

2018-06-12

Các nhà nghiên cứu đang suy nghĩ sáng tạo trong tìm kiếm các lựa chọn thay thế không dùng thuốc để điều trị trầm cảm.



Tăng thân nhiệt nhân tạo trên lâm sàng đang được quan tâm như một cách tiếp cận mới trong điều trị trầm cảm lâm sàng, với bằng chứng từ các nghiên cứu khác nhau bắt đầu từ những năm 1970.

Trong số những người nghiên cứu về tăng thân nhiệt trong trầm cảm là Charles Raison, M.D., một bác sĩ tâm thần tại Đại học Wisconsin ở Madison; Maren Nyer, Tiến sĩ tâm lý học tại Khoa

Tâm th n t i B nh vi n Đa khoa Massachusetts; và Johannes Naumann, M.D., m t n i trú t i Đ i h c Freiburg, Đ c.

Raison đã s d ng m t đ n v nhi t toàn thân h ng ngo i trong nghiên c u c a mình, Naumann đã s d ng toàn b c th ngâm trong m t b n t m r t nóng, và Nyer nghiên c u nh ng ng i tham gia yoga Bikram ("nóng"). C ba đ u đã tìm th y s gi m đáng k tr m c m v m t th ng kê sau các ph ng pháp đi u tr gây tăng thân nhi t.

Trong nghiên c u ban đ u c a Raison, 16 đ i t ng nh n đ c nhi t h ng ngo i toàn thân và 14 ng i nh n đ c gi nhi t. Nhóm ho t đ ng đ c ti p xúc v i nhi t h ng ngo i cho đ n khi nhi t đ c th trung tâm đ t 101,3 đ Fahrenheit. Nghiên c u "Tăng thân nhi t toàn c th đ đi u tr r i lo n tr m c m đ i n hình" đã đ c xu t b n vào tháng 8 năm 2016 JAMA Psychiatry. Tuy nhiên, các tác gi l u ý r ng vì nghiên c u thi u s ki m soát gi đ c nên có th các tác đ ng ch ng tr m c m quan sát đ c là k t qu c a các khía c nh không đ c hi u c a can thi p.

Làm th nào tăng thân nhi t có th làm gi m b t tr m c m ch a đ c hi u rõ, và Raison, ph i h p v i Nyer, đang lên k ho ch cho th nghi m l n h n đ c g ng xác đ nh các c ch liên quan.

C nghiên c u c a Raison và Naumann đ u cho th y tr m c m càng n ng thì đáp ng càng rõ r t h n. Đi u này phù h p v i đáp ng v i các ph ng pháp đi u tr khác, bao g m c thu c. Trong khi tr m c m nh th ng ph n ng v i gi đ c, tr m c m n ng h n thì không. M t ph n đ i u này có th là m t ch c năng c a cái đ c g i là "h i quy v giá tr trung bình" - cái gì đó l ch càng nhi u t m c trung bình thì nhi u kh năng nó có xu h ng tr l i theo th i gian—thoái lui v phía giá tr trung bình. Nh ng ngay c khi xem xét h i quy thì k t qu cũng r t đáng khích l , ông nói.

M c đ đáp ng trong nghiên c u c a Raison l n h n đáng k so v i Naumann - kho ng g p đôi. Nó cũng liên quan đ n vi c nhi t đ l n h n trong m t th i gian dài h n đáng k . Trong khi các đ i t ng c a Naumann đ m mình trong m t b n t m n c nóng trong kho ng 20 phút hai l n m i tu n trong b n tu n, thì các đ i t ng c a Raison n m trong m t đ n v h ng ngo i trong 100 phút m t l n.

Trong nghiên c u m nhn kéo dài tám tu n, Nyer đã đánh giá 29 ng i đáp ng các tiêu chí c a tr m c m n ng. Trong s nh ng ng i tham d Bikram ít nh t hai l n m t tu n, đã có m t s c i thi n đáng k v m t th ng kê trong tr m c m đ c đo b ng Thang x p h ng Hamilton cho Tr m c m (HAM-D) và Thang đánh giá tr m c m Beck. Nyer đã nh n đ c kho n tài tr 5 năm kho ng 740.000 đô la t Trung tâm Qu c gia v S c kh e B sung và Tích h p Qu c gia c a Vi n Y t Qu c gia đ ti n hành m t đánh giá ng u nhiên, l n h n v Bikram v tr m c m. M t mô t v thí đi m ban đ u c a Nyer t năm 2013 có s n trên trang web c a B nh vi n Đa khoa Massachusetts và m t b n tóm t t nghiên c u liên t c c a bà có th đ c tìm th y trong “C ch Yoga tăng thân nhi t trong đi u tr Tr m c m” t i trang web grantome.com c a Vi n Y t Qu c gia.

Hai bác sĩ tâm th n t i B nh vi n Đa khoa Massachusetts, Maurizio Fava, M.D., và David Mischoulon, M.D., Ph.D., là nh ng ng i c v n c a bà. Trong m t cu c ph ng v n, Mischoulon đã ch ra công vi c c a Nyer nh là m t đáp ng v i nhu c u thay th thu c đi u tr .

"Thu c ch ng tr m c m có nh ng h n ch ." Không ph i t t c b nh nhân đ u đáp ng v i h h c có th ch u đ ng đ c các tác đ ng ph . Các gi i pháp thay th , ch ng h n nh Bikram yoga, “có th kh thi h n và ch p nh n đ c nhi u h n cho nhi u b nh nhân”, ông k t lu n.

Đ c, n i Naumann làm vi c, t lâu đã có nh ng báo cáo đ c đ n r ng t m trong su i n c nóng làm c i thi n tâm tr ng. Khi ông b t đ u th nghi m v i 36 đ i t ng, nhóm c a ông đã ng r ng ngâm trong b n t m r t nóng trong th i gian ng n hai l n m i tu n có th c i thi n đáng k tr m c m n ng. Các đ i t ng đ c n m trong b n t m Fahrenheit 104 đ F, m i n là h có th ch u đ c - trung bình 22 phút m i l n, Naumann gi i thích. Các bi n pháp đo nhi t đ c th v i nhi t k tai nh n th y m t m c tăng trung bình t 98,4 đ n 102,4 đ F.

"Chúng tôi ban đ u nghĩ r ng nh ng ng i b tr m c m n ng có th không có đáp ng m nh m nh h đã có, nh ng h th c s đã c i thi n r t nhi u trong m t th i gian ng n," ông nói. Ch sau hai tu n (b n b n t m n c nóng) trong th nghi m b n tu n, đã có m t s c i thi n đáng k v m t th ng kê đ c đo b ng HAM-D. Nghiên c u, “ nh h ng c a các phòng t m làm tăng thân nhi t v s thay đ i Tr m c m, Gi c ng và Nh p tim b nh nhân b r i lo n tr m c m”, đ c xu t b n tr c tuy n vào tháng 3 năm 2017 t i *BMC Complementary and Alternative Medicine*.

Cũng nh nh ng ng i khác đang nghiên c u v tăng thân nhi t và các ph ng pháp không dùng thu c khác đ đi u tr tr m c m, Naumann tin r ng vi c xác đ nh và phát tri n m t ph m

vi r ng h n các l a ch n đi u tr có th đáp ng t t h n nhu c u c a b nh nhân và khuy n khích tuân th đi u tr t t h n.

Link: <https://psychnews.psychiatryonline.org/doi/10.1176/appi.pn.2018.5b11>

Richard Karel

17/5/2018

Ng i d ch: BSNT. Đ Tuy t Mai