

תחלואה כפולה (או: אבחנה כפולה)

המושג תחלואה כפולה מתאר מצב בו אדם מתמודד עם שתי אבחנות במקביל.

המונח לקוח מתוך עולם הפסיכיאטריה ויכול לתאר מקרים בהם אדם סובל משני סוגים מובנים של קשיים רגשיים, או מהשילוב של הפרעה נפשית ושימוש לרעה/התמכרות.

קיימים ומוכרים סוגים שונים של תחלואה כפולה כגון: הפרעת אכילה ודיכאון, מחלה נפשית והתמכרות לחומרים ועוד.

קיומה של תחלואה כפולה עשוי להקשות על אבחנה נכונה ובהמשך על טיפול נכון. זאת, כאשר סימפטומים של ההפרעות השונות מופיעים במקביל, או כאשר נערכת אבחנה אחת שאינה לוקחת בחשבון את קיומה של ההפרעה המשנית לה.

במצבים מעין אלו נפוץ לראות כי התאמה של טיפול לאבחנה הראשית אינו תמיד עוזר או מספיק יעיל, דבר הגורם למתמודד לנסות סוגים שונים של טיפולים ללא שיפור מלא או הטבה משמעותית במצבו.

הצלחתו של טיפול תלויה בראש ובראשונה באבחנה מדויקת המזהה אלו סימפטומים מאפיינים כל הפרעה נפשית ובכך להתאים את הטיפול הנכון למתמודד.

בעולם ההתמכרויות נפוץ לראות מאוד מצבים של תחלואה כפולה - יותר מחמישים אחוז מהמכורים סובלים מקשיים רגשיים נוספים.

פעמים רבות התמכרות לחומרים או התנהגויות נועדה להקל, להסוות או להשיג תחושה של פיצוי על קשיים רגשיים עמוקים יותר, ובאמצעותה, האדם מנסה להגיע ל"ריפוי עצמי" (self medication).

כך למשל, אנשים הסובלים מחרדה משתמשים בחומרים כמו סמים או אלכוהול על מנת להפחית את רמות החרדה ולהצליח לתפקד בתחומים בהם החרדה משתקת אותם, בעוד אחרים משתמשים באלכוהול על מנת להשכיח את הדיכאון ולהצליח להרגיש יותר טוב.

במקרים אחרים, שימוש בחומרים או התמכרות לחומרים, מציפה קשיים רגשיים שהיו חבויים, או מחמיר כאלה שהיו מתונים.

הטיפול באנשים המתמודדים עם תחלואה כפולה דורש זיהוי ואבחון של שני מרכיבי ההפרעה באופן מקצועי על ידי פסיכיאטר מומחה לתחלואה כפולה, ובהמשך, דורש התייחסות מותאמת לשני מרכיבי ההפרעה ומאפייניהם.

הטיפול הנשרד הינו טיפול רב מערכתי אינטגרטיבי ומותאם אישית למטופל.

לרוב, הטיפול כולל מעקב פסיכיאטרי, התאמת טיפול תרופתי, טיפול רגשי, תמיכה משפחתית, והפניה למסגרות תומכות אחרות במידת הצורך (כגון מסגרות טיפול ושיקום ייעודיות)

כאשר האדם נמצא בשלב של התמכרות פעילה ומחלה נפשית פעילה, התוכנית הטיפולית תכלול תהליך של גמילה במסגרת מתאימה (אשפוזית לתחלואה כפולה/גמילה ביתית), ואיזון של המצב הנפשי במסגרת מתאימה (אשפוז פסיכיאטרי/בית מאזן/בקהילה במידת האפשר).

בהמשך לשלב הראשוני של ייצוב שתי ההפרעות, יש צורך בהמשך טיפול הכולל:

טיפול פרטני עם איש מקצוע המומחה בטיפול בהתמכרויות ובבריאות הנפש, ליווי תמיכה והדרכה של בני משפחה או קרובים אחרים היכולים לסייע בתהליך השיקום של המכור, השתלבות בקבוצות טיפוליות או בתוכנית NA וקבוצת 12 הצעדים למכורים.

חשוב לדעת – שתי ההפרעות עשויות להיות כרוניות וללוות את האדם לאורך חייו. לכן, לאורך חיי האדם נראה תקופות של התמדה ותקופות של חזרה – יש לאפשר במידת האפשר המשך טיפול תוך הכלת אשפוזים חוזרים, מצבים נפשיים קשים, והישנויות של שימוש, בהתאם להחלטה טיפולית.

הניסיון הקליני מראה, כי למרות מורכבות ההתמודדות עם מצבים אלו של תחלואה כפולה, רבים מצליחים להתמודד, ולהגיע לחיים מאוזנים ומלאים, בעזרת תהליכים טיפוליים מתאימים.