# **Dijagnostifikovanje anksioznih poremećaja na osnovu stresa**

Nataša Kovačević, SW81/2018

# Motivacija

U današnjem vremenu, sve više i češće se stres i anksiozni poremećaji javljaju kod ljudi svih uzrasta. Skoro 450 miliona ljudi širom svijeta pate od nekog mentalnog poremećaja. Jedna u četiri osobe će razviti neko mentalno oboljenje u toku svog života. Međutim, uprkos tome što se pokušava podići svijest o tome, mentalno zdravlje je i dalje tabu tema i nešto čega se svi stide ili zanemaruju. Stres, anksionzni mentalni poremećaji i mentalni poremećaji generalno utiču na to kako osoba razmišlja, kako se osjeća, kako se ponaša. Uloga ovog sistema je da pomogne dijagnosticirati količinu stresa, da li je već prerastao u anksioznost i u neki od najčešćih anksioznih poremećaja. Ukoliko je nekog sramota posjetiti psihologa ili mu iz nekog razloga psiholog nije dostupan, ovaj sistem može da posluži da da savjete kako da se osoba nosi sa stresom kojim osjeća ili potencijalnim poremećajem i da predloži korake koje pacijent sam može odraditi da sebi pomogne.

# Pregled problema

Sistem će na osnovu promjena u ponašanju klijenta, njegovom emotivnom stanju, fizičkim reakcijama, kao i porodičnoj istoriji i mogućoj zloupotrebi supstanci da odredi da li je ono što klijent osjeća stres ili neki anksiozni poremećaj i ima li predispozicije za njih.

U radu [Mirzapour, A. (2019). A Psychology Expert System to Determine the Level of Stress in Subjects. *European Journal of Medical and Health Science*](https://www.ejmed.org/index.php/ejmed/article/view/26) obrađen je ekspert sistem koji računa količinu stresa. Ono po čemu se razlikuje sistem koji radim od ovog sistema je da ne staje ukoliko je srednji/visok nivo stresa nego pokušava uspostaviti vezu sa anksioznim oboljenjima, kao i anksiozno oboljenje sa depresijom i ne predlaže moguće terapije.

Takođe, na internetu se mogu naći testovi koji određuju nivo stresa ili da li je osoba anksiozna, ali ne određuje i moguće poremećaje (<https://depression.org.nz/is-it-depression-anxiety/self-test/anxiety-test/> - daje savjete kako se nositi sa anksioznošću, <https://www.psycom.net/stress-test>, and so on).

# Metodologija rada

Unutar baze podataka sistem vodi računa o mentalnim poremećajima, oblicima terapija, kao i o podacima korisnika (lični podaci, broj rađenja testa, datumi rađenja testa, nivo stresa, anksiozni poremećaj, depresija...).

Ulaz u sistem bi bile informacije koje se odnose na uopštene simptome stresa i anksioznosti, a zatim i na specifičnija (trebaće da se odgovori na pitanja o osjećaju brige, straha, neterpeljivsot, problemima sa koncentracijom, ubrzanim otkucaji srca, problemima sa probavom, da li postoji neki vanjski uzrok ovih simptoma, da li su osjećanja kratkotrajna, koliko dugo traju, i tako dalje), i lični podaci o osobi (obrzovanje, istorija mentalnih bolesti porodice i osobe, socioekonomski status, (zlo)upotreba supstanci...). Test koji bi se koristio za uopštene simptome stresa će se oslanjati na test „Skala opažanog stresa“ (Percieved Stress Scale). Odgovori na pitanja u ovom testu se boduju sa ocjenama od 0 do 4 (0 – nikad, 1 – skoro nikad, 2 – ponekad, 3- počesto, 4 – veoma često).

Na osnovu svih ovih simptoma, izlazi su nivo stresa (slab, srednji, visok), predispozicija ka anksioznošću, General Anxiety Disorder, Social Anxiety Disorder, Panic Disorder, OCD itd, kao i depresija prouzrokovana ovim poremećajima i prijedlozi najčešćih i preporučenih načina liječenja za sve slučajeve.

# Pravila

### Pravila za rezonovanje nivoa stresa

* P0 –
  + Ukoliko je rezultat između 0 i 30% od ukupnog broja bodova generiše se činjenica S0 - nivo stresa je nizak
  + Ukoliko je rezultat između 30% i 65% od ukupnog broja bodova generiše se činjenica S1 - nivo stresa je umjeren
  + Ukoliko je rezultat >65% od ukupnog broja bodova generiše se činjenica S2 - nivo stresa je visok

### Pravila za rezonovanje anksioznog poremećaja

* P0 – Ukoliko je je rezultat >65% od ukupnog broja bodova generiše se činjenica S2 - nivo stresa je visok
* P2 – Generiše činjenicu C1 (osoba anksiozna) ukoliko važi S2, vremenski period je veći od mjesec dana, učestalost skoro svaki dan
* P3 (Pravilo za 8) – Na osnovu činjenice C1 i specifičnijih simptoma, određuje se koji anksionzni poremećaj bi mogao biti u pitanju
  + Ukoliko se osoba brine o svemu, uzrok brige nije spoljašnji faktor, intruzivne misli, simptomi traju duže od 6 mjeseci generiše se činjenica A0 (Osoba ima GAD)
  + Ukoliko se osoba brine, uzrok brige nije spoljašnji faktor, intruzivne misli, strah od socijalne interakcije, negativne evaluacije od drugih ljudi generiše se činjenica A1 (Osoba ima SAD)
  + Ukoliko se dešavaju učestali, neočekivani napadi panike A2 (Osoba ima PD)
  + ...

### Pravila za rezonovanje depresije urokovane drugim poremećajem

* P0 – Ukoliko je je rezultat >65% od ukupnog broja bodova generiše se činjenica S2 - nivo stresa je visok
* P2 – Generiše činjenicu C1 (osoba anksiozna) ukoliko važi S2, vremenski period je veći od mjesec dana, učestalost skoro svaki dan
* P3 – Na osnovu činjenice C1 i specifičnijih simptoma generiše se činjenica A0 (GAD)
* P4 – Ukoliko važi A0, i da osoba ima slučajeve mentalnih poremećaja u porodici, takođe dodatni uslovi da se osjeća beznadežno i bez interesa bar dvije sedmice, donosi se činjenica D0 (depresija uzrokova anksioznim poremećajem)

### Pravila za rezonovanje predispozicije ka mentalnim oboljenjima

* P0 – Generiše se činjenica S1 ili S2
* P5 – Važe činjenice S1 ili S2, vremenski period > mjesec dana, i potvrdno odgovorena većina pitanja: postoji istorija mentalnih oboljenja u porodici, zloupotreba supstanci, prethodno bolovanje od nekog mentalnog poremećaja, nezaposlen, bez formalnog obrazovanja, generiše se činjenica C2 (osoba ima predispozicije ka oboljenjima)

### Pravila za prijedlog terapije

* P6 (Pravilo za 7) –
  + Ukoliko važi A0 i D0, izlaz je – Depresija prouzrokovana GAD -> Psihoterapija, Anxiety Busting Habits, Congnitive Behavioral Terapy
  + Ukoliko važi S0 – izlaz je – Nizak nivo stresa I rezultat
  + Ukoliko važi činjenica C2, izlaz je: Postoji predispozicija za anksiozne poremećaje, Anti-Anxiety Lifestyle
  + Ukoliko važi činjenica C3 – izlaz je: Primijećena učestalost stresa kroz duži period, Anti-Anxiety Lifestyle
  + ...

### Pravila za rezonovanje učestalosti rađenja testa

* P7 – Ukoliko se primijeti da korisnik radi test bar 5 puta u posljednjih 6 mjeseci, a nije mu dijagnostifikovano ništa osim niskog do umjerenog stresa, kao ni predispozicije za oboljenjima, navedeno vrijeme simptoma je manje od mjesec dana, generiše činjenicu C3 (Osoba je pod konstantnim stresom duži period)

Prioriteti pravila bi se gledali na osnovu broja zadovoljenih simptoma.

# Literatura

Anon., 2011. *Common Mental Health Disorders: Identification and Pathways to Care.* Leicester (UK): National Collaborating Centre for Mental Health (UK).

Health, N. C. C. f. M., 2011. *Common Mental Health Disorders : Identification and Pathways to Care.* Leicester (UK): British Psychological Society.