

توصیف و درمان وسواس موکنی

تألیف

دکتر مهدی ربیعی

استادیار گروه روان‌شناسی بالینی

دانشگاه علوم پزشکی بقیة الله...

فاطمه قاسمی

کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی





دکتر مهدی ربیعی، فاطمه قاسمی

توصیف و درمان وسواس موکنی

فروست: ۱۰۶۶

ناشر: کتاب ارجمند با همکاری انتشارات ارجمند

صفحه آرا: فرحناز آگاه پاک

مدیر هنری: احسان ارجمند

سرپرست تولید: پروین عبدی

ناظر چاپ: سعید حاکمشلو

چاپ: صحاح: سمارنگ

چاپ اول: شهریور ۱۳۹۵، ۱۱۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۰۰۰-۲۰۰-۴۹۶-۳

این اثر، مشمول قانون حمایت از حقوق مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است. کسر تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف، ناشر، نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

www.arjomandpub.com

سرشناسه: ربیعی، مهدی، ۱۳۶۱

عنوان و نام پدیدآور: توصیف و درمان وسواس موکنی /

نویسندگان دکتر مهدی ربیعی، فاطمه قاسمی.

مشخصات نشر: تهران: کتاب ارجمند، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری: ۱۳۶ ص. قطع: رقعی.

شابک: ۹۷۸-۰۰۰-۲۰۰-۴۹۶-۳

موضوع: وسواس موکنی، وسواس موکنی - درمان

شناسه افزوده: قاسمی، فاطمه، ۱۳۶۴-

رده‌بندی کنگره: RC ۵۶۹/۵/۵۲ ۱۳۹۵

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۵۸۴

شماره کتابشناسی ملی: ۴۲۰۴۳۹۷

مرکز پخش: انتشارات ارجمند

دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کار و ۱۶، پلاک ۲۹۲، تلفن: ۸۸۹۸۲۰۴۰

شعبه مشهد: ابتدای احمدآباد، پاساژ امیر، انتشارات صحاح، تلفن: ۵۱-۳۸۴۴۱۰۱۶

شعبه رشت: خ نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی، تلفن: ۱۳-۳۳۳۱۸۱۰

شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن: ۰۱۱-۳۲۲۱۷۶۴

شعبه ساری: بیمارستان امام، روبروی ریاست تلفن: ۰۹۱۱-۸۰۱۰۱۰۰

شعبه کرمانشاه: خ مدرس، پشت پاساژ سعید، کتابفروشی دانشمند تلفن: ۰۸۳-۳۶۱۸۲۸۰۰

بها: ۱۰۰۰۰ تومان

با ارسال پیامک به شماره ۰۲۱۸۸۹۸۲۰۴۰ در جریان تازه‌های نشر ما قرار بگیرید:

ارسال عدد ۱: دریافت تازه‌های نشر پزشکی به صورت پیامک

ارسال عدد ۲: دریافت تازه‌های نشر روان‌شناسی به صورت پیامک

ارسال ایمیل: دریافت خبرنامه الکترونیکی انتشارات ارجمند به صورت ایمیل

فهرست مطالب

۱۱	پیشگفتار.....
۱۳	فصل اول: مقدمه‌ای بر اختلالات طیف وسواسی - اجباری.....
۱۳	اختلال وسواسی - اجباری و اختلالات مرتبط با آن.....
۱۵	اختلال وسواسی - اجباری.....
۱۹	اختلال بدشکلی بدن.....
۲۱	اختلال وسواس احتکار کردن.....
۲۱	اختلال پوست‌کنی.....
۲۳	اختلال وسواسی - خوری به گونه دیگر مشخص نشده.....
۲۴	اختلال وسواس موکنی.....
۲۴	جمع‌بندی.....
۲۵	فصل دوم: توصیف اختلال وسواس موکنی.....
۲۵	تاریخچه و توصیف اختلال وسواس موکنی.....
۲۸	همه‌گیرشناسی.....
۳۱	اختلال در عملکرد فردی و اجتماعی.....
۳۱	اختلالات همراه با اختلال وسواس موکنی.....
۳۲	سیر اختلال وسواس موکنی.....
۳۳	تشخیص افتراقی اختلال وسواس موکنی.....
۳۵	فصل سوم: ارزیابی و تشخیص وسواس موکنی.....
۳۵	روش‌های ارزیابی.....
۳۵	پیشایندها.....
۳۹	سؤالات MGH-HPS.....
۴۳	فصل چهارم: سبب‌شناسی اختلال وسواس موکنی.....
۴۳	رویکرد یکپارچه.....

۴۷	مدل روانکاوی
۴۸	مدل اعتیاد
۴۸	دیدگاه زیست‌شناختی
۵۳	مدل رفتاری
۵۴	مدل کردارشناسی
۵۵	مدل تنظیم محرک‌ها - یک رویکرد یکپارچه
۶۴	مدل حساسیت به مخمر
۶۷	فصل پنجم: درمان وسواس موکنی
۶۷	درمان‌های دارویی اختلال موکنی
۶۸	بازارند های باز: دذب سرتونین
۶۹	داروهای آنتاگونیست بر روی گیرنده‌های دوپامین
۶۹	گیرنده‌های سرتونین
۷۱	درمان‌های روان‌ساخت و غم‌دارویی
۷۱	پنج گام اساسی درمان وسواس موکنی
۷۱	۱- آموزش آگاهی در مورد موکنی
۷۲	۲- یادگیری پاسخ معارض
۷۴	۳- اجرا و تمرین پاسخ معارض
۷۴	۴- کاهش و حل پیشایندهای موکنی
۷۵	۵- آموزش در حال زیستن
۷۶	۶- هیپنوتراپی
۷۹	فصل ششم: برنامه‌های خودیاری
۸۰	راهنمای برنامه‌های خودیاری
۸۱	گام اول: به خود برجسب نزنید
۸۳	گام دوم: افزایش آگاهی از اختلال
۸۸	گام سوم: آموزش خودآرامش‌بخشی
۹۰	مراحل و محتوای آرامش‌بخشی
۹۹	گام چهارم: آموزش تنفس دیافراگمی

۱۰۰	گام پنجم: آموزش خودآرامش بخشی (روش کوتاه)
۱۰۱	تمرین کوتاه آرامش بخشی
۱۰۱	گام ششم: آموزش پاسخ های ناهمساز
۱۰۲	گام هفتم: گردآوری مراحل ۴، ۵، ۶
۱۰۴	گام هشتم: کنترل محرک و ایجاد انگیزه
۱۰۴	گام نهم: مرور هفتگی و خودارزیابی
۱۰۵	گام دهم: نگهداری و پیشگیری از عود
۱۰۷	فصل هفتم: راهنمایی بیماران برای خودنظارتی
۱۰۷	نگاهی به سوهای کنده شده
۱۱۰	موانی خودنظارتی
۱۱۰	خودنظارتی یک فرایند مستمر
۱۱۴	جمع بندی
۱۱۵	فصل هشتم: مدل رفتاری - شناختی - فراشناختی
۱۱۶	تعریف افکار مزاحم و ناخواراست
۱۲۸	جمع بندی
۱۲۹	منابع

بحث بر سر تغییر و اصلاح سیستم تشخیصی بیماری‌های روانی، ازجمله موضوعاتی است که امروز در بین متخصصان و محققان علوم رفتاری رواج داشته و نتیجه آن ایجاد تغییراتی در دستگاه‌های تشخیصی مانند راهنمایی تشخیصی و آمارهای اختلالات روانی (DSM)، بوده است. یکی از جنجالی‌ترین مباحث در سالیان اخیر، پیرامون اختلال وسواسی-اجباری و دیگر اختلالات مشابه آن بوده است.

اختلال وسواسی-اجباری با افکار، تکانه‌ها، تصاویر و یا اعمال اجباری و تکراری مشخص می‌شود و از دیگر اختلالات قابل تمیز است. البته این ویژگی‌ها تاحدودی در بعضی از اختلالات مرتبط با اختلال وسواسی-اجباری مانند اختلال وسواس موکنی (TTM) نیز دیده می‌شود. اختلال وسواس موکنی عبارت است از کندن مکرر و اجباری موها که می‌واند جریحه از دست دادن مقدار قابل توجهی از مو شود و اختلال بارزی در عملکرد فرد ایجاد کند.

ادبیات پژوهش‌های بالینی در حیطه سبب‌شناسی و درمان اختلال وسواس موکنی، تصویر بالینی پیچیده و چندبعدی را از این اختلال ترسیم کرده است. به‌تازگی، متخصصان در حیطه تشخیص و درمان اختلال وسواس موکنی به این نتیجه رسیده‌اند که از لحاظ تشخیصی، درمانی و سبب‌شناسی بهتر است اختلال وسواسی-اجباری، اختلال وسواس احتکار، اختلال بدشکلی بدن، علائم روان‌رزی ناشی از پوست‌کنی یا دست‌کاری پوست و اختلال وسواس موکنی در سیستم طبقه‌بندی DSM-5 در یک طبقه با- نام اختلال وسواسی-اجباری و اختلالات مرتبط آن گنجانده شوند (انجمن روان‌پزشکی آمریکا، ۲۰۱۳).

این کتاب نخستین تلاش علمی و مدون در کشور است که با رجه به آخرین اصلاحات DSM-5 و جدیدترین مباحث و پژوهش‌ها در این حیطه، توصیفی به نسبت جامع از اختلال وسواس موکنی ارائه داده است. امید است که این اثر بتواند در امر پژوهش و درمان به دانشجویان، متخصصان و درمانگران یاری رساند.

در این کتاب نخست به معرفی مختصر در مورد اختلالات طیف وسواسی-اجباری و سپس به مرور مفصل ادبیات نظری و پژوهشی و درمان اختلال وسواس موکنی پرداخته می شود و در نهایت مدل تدوینی شناختی-رفتاری-فراشناختی در تبیین و درمان این اختلال معرفی می شود. این مدل حاصل پژوهش جامعی است که با ترکیب مؤلفه های دیدگاه های شناختی-رفتاری و فراشناختی گام نوینی در تدوین مدل نظری و درمانی اختلال وسواس موکنی برداشته است. بی شک به دلیل جدید بودن برخی از مطالب کتاب، کاستی هایی متوجه مباحث هست که با رهنمودها و پیشنهادها ارزنده متخصصان، به غنای هر چه بیشتر کتاب افزوده خواهد شد.

دکتر مهدی ربیعی

خرداد ۱۳۹۵