

Ινοµυαλγία. Ο συνδυασµός φαρµακευτικής αγωγής και ψυχοθεραπείας βελτιώνει εντυπωσιακά τα θεραπευτικά αποτελέσµατα.

Μπούσια Κ. και Γεωργιάδης Α.

Κέντρο Μυοσκελετικών Παθήσεων. Γυν. Νοσοκοµείο ΛΗΤΩ, Αθήνα.

Η ινοµυαλγία είναι µια σύγχρονη νόσος που εκδηλώνεται µε πόνο και τοπική ευαισθησία σε διάφορα σηµεία του σώµατος διάρκειας πέραν των 3 µηνών. Οι πόνοι αυτοί συνοδεύονται πολλές φορές από πρωινή µυϊκή δυσκαµψία, διαταραχές του ύπνου, καταβολή και αίσθηµα κόπωσης και επιτείνονται µετά από σωματική ή ψυχική κόπωση, σε ψυχρό περιβάλλον και σε µεταβολές των καιρικών συνθηκών. Η πάθηση είναι αρκετά συχνή (2%-4% του πληθυσµού) και προσβάλλει κύρια γυναίκες 35-45 ετών. Η αιτιολογία της είναι άγνωστη.

Η διάγνωση της είναι εξαιρετικά δύσκολη και τίθεται «εξ αποκλεισµού» άλλων σοβαρών παθήσεων του μυοσκελετικού συστήµατος. Αλλά ακόµη πιο δύσκολη είναι η θεραπεία της. Πρόσφατα στοιχεία δείχνουν ότι µόνο το ¼ των ασθενών βελτιώνεται σηµαντικά, ενώ το ίδιο ποσοστό σταµατά την φαρµακευτική θεραπεία λόγω παρενεργειών(1).

Σε µια προσπάθεια να βελτιώσουµε την αποτελεσµατικότητα της οποιασδήποτε θεραπείας, από 12 µήνου, σε κάθε ινοµυαλγικό ασθενή χορηγούσαµε, για ένα τρίµηνο, την κλασική φαρµακευτική θεραπεία, δηλαδή Πρεγκαµπαλίνη (75 – 150 mg/ηµέρα) ή Ντουλοξετίνη (60 mg/ηµέρα) και εάν δεν παρουσιάζε σηµαντική βελτίωση συνιστούσαµε την παρακολούθησή του από ειδικό ψυχολόγο. Οι συνεδρίες πραγµατοποιήθηκαν σε εβδοµαδιαία βάση (4 συνεδρίες ανά µήνα, διάρκειας 50' έκαστη) για τουλάχιστον 9µήνες (σύνολο 40 συνεδριών, για κάθε ασθενή).

Το πρόγραµµα αυτό ακολούθησαν 18 ασθενείς (ποσοστό 32% του συνόλου) και η επαναξιολόγησή τους έγινε στο τέλος του 12µήνου. Τα αποτελέσµατα έδειξαν: 1) Σταδιακή µείωση των δόσεων των φαρµάκων στο 65% των ασθενών. 2) Διακοπή των φαρµάκων στο 25% των ασθενών. 3) Καµμία µεταβολή στο 10% των ασθενών.

Ακόµα, η πλειοψηφία των ασθενών δήλωσε µείωση του άγχους και της ευερεθιστότητας (ποσοστό 80%), βελτίωση της διάθεσης και της ποιότητας ζωής (ποσοστό, 60%) .

Συµπερασµατικά τα αποτελέσµατά µας συµφωνούν µε την βιβλιογραφία (2) και δείχνουν ότι η ψυχοθεραπεία είναι απαραίτητη για την θεραπευτική αντιµετώπιση του µεγαλύτερου ποσοστού των ινοµυαλγικών ασθενών. Η αντιµετώπιση του ατόµου ως όλον (σώµα και ψυχή) µπορεί να συστήσει µια ολοκληρωµένη θεραπεία για τους ασθενείς µε χρόνιο πόνο.

Βιβλιογραφία

1. Winfried Häuser et al., Cochrane Database of Systematic Reviews, 2013, Issue 1. Art. No.: CD010292 DOI: [10.1002/14651858.CD010292](https://doi.org/10.1002/14651858.CD010292).
2. Woolfolk R. et al., Pain Res Treat. 2012; 2012: 937873