع	: صرع-- درمان جایگزین
موضوع	: Epilepsy-- Alternative treatment
موضوع	: درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد
موضوع	: Acceptance and commitment therapy
شناسه افزوده	: محمدحسین، معصومه، ۱۳۶۴ -
شناسه افزوده	: قره‌گزلی، کورش، ۱۳۳۹ -
شناسه افزوده	: لوندگرن، تو بیاس
شناسه افزوده	: Lundgren, Tobias
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۶ ص ۴/۲۲ R
رده بندی دیویی	: ۶۱۶/۸۵۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۷۴۵۵۶۴

عنوان: صرع و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد

تألیف و ترجمه: ویدا ساعی و معصومه محمدبیگی

زیرنظر: دکتر کورش قره‌گزلی

صفحه آرای: ساسان سراجی

طراح جلد: مهرنوش رایجیان

ناشر: روناس

چاپ و صحافی: آیین چاپ تابان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۷۵۸۷-۷۲-۳

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ اول: ۱۳۹۶

قیمت: ۲۰۰۰۰۰ ریال

تمامی حقوق این اثر به مؤلف تعلق دارد

فهرست

مقدمه ۱۱

پیش گفتار ۱۵

فصل اول: شناخت صرع

(۱) تاریخچه صرع ۲۱

(۲) صرع ۲۹

- تعریف صرع ۲۹

- تفاوت تشنج و صرع ۲۶

- مراحل تشنج ۳۰

- شیوع صرع ۳۱

(۳) طبقه بندی صرع ۳۳

- اهداف طبقه بندی ۳۳

- طبقه بندی بین المللی صرع توسط ILAE سال ۲۰۱۷ ۲۴

۳۵	- سطحهای تشخیص صرع
۳۹	- صرع ژنرالیزه ایدیوپاتیک
۴۱	- صرع کانونی خوش خیم
۴۳	۴) علت صرع
۴۵	۵) پیشگیری از صرع
۴۵	- پیشگیری اولیه
۴۶	- پیشگیری ثانویه
۴۷	- علتها: مز تشنج در افراد مبتلا به صرع
۴۹	۶) تشخیص صرع
۵۰	- تشخیصهای توافقی صرع
۵۲	- ابزار رایج برای تشخیص صرع
۵۵	۷) درمان صرع
۵۵	- ابعاد سه گانه در درمان صرع
۶۱	- درمان دارویی صرع
۶۶	- جراحی مغز
۶۷	- تحریک عصب واگ
۶۷	- رژیم کتوژنیک
۶۹	۸) کمکهای اولیه هنگام تشنج
۷۱	۹) باورهای درباره صرع
۸۱	۱۰) انجمن صرع ایران
۸۱	- آشنایی با انجمن صرع ایران
۸۲	- خدمات انجمن صرع ایران

فصل دوم: رویکرد روانشناسی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد برای صرع

۱) ضرورت استفاده از دانش روانشناسی برای صرع ۸۷

- ۸۸ اهمیت استیگما در صرع
- ۹۰ دو مفهوم در مورد استیگمای صرع
- ۹۳ (۲) پژوهشهای مرتبط
- ۱۰۱ (۳) درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد چیست؟
- ۱۰۱ - مبنای رویکرد درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد
- ۱۰۴ - فرا ندهای زیربنایی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد
- ۱۰۵ - مفهوم بازی در درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد
- ۱۰۸ - از عطف پذیری روانشناختی
- ۱۰۹ - انعطاف پذیری روانشناختی
- ۱۱۳ (۴) توسعه و ارزیابی یک مدل یکپارچه سلامت در درمان صرع
- - دو آزمایش کنترل شده تصادفی در بررسی اثر یک مداخله کوتاه مدت
- ۱۱۵ ACT، یوگا و درمان کنترل شده در هندوستان و آفریقای جنوبی
- ۱۱۹ (۵) چرا یک مدل روانشناختی برای درمان صرع؟
- ۱۲۶ (۶) رویکرد روانشناختی در درمان صرع
- ۱۳۶ (۷) درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) در درمان صرع
- ۱۴۵ - مشکلات ویژه کشورهای در حال توسعه
- ۱۴۶ (۸) مدل یکپارچه سلامت در درمان روانشناختی صرع
- ۱۴۹ (۹) درمان ACT
- ۱۵۰ - جلسه اول: درمان فردی
- ۱۵۶ - جلسه دوم: جلسه گروهی ACT
- ۱۶۵ - جلسه سوم: جلسه فردی
- ۱۶۶ (۱۰) یوگا درمانی
- ۱۶۶ - جلسه اول: جلسه فردی
- ۱۶۶ - جلسه دوم: جلسه گروهی
- ۱۶۷ - جلسه سوم: جلسه فردی

مقدمه

سالیان طولانی و بلکه به درازای تاریخ سر بروز حملهٔ تشنجی و ابتلای به صرع پدیده‌ای اثرگذار در تمام زندگی فرد مبتلا و والدین و حتی فرزندان وی بوده است.

کسی که در بین حمله‌ها سالم و فعال؛ ولی در زمان حملهٔ تشنج بسیار ترسناک و تا حد مرگ پیش می‌رفته است، از یک سرنوشت برانگیز و از دیگر سو غیر قابل اعتماد برای انجام کار و ایفای نقش سازنده در زندگی اینگونه بوده است که بیماری که در منظر عمومی و پیش روی دیگران حملهٔ صرع داشته است، اغلب به دلیلهای بشر دوستانه که متأسفانه تأثیر منفی در آیندهٔ فرد داشت، از جامعه حذف می‌شد، رخدادی که بعد از گذشت قرن‌ها کماکان شاهد بروز آن در جوامع هستیم مثل کارگری که در حین انجام وظیفه دچار حمله می‌شود، به دلیل ترس کارفرما از

بروز مجدد حمله و خطر جانی برای بیمار وی را اخراج می‌کند، و یا تازه عروس یا دامادی که بعد از گذشت چند روز از ازدواج با مشاهده حمله تشنجی عروس و یا داماد دچار وحشت می‌شوند و برای طلاق فرزندشان اقدام می‌کنند. مثالهای بسیار زیادی در مورد این بیماران وجود دارد که بیشتر این مشکلات با اقدامهای درمانی و حمایتی و نه ترحم برانگیز، حل خواهند شد.

واقعیت درمان بیماری صرع در موازات درمان پزشکی و بررسیهای دقیق و تخصصی، اقداماتی است که در حاشیه و با هدف ایجاد انگیزه برای درمان در خود فرد مبتلا است. این اقدامها مجموعه‌ای از درمانهای حمایتی و غیر دارویی برای کاهش بار روانی و عاطفی بیماری و نیز پذیرش فرد بیمار به داشتن بیماری و ر عین حال، ایجاد انگیزه برای بهبود و گذر از بحران مربوط و عواقب بیماری است. این کتاب است که با ارتقاء علوم انسانی در کنار علوم دیگر، مباحث بسیار تخصصی در حیطه روانشناسی در صرع روز به روز در حال پیشرفت و اهمیت شده است. در حال حاضر روانشناسانی که با افراد مبتلا به صرع کار می‌کنند، باید احاطه خوبی به مباحث فیزیوپاتولوژی و درمان صرع و همچنین عوارض داروهای صرع داشته باشند تا بتوانند کمک مناسبی به مبتلایان نمایند و عضو مؤثر در تیم درمانی بیمار باشند. به نظر می‌رسد کتاب حاضر که به همت خانم ویدا ساعی و همکارشان، گردآوری و برگردان فارسی شده است، یکی از حلقه‌های مفقوده در نظام سلامت این گونه بیماران است، کاری که ایشان با سالها کار در زمینه‌های پژوهشی در انجمن صرع ایران و با ارتباط تنگاتنگ با مبتلایان به صرع توانسته به خوبی نیاز سنجی کند و حاصل آن کتابی در خور اعتماد و

کمکی قابل اطمینان برای روانشناسان، مشاوران، مددکاران و حتی بیماران و خانواده آنان است.

همچنین از حمایت شرکت داروسازی رها برای چاپ این کتاب تشکر می‌کنم.

دکتر کورش قره‌گزلی

متخصص مغز و اعصاب

استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

www.ketab.ir

پیش گفتار

صرع یک بیماری جسمی است نه روانی.

بنابراین آنچه برای درمان این بیماری در اوایل است، درمان پزشکی است. به همین دلیل سعی شد فصل اول این کتاب ارشانی ساده به تشریح صرع اختصاص داده شود.

اما پژوهشها و همچنین تجربه در برخورد با این افراد نشان داد که در ابتدا پذیرش بیماری؛ و سپس مواجهه با آن؛ به دلیل نگرش منفی جامعه به صرع، بسیار آزردهنده‌تر از خود بیماری است.

این سؤال همیشه مطرح بوده است که دانش روانشناسی چگونه می تواند به مبتلایان به صرع کمک مؤثری ارائه دهد؟

پس از بررسی مقاله‌ای که به ارزیابی تأثیر استفاده از روش درمان ACT در بیماران مبتلا به صرع در دو کشور هند و آفریقای جنوبی پرداخته بود؛ و پس از مشورت با چند نفر از استادان روانشناس و متخصصان مغز و اعصاب، فصل دوم کتاب به معرفی روش ACT و همچنین ترجمه مقاله فوق اختصاص داده شد که در ترجمه سعی شد به متن مبدأ پایبند بوده و اصل امانتداری رعایت شود.

موج سوم رویکردهای رفتاری روانشناسی، درمانهای شناختی-رفتاری هستند که به جای تأکید بر تغییر رفتار، به تغییر شناخت اصرار دارند. این روشها شامل

Dialectical Behavior Therapy (DBT)

Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT)

Functional Analytic Psychotherapy (FAP)

Acceptance & Commitment therapy (ACT)

درمان ACT به معنای درمان تدام، یاد. ان مبتنی بر پذیرش و تعهد، یک شکل از درمان شناختی-رفتاری است که در دهه ۸۰ توسط استیون هیز در دانشگاه نوادا مطرح شد. این روش مبتنی بر تجربه گرایی عملکردی است و ریشه در نظریه چهارچوب رابطه های ذهنی دارد.

هدف از انتشار این کتاب به عنوان اولین اثر علمی روانشناسی به زبان فارسی ویژه افراد مبتلا به صرع، گردآوری منابعی بود که با دیدگاهی روانشناسانه و نو، امکان کمکی هر چند اندک به درمان و برخورد با افراد مبتلا به صرع را فراهم کند، اما به طور یقین دارای کم و کاستیها و اشکالهای زیادی است؛ که لازم می دانیم در همین فرصت؛ ضمن درخواست مطالعه

آن توسط استادان و دانشجویان بزرگوار رشته‌های روانشناسی، مشاوره و علوم اجتماعی، از نقطه نظرهای ارزنده ایشان برای اصلاح در چاپ بعدی آن، بهره‌مند شویم.

در پایان مایلیم از حمایت و نظارت علمی استاد بزرگوار آقای دکتر کورش قره‌گزلی، همکاری صمیمانه آقای دکتر علی اکبر اسدی پویا، طراحی هنرمندانه خانم مهرنوش رایجیان و آقای ساسان سراجی؛ و نیز حمایت ارزشمند شرکت داروسازی رها در انتشار این اثر، تشکر و قدردانی ویژه داشته باشیم.

همچنین از تمامی همکاران عزیز در انجمن صرع ایران به خاطر همراهیشان؛ و نیر از تمامی اعضای انجمن صرع ایران برای به اشتراک گذاشتن تجربه‌هایشان درباره صرع، سپاسگزاریم.

باشد که روزی با سلاح افزایش شناخت و آگاهی از آلام جسمی، آلام روانی برای خود نسازیم.

ویدا ساسانی - معصومه محمدبیگی

تأسیسات ۱۳۹۶