



**ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ**

**ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ**

## **Πτυχιακή Εργασία**

«Η επίδραση της γνωσιακής-συμπεριφορικής θεραπείας  
σε ασθενείς με νεφρική ανεπάρκεια και κατάθλιψη»

Ειρήνη Ζήνωνος

Λεμεσός 2023

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

## Πτυχιακή Εργασία

«Η επίδραση της γνωσιακής-συμπεριφορικής θεραπείας  
σε ασθενείς με νεφρική ανεπάρκεια και κατάθλιψη»

Ειρήνη Ζήνωνος

Επιβλέπουσα καθηγήτρια

Δρ. Ιωάννα Έλληνα

Λεμεσός 2023

## **Πνευματικά δικαιώματα**

Copyright © Ειρήνη Ζήνωνος 2023

Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved.

Η έγκριση της πτυχιακής διατριβής από το Τμήμα Νοσηλευτικής του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων του συγγραφέα εκ μέρους του Τμήματος.

## **Ευχαριστίες**

Θα ήθελα να εκφράσω τις ευχαριστίες μου στην επιβλέπουσα καθηγήτριά μου, Δρ.Ιωάννα Έλληνα , χωρίς τη βοήθεια της οποίας δεν θα ήμουν σε θέση να ολοκληρώσω την παρούσα Πτυχιακή εργασία.

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

**Εισαγωγή:** Οι παρεμβάσεις, οι οποίες περιλαμβάνουν την εφαρμογή γνωσιακής-συμπεριφορικής θεραπείας έχει αποδειχθεί ότι βελτιώνουν την συμμόρφωση των ασθενών στη θεραπεία, καθώς και την ποιότητα ζωής τους (Thomas et al., 2014). Η γνωσιακή-συμπεριφορική θεραπεία είναι μια μορφή ψυχοθεραπείας που στοχεύει να προκαλέσει, να εξετάσει και να αντικαταστήσει τις αρνητικές σκέψεις ενός ασθενούς και θεωρείται ένας ιδιαίτερα χρήσιμος τύπος θεραπείας γενικότερα σε ασθενείς, οι οποίοι ζούν με χρόνια νοσήματα και ασθένειες και αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην τήρηση αυστηρών θεραπευτικών σχημάτων, καθώς επίσης και στην ανακούφιση κοινών ψυχολογικών καταστάσεων, όπως το άγχος και η κατάθλιψη.

**Σκοπός:** Ο Σκοπός της παρούσας πτυχιακής εργασίας είναι η διερεύνηση της επίδρασης της γνωσιακής θεραπείας στη διαχείριση των συμπτωμάτων κατάθλιψης σε ασθενείς με Χρόνια Νεφρική Ανεπάρκεια. Ως επιμέρους στόχοι εξετάστηκαν άλλες παράμετροι της εφαρμογής παρεμβατικών προγραμμάτων γνωσιακής-συμπεριφορικής θεραπείας και συγκεκριμένα, εξετάστηκε η βελτίωση της ποιότητας ζωής αιμοκαθαιρόμενων ασθενών και επιπλέον, η συμβολή της γνωσιακής-συμπεριφορικής θεραπείας στη διαχείριση του πόνου των ασθενών με Χρόνια Νεφρική Ανεπάρκεια.

**Μέθοδος:** Η μεθοδολογία, η οποία έχει ακολουθηθεί για την συγγραφή της Πτυχιακής εργασίας, στηρίχθηκε σε διάφορες μεθόδους. Αρχικά, έγινε επιλογή θεωρητικών άρθρων, τα οποία βοήθησαν στη συγγραφή του θεωρητικού μέρους της Πτυχιακής εργασίας, αλλά και συγκεκριμένος αριθμός ερευνητικών άρθρων, τα οποία ανασκοπήθηκαν στο δεύτερο μέρος της Πτυχιακής εργασίας και απαντούν στον σκοπό και τους επιμέρους στόχους, που έχουν τεθεί για σκοπούς ολοκλήρωσης της Πτυχιακής εργασίας.

Έτσι, η επιλογή των άρθρων – θεωρητικών και ερευνητικών- έγινε μέσα από επιστημονικές και ακαδημαϊκές βάσεις δεδομένων, όπως η Pubmed, Medicine, Academia.edu, Researchgate και Pmc. Η αναζήτηση αυτών των άρθρων έγινε με βάση συγκεκριμένες λέξεις, οι οποίες αποτέλεσαν τα κλειδιά για να επιλεγούν τα τελικά άρθρα. Έτσι, χρησιμοποιήθηκαν, είτε μεμονωμένα, είτε με συνδυαστικό τρόπο οι **λέξεις-κλειδιά:** cognitive behavioral therapy, chronic renal disease, depression, hemodialysis, Patient Adherence, Mental health.

Μετά από την εισαγωγή των παραπάνω λέξεων, το κάθε άρθρο μελετούνταν επαρκώς, όσον αφορά αρχικά την περίληψη και στις περιπτώσεις κατά τις οποίες τα άρθρα ήταν σχετικά με το υπό εξέταση θέμα, τότε επιλέγονταν προς περαιτέρω ανάλυση για σκοπούς συγγραφής της Πτυχιακής.

**Αποτελέσματα:** Η γνωσιακή συμπεριφορική θεραπεία φάνηκε ότι μπορεί να διορθώσει στρεβλωμένες απόψεις, αρνητικά συναισθήματα, δυσπροσάρμοστες συμπεριφορές που εμφανίζονται συχνά στους ασθενείς με Χρόνια Νεφρική Ανεπάρκεια και βιώνουν συχνά κατάθλιψη. Στις μελέτες ανασκόπησης δείχθηκε ότι οι ασθενείς εκπαιδεύονταν στον εντοπισμό και την κατανόηση αυτών των σκέψεων και συμπεριφορών, με σκοπό να τις διαχειρίζονται και να τις αντιμετωπίζουν, αντικαθιστώντας τις με θετικές σκέψεις και συμπεριφορές μέσα από στρατηγικές και τεχνικές γνωσιακού και συμπεριφορικού χαρακτήρα.

**Συμπεράσματα:** Κατέστη σαφές ότι παρόλο που τα αποτελέσματα των ερευνών δεν συμφωνούσαν αποκλειστικά μεταξύ τους, είναι εφικτή η εκπαίδευση των ασθενών στη διαχείριση της ψυχικής τους κατάστασης στις περιπτώσεις που βιώνουν πόνο και κόπωση, χαλαρώνοντας το σώμα τους και σκεπτόμενοι ευχαρίστες σκέψεις, ώστε να διαχειρίζονται το άγχος, που προκαλεί χειροτέρευση των σωματικών συμπτωμάτων της Χρόνιας Νεφρικής Ανεπάρκειας.

## **ABSTRACT**

**Introduction:** Interventions that include the application of cognitive-behavioral therapy have been shown to improve patients' adherence to treatment, as well as their quality of life (Thomas et al., 2014). Cognitive-behavioral therapy is a form of psychotherapy that aims to challenge, examine and replace a patient's negative thoughts and is considered a particularly useful type of treatment in general for patients who live with chronic illnesses and diseases and have difficulty adhering to strict therapeutic regimens. shapes, as well as in alleviating common psychological conditions, such as anxiety and depression.

**Aim:** The purpose of this thesis is to investigate the effect of cognitive therapy on the management of depression symptoms in patients with Chronic Renal Failure. Other parameters of the implementation of interventional programs of cognitive-behavioral therapy were examined as individual objectives, and in particular, the improvement of the quality of life of hemodialysis patients was examined and, in addition, the contribution of cognitive-behavioral therapy to the pain management of patients with Chronic Renal Failure.

**Material and Methods:** The methodology, which has been followed for the writing of the Degree thesis, was based on various methods. Initially, a selection of theoretical articles was made, which helped to write the theoretical part of the Bachelor's thesis, but also a specific number of research articles, which were reviewed in the second part of the Bachelor's thesis and answer the purpose and individual objectives, which have been set for completion purposes of the Bachelor thesis. Thus, the selection of articles - theoretical and research - was made through scientific and academic databases, such as Pubmed, Medicine, Academia.edu, Researchgate and Pmc. These articles were searched based on specific words, which were the keys to selecting the final articles. After the introduction of the above words, each article was thoroughly studied, initially with regard to the abstract and in cases where the articles were relevant to the subject under consideration, then they were selected for further analysis for the purposes of writing the Bachelor's Thesis.

**Results:** Cognitive behavioral therapy has been shown to be able to correct distorted views, negative emotions, maladaptive behaviors that often occur in CKD patients and