

Psykoterapi mod depression hos misbrugere?

Ny forskningsoversigt fra Center for Rusmiddelforskning undersøger sagen

AF MORTEN HESSE

En meget stor del af mennesker med problemer med alkohol og stoffer lider også af angst og depression. Nyere forskning tyder desuden på, at angst og depression er stærkt overrepræsenteret hos mennesker, der for mange år siden havde et misbrug.

En ny forskningsoversigt fra Center for Rusmiddelforskning har set på effekten af at behandle depressioner og angst hos mennesker med misbrugsproblemer. Spørgsmålet er, hvad man kan få ud af at tilbyde psykoterapi specielt til de grupper, som har depressioner og angst? Kan det at inddrage psykiske problemer i behandlingen for misbrug forvirre begreberne i misbrugsbehandlingen, så man hverken får taget ordentligt fat på misbruget eller på depressionen? Forhindrer misbrugsproblemerne, at man kan profitere af psykoterapi mod angst og depression? Eller er behandlingen effektiv?

Der findes allerede dokumentation for, at antidepressiv medicin er effektiv mod depressioner, men har man mulighed for at tilbyde en bredere vifte af behandlinger, kan det være, at man kan hjælpe en større gruppe patienter. Selv om effekten af medicinsk behandling kan dokumenteres, så er der afgjort plads til forbedringer - og for patienter med angst og misbrug findes der faktisk ikke rigtig dokumentation for, at den medicin, man ellers anvender til angstbehandling, er effektiv.

Den stærkeste dokumentation for, at en behandling kan være effektiv, er, at man i et lodtrækningsforsøg kan vise, at behandlingen er bedre end anden behandling. I lodtrækningsforsøg fordeles patienterne til en kontrolgruppe og en eksperimentgruppe, som modtager hver sin behandling. På den måde kan man sikre sig, at patienterne ikke blot bliver bedre, fordi tiden går. Derfor har oversigten fokuseret på de egentlige lodtrækningsforsøg.

Der er i alt publiceret 5 lodtrækningsforsøg, hvor psykoterapi med depressionsfokus er blevet sammenlignet med en mere rendyrket misbrugsbehandling. Tre af disse undersøgelser har anvendt forskellige former for kognitiv adfærdsterapi, en har anvendt en kortids-psykodynamisk terapi, og en har anvendt en særlig behandlingsform, som forskerne kalder 'selvundersøgelses-terapi' (engelsk: 'self examination therapy'). Hver for sig er undersøgelserne små og svære at konkludere noget ud fra. Når de kombineres, kommer der et billede frem af, at behandlingen overordnet set er virksom i forhold til andelen af dage i opfølgingsperioden, hvor patienten er helt rufri, samt i forhold til depressive symptomer - dels vurderet af en professionel interviewer ('Hamilton skala'), og dels vurderet ved hjælp af selvrapporteringskalaer. Hvad angår gennemførelsen af

behandlingen, var der ingen signifikante forskelle hvor behandlingen er evalueret, men en lille forskel til fordel for den kombinerede psykoterapi.

Den enlige behandling med en psykodynamisk vinkel havde klart den ringeste effekt på både symptomer og misbrug, men forsøget var så lille, at man ikke kan være sikker på, at man ikke ville kunne finde effekter med større grupper. Forfatterne til denne undersøgelse er selv opmærksomme på, at den form for korttidsterapi, som de arbejder med - kaldet interpersonel psykoterapi - til trods for ganske god effekt for mennesker med depressioner, generelt har vist ganske dårlig effekt for mennesker med misbrugsproblemer.

Endelig blev lodtrækningsforsøg med integreret behandling for angst og misbrug gennemgået. Undersøgelserne var gennemgående betydeligt større, behandlingen var i alle tilfælde kognitiv og adfærdsorienteret, og undersøgelserne var velgennemførte. Men psykoterapien var ikke effektiv. I nogle undersøgelser var kontrolgruppen endda bedre for patienterne end gruppen med den integrerede psykoterapi. Det var især tilfældet, når behandlingen indebar, at patienterne skulle bruge mere tid i behandling. For gruppen med en angstproblematik oven i misbruget var det altså ikke hensigtsmæssigt at smide mere behandlingstid oveni. Dette er set i flere undersøgelser, og man må sige, at det mest evidensbaserede, man kan gøre for mennesker med misbrug og angst, er at give dem noget fred og ro. Dette er så meget mere overraskende, som det faktisk modsiger, hvad man ellers ved om angst - nemlig at undvigelsesadfærd og det at skynde sig væk fra de angstprovokerende situationer netop er med til at forstærke angsten.

Der er således brug for at udvikle nye metoder til at hjælpe mennesker med misbrug og angst - og disse metoder bør ikke tage udgangspunkt i, at patienterne skal en hel masse i behandling.

FORFATTER

MORTEN HESSE, CAND.PSYCH., PH.D., ADJUNKT PÅ CRF

Den fulde tekst kan hentes gratis herfra: www.biomedcentral.com/bmcpsychiatry

Morten Hesse: Integrated Psychological Treatment for Substance Use and Co-Morbid Anxiety or Depression vs. Treatment for Substance Use Alone. A Systematic Review of the Published Literature: *BMC Psychiatry*, 9:6 doi:10.1186/1471-244X-9-6. 2009.