

Krótko- i długoterminowa skuteczność krótkiej terapii poznawczo-behawioralnej u pacjentów z przewlekłym bólem w przebiegu schorzenia stawu skroniowo-uchowego. Badanie z randomizacją i z grupą kontrolną

Short- and long-term efficacy of brief cognitive-behavioral therapy for patients with chronic temporomandibular disorder pain: A randomized, controlled trial

Pain 121 (2006) 181–194

Judith A. Turner^{a,b}, Lloyd Mandl^c, Leslie A. Aaron^d

^aDepartment of Psychiatry and Behavioral Sciences, University of Washington School of Medicine, Seattle, WA, USA, ^bDepartment of Rehabilitation Medicine, University of Washington School of Medicine, Seattle, WA, USA, ^cDepartment of Dental Public Health Sciences, University of Washington School of Dentistry, Seattle, WA, USA, ^dDepartment of Oral Medicine, University of Washington School of Dentistry, Seattle, WA, USA

Abstract: We evaluated the short- and long-term efficacy of a brief cognitive-behavioral therapy (CBT) for chronic temporomandibular disorder (TMD) pain in a randomized controlled trial. TMD clinic patients were assigned randomly to four sessions of either CBT (n=79) or an education/attention control condition (n=79). Participants completed outcome (pain, activity interference, jaw function, and depression) and process (pain beliefs, catastrophizing, and coping) measures before randomization, and 3 (post-treatment), 6, and 12 months later. As compared with the control group, the CBT group showed significantly greater improvement across the follow-ups on each outcome, belief, and catastrophizing measure (intent-to-treat analyses). The CBT group also showed a greater increase in use of relaxation techniques to cope with pain, but not in use of other coping strategies assessed. On the primary outcome measure, activity interference, the proportion of patients who reported no interference at 12 months was nearly three times higher in the CBT group (35%) than in the control group (13%) (P=0.004). In addition, more CBT than control group patients had clinically meaningful improvement in pain intensity (50%

versus 29% showed P50% decrease, $P=0.01$), masticatory jaw function ($P<0.001$), and depression ($P=0.016$) at 12 months (intent-to-treat analyses). The two groups improved equivalently on a measure of TMD knowledge. A brief CBT intervention improves one-year clinical outcomes of TMD clinic patients and these effects appear to result from specific ingredients of the CBT.

Key words: Cognitive-behavioral therapy; Temporomandibular disorders; Chronic pain; Brief psychotherapy; Randomized controlled trial

Streszczenie: Oceniliśmy krótko- i długoterminową skuteczność krótkiej terapii poznawczo-behawioralnej (TPB) u pacjentów z przewlekłym bólem w przebiegu schorzenia stawu skroniowo-żuchowego (SSSŻ) w badaniu z randomizacją i z grupą kontrolną. Pacjentów z kliniki SSSŻ przypisano losowo do czterech sesji składających się albo z TPB ($n=79$) albo z sesji szkolenia i zwracania uwagi na różne aspekty bólu ($n=79$). Pacjenci wypełniali miary wyniku leczenia (ból, zakłócanie aktywności, funkcjonowanie szczęk i depresja) oraz przebiegu (przekonania na temat bólu, myślenie katastroficzne, radzenie sobie z bólem) przed randomizacją, po 3 miesiącach (po zakończeniu leczenia) oraz po 6 i 12 miesiącach. W porównaniu z grupą kontrolną, osoby z grupy TPB wykazywały znamienne większą poprawę podczas okresu obserwacji w zakresie wszystkich miar wyniku leczenia, przekonań na temat bólu i myślenia katastroficznego (analiza w grupach zgodnych z zaplanowanym leczeniem). W grupie TPB wykazano również zwiększone wykorzystanie technik relaksacyjnych dla radzenia sobie z bólem, ale nie stwierdzono zwiększonego wykorzystania innych ocenianych technik radzenia sobie z bólem. W zakresie głównej miary wyniku leczenia, czyli zakłócania aktywności, odsetek pacjentów, którzy zgłaszali brak zakłócania ich aktywności przez ból po 12 miesiącach był blisko trzy razy większy w grupie TPB (35%) niż w grupie kontrolnej (13%) ($P=0,004$). Ponadto u większej liczby pacjentów w grupie TPB niż w grupie kontrolnej stwierdzano klinicznie znaczącą poprawę w zakresie nasilenia bólu (50% w porównaniu z 29% odczuło zmniejszenie bólu o $\geq 50\%$, $P=0,01$), czynności żucia ($P<0,001$) i depresji ($P=0,016$) po 12 miesiącach (analiza w grupach zgodnych z zaplanowanym leczeniem). W obydwu grupach stwierdzono taką samą poprawę w zakresie wiedzy na temat SSSŻ. Krótka interwencja polegająca na TPB poprawia kliniczny wynik leczenia u pacjentów z SSSŻ oceniany po 12 miesiącach, a efekt ten wydaje się wynikać ze swoistych składowych TPB.

Słowa kluczowe: Terapia poznawczo-behawioralna; Schorzenia stawu skroniowo-żuchowego; Ból przewlekły; Krótka psychoterapia; Badanie z randomizacją i z grupą kontrolną