

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ДОКАЗАТЕЛЬСТВА ЭФФЕКТИВНОСТИ КБТ ПРИ ДЕПРЕССИИ

Согласно рекомендациям большинства современных руководств когнитивно-бихевиоральная терапия (КБТ) является эффективным методом лечения депрессивных расстройств как при монотерапии, так и при сочетанном использовании с фармакотерапией. При равной эффективности с последней КБТ способствует редукции симптомов депрессии и снижения риска рецидива посредством отличных механизмов. На сегодняшний день отмечается постоянное пополнение доказательной базы относительно КБТ. В новых 2-х работах, опубликованных в ноябре, были получены результаты, подтверждающие эффективность этого метода в различных возрастных группах и в предотвращении рецидива.

КБТ в разных возрастных группах

Исследовательская группа во главе с доктором Брэдли Карлин (Bradley Karlin) из университета Джона Хопкинса (Johns Hopkins University), Балтимор, США, сообщает что КБТ одинаково эффективна у лиц с депрессией в возрастной группе 18-64 года и старше 64 лет. Эти результаты смогли получить после проведения исследования с участием более 500 пациентов.

Всего для участия отобрали 764 пациента с депрессией в возрасте 18-64 года и 100 – старше 64 лет. 545 из них полностью прошли 10 или более сессий КБТ и еще 45 закончили терапию досрочно в связи с редукцией симптомов.

В качестве основных конечных точек использовали набранные баллы по шкале депрессии Бека (Beck Depression Inventory-II) и шкале ВОЗ по качеству жизни (World Health Organization Quality of Life-BREF). Терапевтический альянс оценивали при помощи краткого опросника «Working Alliance Inventory-Short Revised».

Согласно результатам у пациентов, прошедших КБТ, отмечалось достоверное снижение количество набранных баллов по шкале Бека, для более молодой возрастной группы с 29,1 до 17,8, для лиц старше 64 лет – с 27,0 до 16,2 баллов. Также отмечали значимое улучшение качества жизни у обеих групп. По мнению исследователей, эти результаты подтверждают эффективность КБТ не только для молодых и лиц среднего возраста, но и для пожилых пациентов.