Can thiệp tâm lý xã hội dựa trên bằng chứng cho MSM và TGW có sử dụng chất

Vũ Thị Tường Vi

Trung tâm Chuyển Giao Công Nghệ Điều Trị Nghiện chất và HIV Miền Nam

Đại Học Y Dược TP. HCM

Mục tiêu

- Định nghĩa can thiệp dựa trên bằng chứng

- Biết được các một số liệu pháp điều trị dựa trên bằng chứng cho MSM và TGWs sử dụng các chất dạng kích thích:
  - Sàng lọc và can thiệp ngắn
  - Phỏng vấn tạo động lực (MI)
  - Mô hình nhận thức hành vi (CBT)
  - Quản lý hành vi tích cực
  - Mô hình Matrix
  - Thiền chánh niệm

Tại sao mọi người dùng chất?

Thèm nhớ

Cô đơn

giảm đau

sex tốt hơn

sex lâu hơn

gia tăng thân mật

Thể hiện khả năng

Áp lực bạn bè

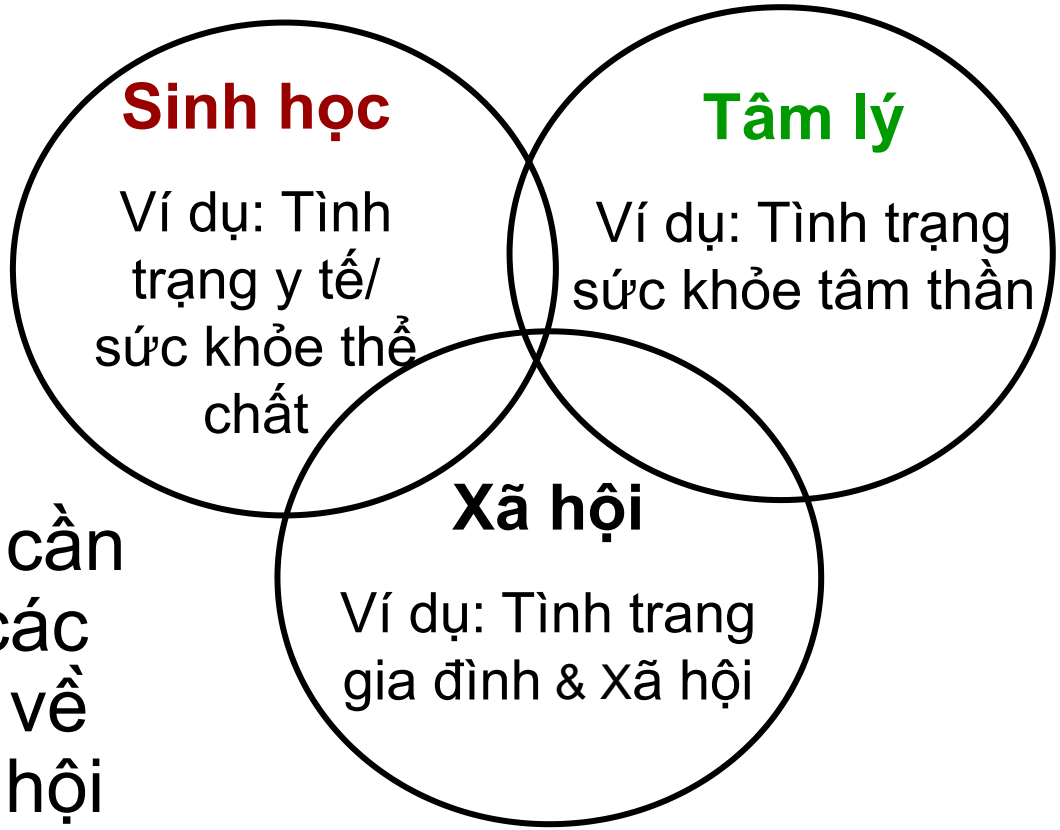
được yêu cầu

"Ma túy không phải là vấn đề, ma túy để giải quyết vấn đề""
-Gabor Maté

xấu hổ về tình dục

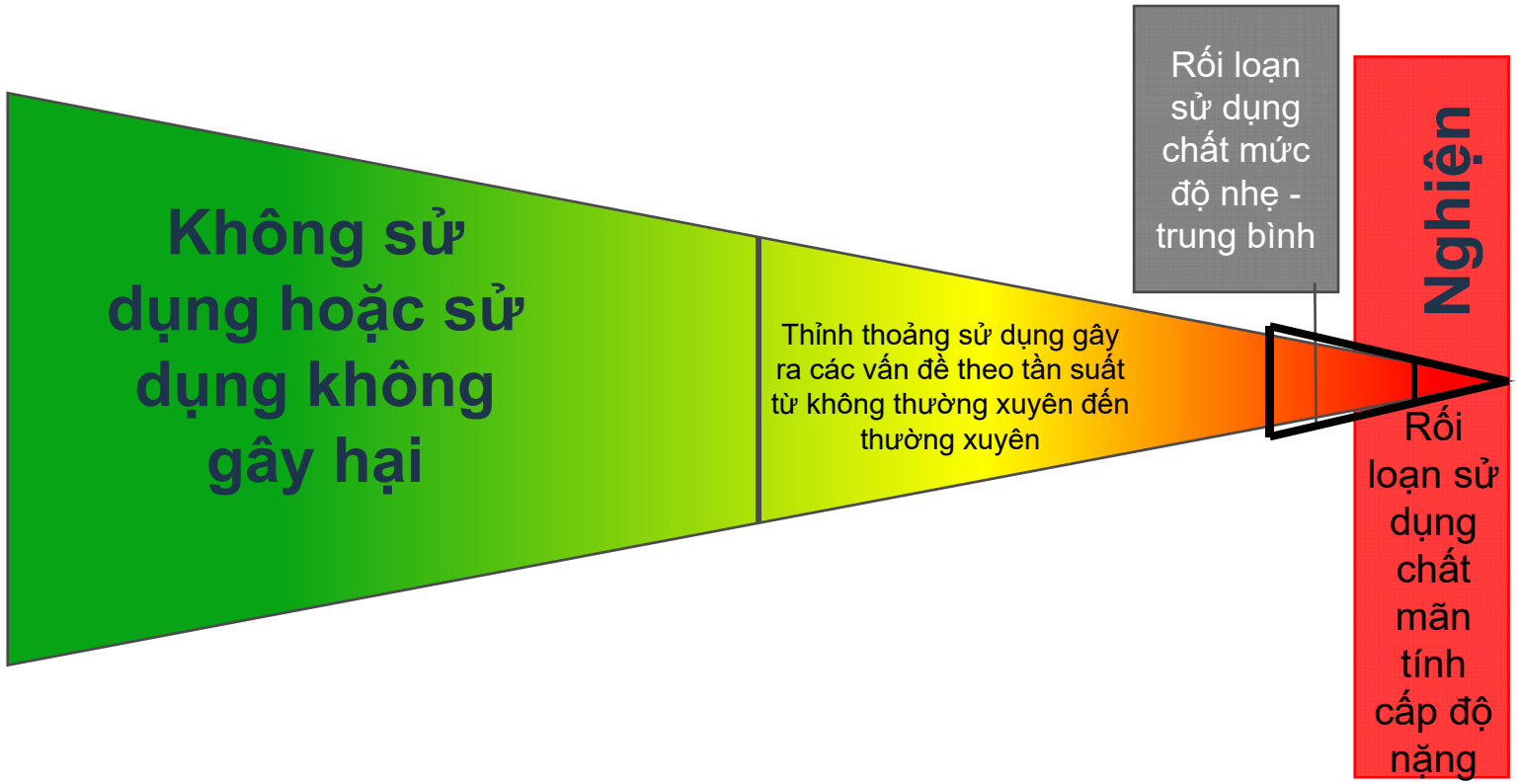
kỳ thị liên quan **HIV/HCV**

Điều trị dựa trên bằng chứng dựa trên Mô hình Sinh học Tâm lý Xã hội



- Can thiệp cần đánh giá các khía cạnh về tâm lý, xã hội và lạm dụng chất của BN

Quang Phổ trong Nghiện Chất: Từ Sử Dụng đến Rối loạn Sử Dụng



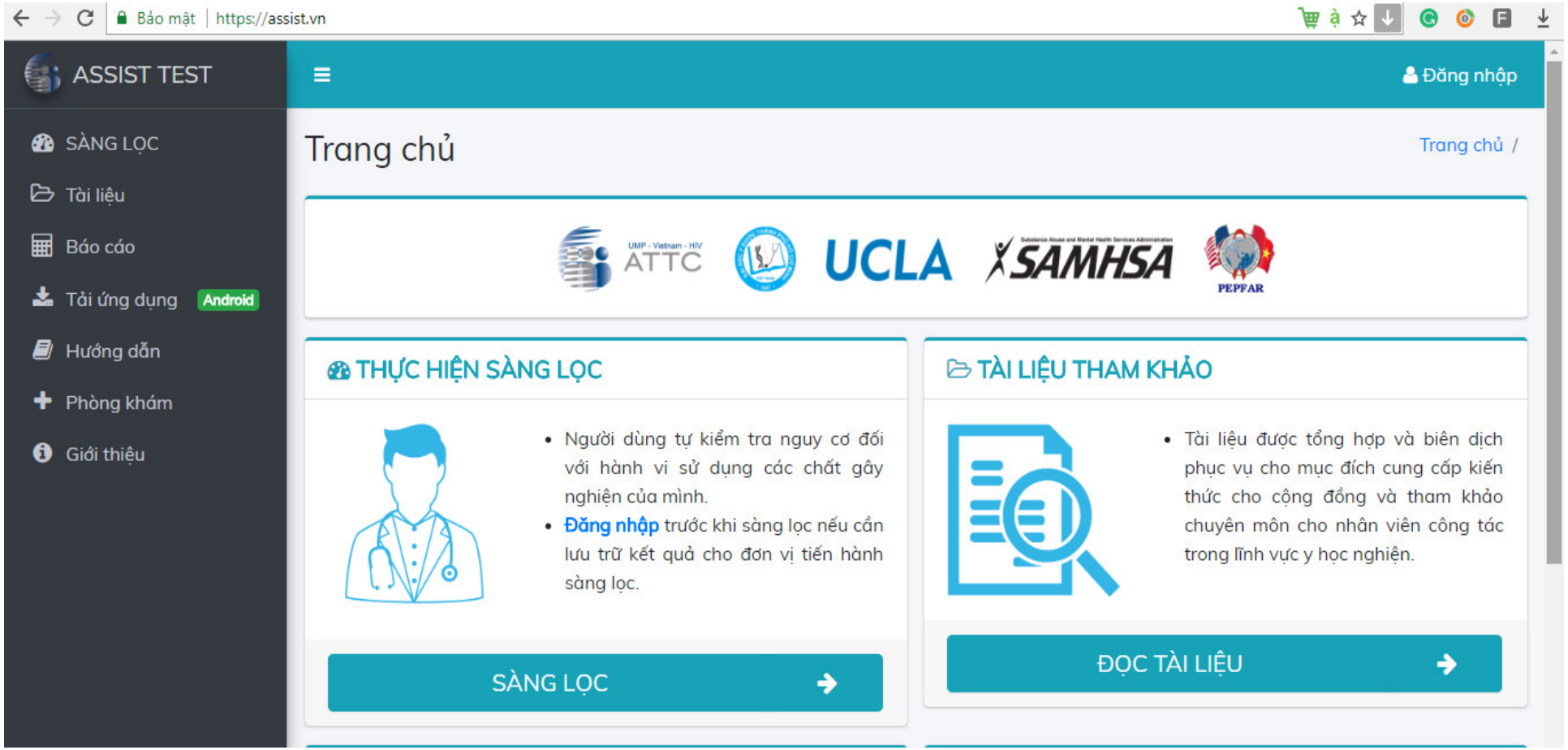
Các can thiệp dựa trên bằng chứng

- **Đa phần việc sử dụng Ma túy dạng kích thích là để "giải trí" và không cần điều trị.**
- Sàng lọc và can thiệp ngắn
- Liệu pháp nhận thức hành vi (CBT)
- Phỏng vấn tạo động lực (MI)
- Củng cố hành vi tích cực
- Mô hình matrix
- Chương trình 12 bước
- Thiền chánh niệm

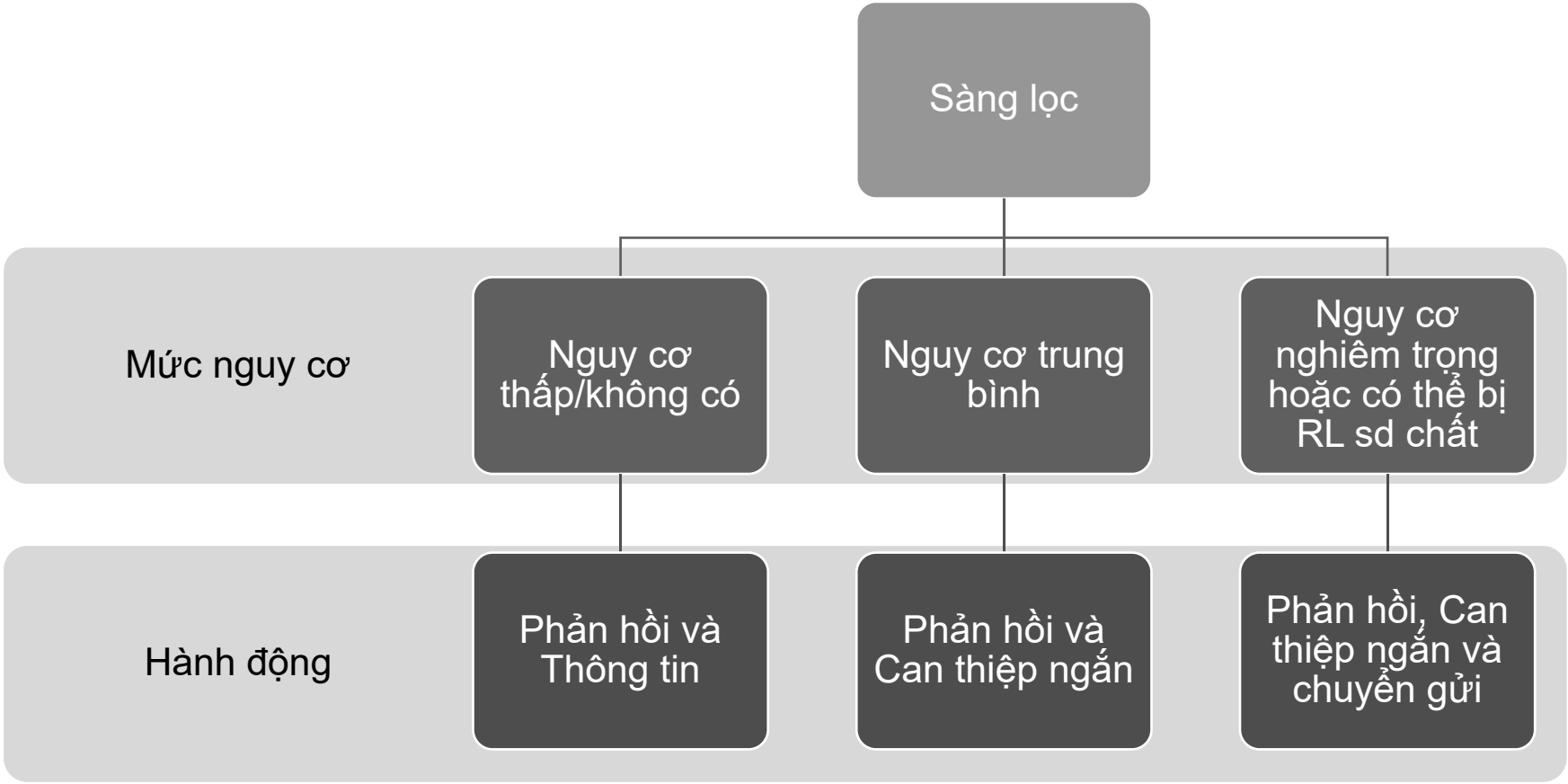
Sàng lọc và can thiệp ngắn

Sàng lọc và can thiệp ngắn

- https://assist.vn
- Chemsex: https://cs.assist.vn
- Phim: https://assist.vn/hdsd.php



Kết quả sàng lọc



Thảo luận

- Phim: https://assist.vn/hdsd.php
- Xem phim và trả lời các câu hỏi sau:
  - Thời gian can thiệp ngắn là bao lâu
  - Người tư vấn viên là làm các bước nào?
  - Kết quả tư vấn như thế nào?
  - Theo các anh chị, điều gì khiến đạt được kết quả đó?

CAN THIỆP NGẮN GIẢM SỬ DỤNG CHẤT

- **Mục đích**: giúp khách hàng nhận biết nguy cơ của mình và sử dụng các biện pháp giảm hại/hoặc hướng tới việc giảm sử dụng chất
- **Các bước thực hiện**:
  1. Thảo luận với khách hàng về kết quả sàng lọc
  2. Đưa ra phản hồi: chia sẻ mức độ nguy cơ theo từng mức độ
  3. Tăng cường động lực: lợi hại của việc sử dụng chất; xác định mức độ thay đổi của khách hàng
  4. Thương thuyết kế hoạch giảm hại/ giảm sử dụng chất
  5. Cung cấp thông tin cho khách hàng

1. Thảo luận về kết quả sàng lọc

Anh muốn chia sẻ với em về kết quả sàng lọc sử dụng chất, sẽ có 3 mức nguy cơ: thấp, trung bình và cao. Và đây là kết quả của em: 15 điểm với đá, 25 điểm với poppers. Cả 2 chất này đều ở nguy cơ trung bình.

Em suy nghĩ như thế nào về kết quả này?

2. Phản hồi

KH: Nguy cơ trung bình hả anh? Cái này lâu lâu em mới chơi, chủ yếu là quan hệ cho thấy thoải mái không nghĩ ngợi gì hết.

NV: Em sử dụng đá và popper cho mục đích quan hệ cảm thấy thoải mái và không phải lo nghĩ gì.

3. Tăng cường động lực

Vậy giờ em thử kể cho anh nghe những điểm tốt mà em có được khi sử dụng đá hay poppers là gì?

Vậy thử nhớ lại những điểm không tốt mà từng trải qua khi sử dụng đá hay poppers là gì?

Đây là những + và – của việc sử dụng đá và poppers. Em suy nghĩ như thế về những điều này?

3. Tăng cường động lực

KH: Em cũng không biết sao nữa, cứ mỗi lúc tỉnh táo lại thấy sợ sợ và không muốn kéo dài chuyện này nữa, nhưng nói thiệt là có gì đó thôi thúc và hễ có người chịu quan hệ là không còn nghĩ gì nữa hết.

NV: Anh cảm nhận được em chia sẻ rất thật lòng. Giờ em đang trong trạng thái vừa lo lắng về chuyện sử dụng khi tỉnh táo vừa thôi thúc sử dụng để đạt khoái cảm khi có nhu cầu tình dục.

3. Tăng cường động lực

KH: Dạ, rất là rối và khó lắm luôn á anh. Mà có khi mình cũng cố không sử dụng nhưng vì khi quan hệ bạn em cứ muốn cùng chơi, sao mà từ chối được.

NV: uhm, em thấy khó khăn để từ chối và em cũng đã từng cố gắng để không sử dụng. Anh nghĩ đây là những điểm nỗ lực của em. Khá tốt để cùng bàn về cách nào đối phó với tình trạng này. Em nghĩ sao?

3. Tăng cường động lực

KH: Dạ, anh tư vấn cho em đi.

NV: Ok. Anh nghĩ chuyện đạt cực khoái khi quan hệ tình dục là mong muốn của em, và chơi đá hay poppers là cách giúp em đạt cực khoái. Vậy cái anh muốn trao đổi với em về cách làm sao vẫn đạt được khoái cảm nhưng an toàn hơn khi sử dụng chất. Em dành 1 – 2 phút để bàn về việc sử dụng chất cách àn toàn nhe?

4. Thương thuyết về kế hoạch

NV: Theo em 1 điều thôi em có thể làm để chơi đá hay poppers an toàn hơn cho sức khoẻ cũng như phòng vệ các bệnh lây truyền qua đường tình dục như HIV, viêm gan B, C,... là gì?

NV: Tốt quá, đã có một hành động cụ thể rồi. Giờ em nghĩ xem mình sẽ thực hiện nó như thế nào trong tình huống sắp quan hệ tình dục?

5. Cung cấp thông tin

NV: Anh thấy những gì em chia sẻ là em đã có hướng muốn bảo vệ bản thân và sức khoẻ nhiều hơn. Anh nghĩ ưu một là sử dụng đá và poppers một cách an toàn.
Tuy nhiên điều này cũng không dễ dàng gì. Và anh gửi em một vài tài liệu liên quan đến đá, popeers có cả chemsex, em tham khảo nhe.
Và văn phòng Nhóm G3VN/... luôn là nơi em có thể đến tìm hiểu về vấn đề này nhé.

Can thiệp ngắn: Mẫu tờ rơi cung cấp cho bệnh nhân

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT
VỀ CHẤT GÂY NGHIỆN TỔNG HỢP

http://svhattc.org

CẦN SA

Tiếng lóng: Cỏ, Bồ Đà, Tài mà, Pin

Cần sa là hỗn hợp lá và hoa của cây Cần sa (Cannabis sativa) cắt nhỏ, phơi khô và có màu xanh, xám hoặc nâ

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT
VỀ CHẤT GÂY NGHIỆN TỔNG HỢP

http://svhattc.org

CẦN SA TỔNG HỢP (CỎ MỸ)

TÊN THƯƠNG MẠI: SPICE, K2, GENIE, FIRE...

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT
VỀ CHẤT GÂY NGHIỆN TỔNG HỢP

http://svhattc.org

KETAMINE

Ketamine là gì?

Từ 1962, ketamine đã được dùng trong y khoa (trên người và động vật) với vai trò là một thuốc gây mê phân ly (dissociative anesthetic) có tác động nhanh và ngắn. Ketamine có khả năng làm biến dạng nhận thức về thời gian và không gian, làm cho người sử dụng mất kiểm soát và cảm thấy bị mất kết nối với môi trường xung quanh. Bên cạnh đó, ketamine

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT
VỀ CHẤT GÂY NGHIỆN TỔNG HỢP

http://svhattc.org

HEROIN

Tiếng lóng: hàng trắng, bạch phiến

©Istockphoto.com

Heroin nguyên chất là một chất bột màu trắng hoặc kem nguyên chất có màu nâu, còn gọi là "cơm đen" với trường hợp có lẫn tạp chất. Heroin có thể được hòa tan với nước để chích. Ngoài ra, người ta còn sử dụng bằng đường hút hoặc hít bằng mũi.

Heroin tạo cảm giác phê sướng ngay sau khi sử dụng. Tuy nhiên, một số trường hợp có thể bị nôn ói và ngứa sau khi dùng. Trong vài giờ đầu sau khi dùng, người sử dụng sẽ buồn ngủ, nhịp tim và hô hấp giảm. Khi lượng heroin trong cơ thể giảm đi thì người sử dụng có mong muốn mãnh liệt tiếp tục sử dụng lại heroin.

Một số tên gọi khác của Heroin:

- Cô ba
- Nàng tiên nâu
- Hàng
- Hàng trắng
- Bạch phiến
- Xì ke
- Ken
- Đồ hang

Dấu hiệu của việc sử dụng và nghiện Heroin

Heroin tạo cảm giác phê sướng và hạnh phúc. Bên cạnh đó, nó cũng làm người sử dụng có cảm giác như cả thế giới đang chậm lại. Người sử dụng heroin sẽ suy nghĩ cũng như vận động chậm dần đi.

Heroin làm cho người sử dụng buồn ngủ, mơ màng.

Heroin làm đồng tử (con ngươi - vòng tròn màu đen chính giữa mắt) co nhỏ lại.

Người sử dụng dạng chích sẽ có những tổn thương hay có vết hằn trên da ở những vị trí chích.

Heroin rất dễ gây nghiện vì nó thường được sử dụng ở dạng tiêm chích hoặc hút. Những đường này giúp heroin lan vào máu và lên não rất nhanh. Người nghiện phải dùng một lượng heroin lớn hơn để đạt được khoái cảm như ban đầu.

Những người cố gắng từ bỏ Heroin có thể gặp các triệu chứng sau:

- Đau cơ và xương
- Ớn lạnh
- Nôn ói
- Mất ngủ
- Lo lắng, bồn chồn
- Thèm nhớ và mong muốn sử dụng heroin mãnh liệt

Trung Tâm Chuyển Giao Công Nghệ Điều Trị Nghiện Chất Và HIV Miền Nam (South VHATTC)
Đại Học Y Dược TP. Hồ Chí Minh, 217 Hồng Bàng, Quận 5, TP. HCM
Điện thoại: (+84) 28-3952-6005
E-mail: svhattc@gmail.com

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT
VỀ CHẤT GÂY NGHIỆN TỔNG HỢP

http://svhattc.org

METHAMPHETAMINE

Meth, Hàng đá, Ma tuý đá

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT
VỀ CHẤT GÂY NGHIỆN TỔNG HỢP

http://svhattc.org

LẠM DỤNG NHỮNG THUỐC KHÁC

LSD (Acid) là những thuốc dạng viên hoặc mảnh giấy nhỏ (tem giấy, bùa lưỡi) đã được tẩm dung dịch LSD. Chất này làm người sử dụng nhìn thấy, nghe thấy và cảm nhận thấy những điều không có thật. Họ có thể thấy những màu sắc rất tươi sáng, những bức tranh rất đẹp hoặc ngược lại, thấy những thứ rất đáng sợ. Ngoài ra, LSD còn có thể làm tăng nhịp tim, rối loạn giấc ngủ, hoảng loạn, vã mồ hôi và hoang tưởng.

LSD pills
DEA/http://go.usa.gov/x8XBt

PCP (Bụi thiên thần) là loại thuốc dạng viên hoặc dạng bột mà người sử dụng có thể ăn, hút hoặc hít bằng mũi. Nó khiến con người cảm thấy xa cách với thế giới xung quanh họ. PCP thường làm người sử dụng tức giận và trở nên hung bạo, không khiến họ thấy vui vẻ hay mơ màng.

"Thuốc hộp đêm" (Club Drugs). Một số thuốc được gọi là "Thuốc hộp đêm" là do chúng thịnh hoàng được sử dụng tại các câu lạc bộ đêm hoặc các buổi tiệc.

Ketamine
commons.wikimedia.org/CCO

GHB là một chất ở dạng lỏng hoặc dạng bột mà có thể làm người sử dụng mê đi hay có thể hiểu là "say không biết trời đất là gì". Nó được gọi là "thuốc mê kích dục" (date rape drug). Một ai đó có thể lén bỏ loại thuốc này vào thức uống của bạn và điều này đồng nghĩa với việc bạn sẽ không thể kháng cự hoặc tự vệ khi người đó muốn quan hệ tình dục với bạn mà bạn không đồng ý. Rohypnol® (Roofies) là một ví dụ của "thuốc mê kích dục".

Ketamin (K, Ke) khiến người sử dụng cảm thấy xa cách với những gì đang diễn ra xung quanh họ và họ có thể rất sợ hãi và không thoải mái. Ketamin thường được dùng bằng đường uống, hít vào mũi hoặc tiêm chích.

NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT
VỀ CHẤT GÂY NGHIỆN TỔNG HỢP

http://svhattc.org

THUỐC LẮC

MDMA, Ecstasy, Molly

Thuốc lắc là loại thuốc mà người ta thường sử dụng ở các bữa tiệc và câu lạc bộ. Nó tác động đến tâm trạng và cảm giác của con người về môi trường xung quanh. Đa số những người dùng thuốc lắc ở dạng viên nang hoặc viên nén, nhưng cũng có một số người dùng dạng lỏng. Ngoài ra, cũng có người hít bột. Đôi khi, người ta dùng thuốc lắc chung với các chất khác như rượu hoặc cần sa.

commons.wikimedia.org/CCO

Một số tên khác của thuốc lắc như:

- MDMA
- Ecstasy
- Molly (từ lóng dùng để chỉ "phân tử", một dạng bột được cho là tinh khiết)
- "Kẹo"
- Ma túy tình yêu

Dấu hiệu của việc sử dụng và nghiện thuốc lắc

Thuốc lắc có thể làm cho người ta cảm thấy rất thân thiện và tình cảm, nhưng nó cũng có những ảnh hưởng xấu nhất định. Bạn có thể trở nên cáu kỉnh hoặc khó ngủ. Thuốc lắc có thể gây chóng mặt, co thắt cơ hoặc nghiến răng không kiểm soát. Nó cũng làm tăng thân nhiệt, nhịp tim và huyết áp. Điều này có thể gây nguy hiểm khi ở trong đám đông hoặc trên sàn nhảy vì vốn đĩ những nơi này đã rất nóng. Một khi các tác dụng đó mất đi, bạn sẽ cảm thấy buồn hoặc lo lắng trong nhiều ngày.

Việc sử dụng thuốc lắc mức độ nặng có thể gây ra các vấn đề lâu dài. Bạn có thể cảm thấy lú lẫn, chán nản hoặc trí nhớ bị giảm sút.

Những người cố gắng từ bỏ thuốc lắc có thể gặp những triệu chứng sau:

- Cảm thấy rất mệt mỏi
- Mất vị giác
- Cảm thấy buồn bã, u uất
- Khó tập trung

Trung Tâm Chuyển Giao Công Nghệ Điều Trị Nghiện Chất Và HIV Miền Nam (South VHATTC)
Đại Học Y Dược TP. Hồ Chí Minh, 217 Hồng Bàng, Quận 5, TP. HCM
Điện thoại: (+84) 28-3952-6005
E-mail: svhattc@gmail.com

Phỏng vấn tạo động lực

Phỏng vấn tạo động lực

- Phỏng vấn tạo động lực là một cách **trao đổi tự nhiên và hữu hiệu** giữa tham vấn viên và khách hàng/ thân chủ/ bệnh nhân về vấn đề khách hàng/ thân chủ muốn thay đổi. PVTĐL tập trung hỗ trợ khách hàng/ thân chủ **tăng cường động lực và cam kết thay đổi.**

- *William R. Miller & Stephen Rollnick, 2013*

SẮM VAI

Ảnh: internet

MỤC TIÊU:
Trải nghiệm sự khác biệt giữa một vấn đàm thông thường và một vấn đàm theo PVTĐL

CHIA NHÓM SẮM VAI BÀI TẬP 1

- Tình huống: **lưỡng lự muốn thay đổi việc gì/hành vi nào đó**
- Yêu cầu tham vấn viên:
  - *Khuyên bạn thay đổi hành vi đó*
  - *Giải thích những lợi ích của việc thay đổi*
  - *Liệt kê các hành động bạn cần thực hiện để thay đổi*
  - *Yêu cầu bạn cam kết thực hiện những hành động mình đã hướng dẫn*

Chia sẻ cảm giác của bệnh nhân trong bài tập này?

SẮM VAI BÀI TẬP 2

- Tình huống: *Giữ nguyên tình huống ở bài tập 1*
- Yêu cầu tham vấn viên:

Không cho lời khuyên, nhưng đặt 05 câu hỏi mở bên dưới và lắng nghe một cách tôn trọng.

1. *"Điều gì khiến bạn muốn thay đổi hành vi này?"*
2. *"Thực hiện thay đổi này quan trọng thế nào, vì sao?"*
3. *"Ba lý do chính bạn cảm thấy cần thay đổi?"*
4. *"Làm thế nào để đạt được điều bạn muốn thay đổi?"*

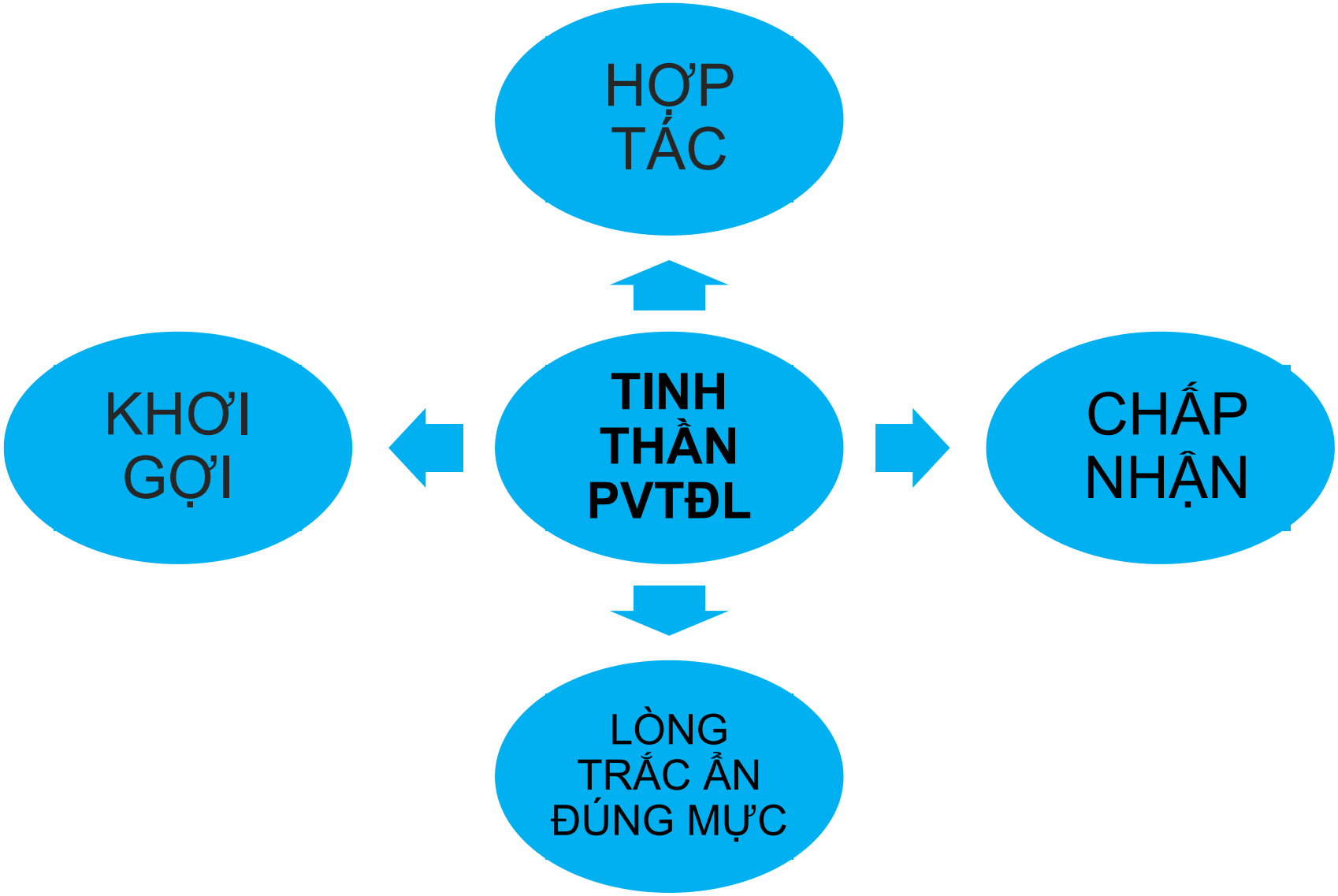
Tóm tắt lại, và hỏi câu tiếp theo:

5. *"Vậy bạn nghĩ bạn sẽ bắt đầu như thế nào, hành động cụ thể là gì?"*

Tiếp tục lắng nghe và tôn trọng ý kiến của BN

Cảm giác của bệnh nhân trong bài tập này?

Tinh thần phỏng vấn tạo động lực



QUY TRÌNH PVTĐL

5 kỹ năng cốt lõi: Câu hỏi mở, Phản hồi, Khẳng định, Tóm tắt và Cung cấp thông tin

GĐ lập kế hoạch: phát triển tính cam kết và xây dựng một kế hoạch cụ thể để thay đổi hành vi

GĐ khơi gợi: gợi lên động lực thay đổi hành vi

GĐ tập trung: phát triển và duy trì tham vấn hướng về thay đổi

GĐ tiếp cận: Thiết lập mối quan hệ để làm việc một cách có hiệu quả

Liệu pháp nhận thức hành vi (CBT)

Liệu pháp nhận thức – hành vi (CBT)

- Liệu pháp nhận thức - hành vi (CBT) là một cách tiếp cận có cấu trúc trong tư vấn, cho rằng các hành vi được học và củng cố là kết quả của các cấu trúc nhận thức và thiếu hụt trong chiến lược đối phó

Đặc điểm của CBT:

- ✓ Tiếp cận tư vấn có cấu trúc
- ✓ Chuyên sâu
- ✓ Cần nhiều thời gian
- ✓ Cần được thực hiện bởi chuyên gia- chuyên viên
- ✓ Trị liệu cá nhân
- ✓ Cho rằng hành vi được học và củng cố là kết quả của quá trình cấu trúc nhận thức và thiếu hụt chiến lược đối phó
- ✓ Mục đích: để khách hàng “không học theo” những hành vi nguy cơ (vd như các hành tình dục nguy cơ hoặc sử dụng ma túy)
- ✓ Kết quả được duy trì trong một khoảng thời gian

Nhật ký thèm nhớ

Ngày/giờ	Tình huống (bao gồm cả suy nghĩ, cảm xúc)	Cường độ thèm nhớ (từ 1-10)	Thời gian thèm nhớ	Các hành vi để đối phó với cơn thèm nhớ
Thứ sáu 16h	Mâu thuẫn với ông chủ	7	20 phút	Gọi về nhà
Thứ 4 19h	Cãi nhau với bạn tình →Thất vọng, tức giận	8	10 phút	Gọi cho bạn, uống cà phê
Thứ 6 19h	Trước khi quan hệ tình dục → lo lắng	8	25 phút	Chơi 1 chút
Thứ năm 9h	Chán, trống rỗng	7	15 phút	Và sẽ ngủ sớm
Thứ bảy 21h	Sau khi quan hệ tình dục	8	45 phút	Chơi điện tử thế vào

Can thiệp tâm lý xã hội và điều trị lệ thuộc ma túy dựa trên bằng chứng

Thiền định

Thiền định có thể được định nghĩa là khả năng tập trung chú ý với thái độ mở, không phán xét, trải nghiệm toàn bộ những trạng thái bên trong và bên ngoài trong mỗi khoảnh khắc trôi qua

THIỀN ĐỊNH:			
Khả năng tập trung tuyệt đối vào khoảng khắc trải nghiệm hiện tại	Tập trung vào cả hiện trạng bên trong và bên ngoài	Thái độ mở, không phán xét	Kết quả tích cực trong giảm sử dụng ma túy, các hành vi nguy cơ và dự phòng tái nghiện

Mô hình Matrix

Mô hình Matrix

- Là tiếp cận về mặt tâm lý - xã hội, thực hành, 16 tuần, không tại nhà riêng
- **Lồng ghép:**
  - Tư vấn cá nhân
  - Liệu pháp thay đổi nhận thức hành vi
  - Phỏng vấn tạo động lực
  - Giáo dục nhóm – gia đình
  - Thử nước tiểu
  - Tham gia vào chương trình 12 bước

Nội dung sinh hoạt nhóm

Tuần	Chủ đề sinh hoạt nhóm	Nội dung cụ thể	Hình thức
Trước can thiệp	Giới thiệu về mô hình can thiệp cho bệnh nhân	- Giới thiệu về mô hình can thiệp cho bệnh nhân cho tất cả bệnh nhân có nguy cơ - Nếu bệnh nhân đồng ý sẽ ký thỏa thuận đưa vào can thiệp	Trình bày
Tuần 1	Định hướng	- Tư vấn định hướng (làm việc với cả gia đình và bệnh nhân - Cung cấp thông tin chương trình điều trị	Tư vấn hỗn hợp cho bệnh nhân và gia đình
Tuần 2	Lịch trình hoạt động trong ngày	- Hiểu được lịch trình hoạt động của bệnh nhân và việc sử dụng dụng ma túy đóng vai trò như thế nào trong lịch trình của bệnh nhân - Bệnh nhân học cách quản lý thời gian hiệu quả	Tư vấn nhóm
Tuần 3	Bức tường đối thoại	- Hiểu được bối cảnh bệnh nhân sử dụng ma túy đá - Lợi ích và tác hại của ma túy đá theo suy nghĩ của bệnh nhân - Bệnh nhân suy nghĩ cách thức kiến tạo những “giá trị tốt đẹp của cuộc sống” mà không cần ma túy đá	Tư vấn nhóm

Nội dung sinh hoạt nhóm

Tuần	Chủ đề sinh hoạt nhóm	Nội dung cụ thể	Hình thức
Tuần 4	Nghiện và não bộ và các giai đoạn của sự phục hồi	Bệnh nhân hiểu được nghiện là một bệnh của não bộ. Bệnh nhân hiểu được 05 giai đoạn trong tiến trình phục hồi: Hội chứng cai, trăng mật, bức tường, điều chỉnh và ổn định.	Thuyết trình, hỏi đáp
Tuần 5	Xác định những cám dỗ bên ngoài	Khách hàng học được cách xác định những tình huống cám dỗ bên ngoài và hiểu rằng việc lập sơ đồ về những tình huống cám dỗ bên ngoài có thể giúp họ dự phòng tái nghiện.	Tư vấn nhóm
Tuần 6	Xác định những cám dỗ bên trong	Khách hàng học được cách xác định những tình huống cám dỗ bên trong và hiểu rằng việc lập sơ đồ về những tình huống cám dỗ bên trong có thể giúp họ dự phòng tái nghiện.	Tư vấn nhóm
Tuần 7	Yếu tố gợi nhớ – ý nghĩ– thèm muốn – sử dụng	- Bệnh nhân hiểu được mối liên quan giữa các yếu tố gợi nhớ, suy nghĩ, thèm nhớ và sử dụng lại như thế nào - Một số chiến lược đối phó yếu tố nguy cơ	Tư vấn nhóm

Nội dung sinh hoạt nhóm

Tuần	Chủ đề sinh hoạt nhóm	Nội dung cụ thể	Hình thức
Tuần 9	Meth não bộ và hành vi	Bệnh nhân hiểu được và thảo luận về meth ảnh hưởng đến não bộ như thế nào và hành vi	Xem phim "Ma túy đá, não bộ và hành vi"
Tuần 10	Kỹ năng đối phó với cơn thèm nhớ ma túy	- Bệnh nhân hiểu được cơn thèm nhớ là gì? - Thảo luận về các chiến lược đối phó	Tư vấn nhóm
Tuần 12	Cơ chế sinh hóa trong quá trình phục hồi	Khách hàng hiểu được rằng cơ thể họ sẽ tự phải điều chỉnh dần cho phù hợp với quá trình phục hồi khi họ vượt qua từng giai đoạn của quá trình phục hồi. Khách hàng xác định được các cách để vượt qua những thách thức về thể chất xảy ra trong quá trình phục hồi.	Tư vấn nhóm cho bệnh nhân và gia đình

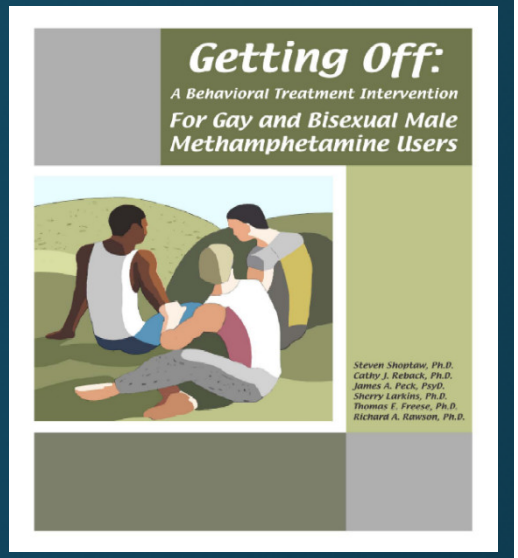
Nội dung sinh hoạt nhóm

Tuần	Chủ đề sinh hoạt nhóm	Nội dung cụ thể	Hình thức
Tuần 13	Chất gây nghiện khác và rượu: Liệu chúng có liên quan không?	- Giúp khách hàng chia sẻ việc sử dụng các chất gây nghiện khác và rượu ảnh hưởng như thế nào trong cuộc sống của họ - Việc sử dụng này gây khó khăn gì cho việc ngừng sử dụng ma túy đá	Tư vấn nhóm
Tuần 14	Sự buồn chán	- Giúp khách hàng hiểu rằng sự buồn chán trong quá trình phục hồi là điều tất yếu sẽ xảy ra, nó cũng sẽ giảm dần theo thời gian. - Bệnh nhân thảo luận về những hoạt động để giúp giảm buồn chán.	Tư vấn nhóm
Tuần 15	Chất gây nghiện khác và rượu: Liệu chúng có liên quan không?	- Giúp bệnh nhân chia sẻ việc sử dụng các chất gây nghiện khác và rượu ảnh hưởng như thế nào trong cuộc sống của họ. - Việc sử dụng này gây khó khăn gì cho việc ngừng sử dụng ma túy đá	Tư vấn nhóm

Nội dung sinh hoạt nhóm

Tuần	Chủ đề sinh hoạt nhóm	Nội dung cụ thể	Hình thức
Tuần 16	Kiến tạo một không gian an toàn	- Bệnh nhân sẽ học về kỹ năng phòng tránh chiều hướng tái nghiện và thảo luận về những việc có thể hỗ trợ cho việc phục hồi.	Tư vấn nhóm
Tuần 17	Chúng ta đang ở đâu và chúng ta đang đi đến đâu	- Giúp cho bệnh nhìn nhận tiến trình phục hồi	Tư vấn nhóm
Tuần 18	Đề ra mục tiêu	- Giúp cho bệnh nhân tìm đề ra mục tiêu trong trong cuộc sống (mục tiêu ngắn hạn và dài hạn)	Tư vấn nhóm
Tuần 19	Giải quyết vấn đề	- Giúp cho bệnh nhân nhân giúp cách giải quyết các vấn đề trong cuộc sống	Tư vấn nhóm
Tuần 20	Luôn bận rộn	- Khách hàng hiểu được rằng thời gian rảnh rỗi cũng có thể là một yếu tố cám dỗ và thảo luận về cách lên lịch sinh hoạt hàng ngày cho các hoạt động của mình để dự phòng tái nghiện.	Tư vấn nhóm

Getting Off: Can thiệp hành vi với MSM và song tính sử dụng methamphetamine



Quản lý hành vi tích cực (CM):

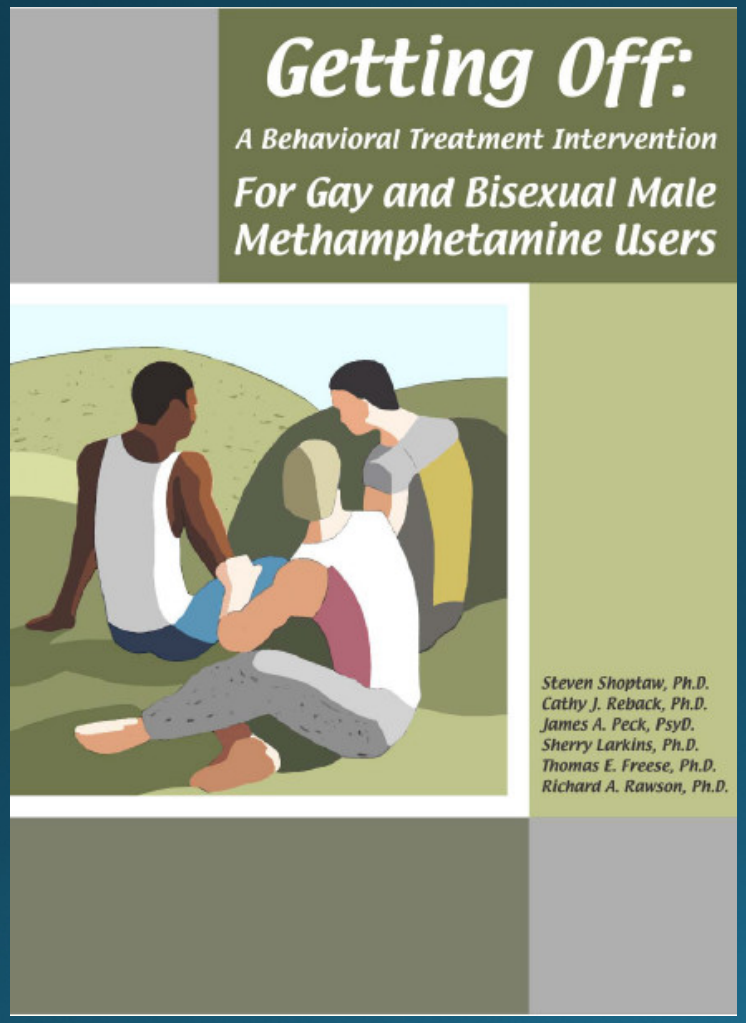
Thưởng khi nước tiểu âm tính với chất

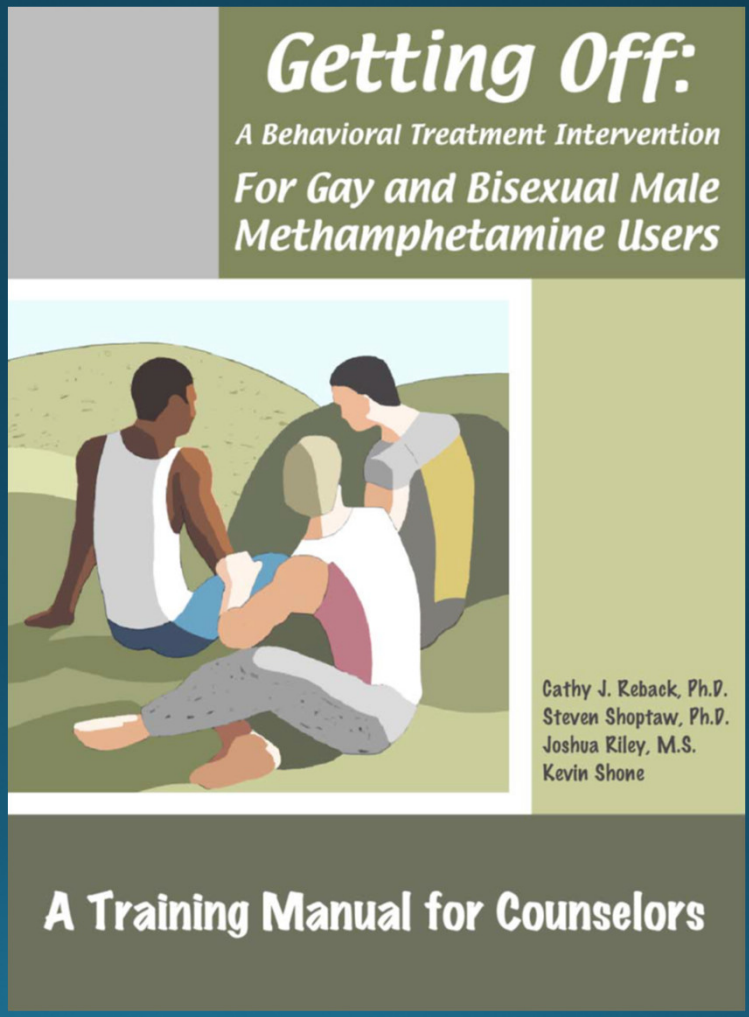
Liệu pháp nhận thức hành vi cụ thể cho MSM Gay-specific Cognitive Behavioral Therapy (GCBT):

Chiến lược nhận thức hành vi dự phòng tái nghiện và can thiệp giảm nguy cơ HIV

SOURCE: Reback et al., 2014.

Thông tin cập nhật





www.friendscommunitycenter.org

Liệu pháp nhận thức hành vi cụ thể cho MSM

Tập trung cụ thể vào :

- Văn hóa LGBTs (bars/clubs, bối cảnh xã hội và bối cảnh tình dục)
- Bản dạng giới của MSM (kỳ thị, tự ti, xấu hổ mặc cảm)
- Tình dục (ma túy và tình dục; phản xạ có điều kiện trong sử dụng chất)
- HIV
- Tái xây dựng cuộc sống và tình dục không cần ma túy

SOURCE: Reback et al., 2014.

Liệu pháp nhận thức hành vi cụ thể cho MSM

	Standard CBT	GCBT
Yếu tố gợi nhớ	Sự kiện thể thao Lãnh lương Phim. Có tiền	Sự kiện Khách sạn, nhà nghỉ Halloween
Biện hộ cho sự tài nghiện	*"tôi vừa bị tai nạn, nên tôi chơi lại"*	*"Bạn thân của tôi mới vừa qua đời do HIV, tôi chỉ muốn quên đi"*

Specific Topics:

Coming Out All Over Again: Reconstructing Your Gay Identity

- ⇨ Là 1 người Gay và làm 1 người Gay
- ⇨ Preventing Relapse to High-Risk Sex
- ⇨ Dự phòng tái nghiện liên quan đến các hành vi tình dục có nguy cơ
- ⇨ Sống chung với HIV
- ⇨ Một số chủ đề với "Dì Tina"

Củng Cố Hành Vi Tích Cực

Contingency Management

Incentives for Sobriety

STEPHEN T. HIGGINS, PH.D., AND NANCY M. PETRY, PH.D.

Contingency management (CM), the systematic reinforcement of desired behaviors and the withholding of reinforcement or punishment of undesired behaviors, is an effective strategy in the treatment of alcohol and other drug (AOD) use disorders. Animal research provides the conceptual basis for using CM in AOD abuse treatment, and human studies have demonstrated the effectiveness of CM interventions in reducing AOD use; improving treatment attendance;

Định nghĩa

Các tác nhân kích thích

Có 2 loại được sử dụng để định hình và thay đổi hành vi ngay những giai đoạn đầu tiên của bệnh nhân:

Khuyến khích

Dùng để gia tăng một hành vi nào đó

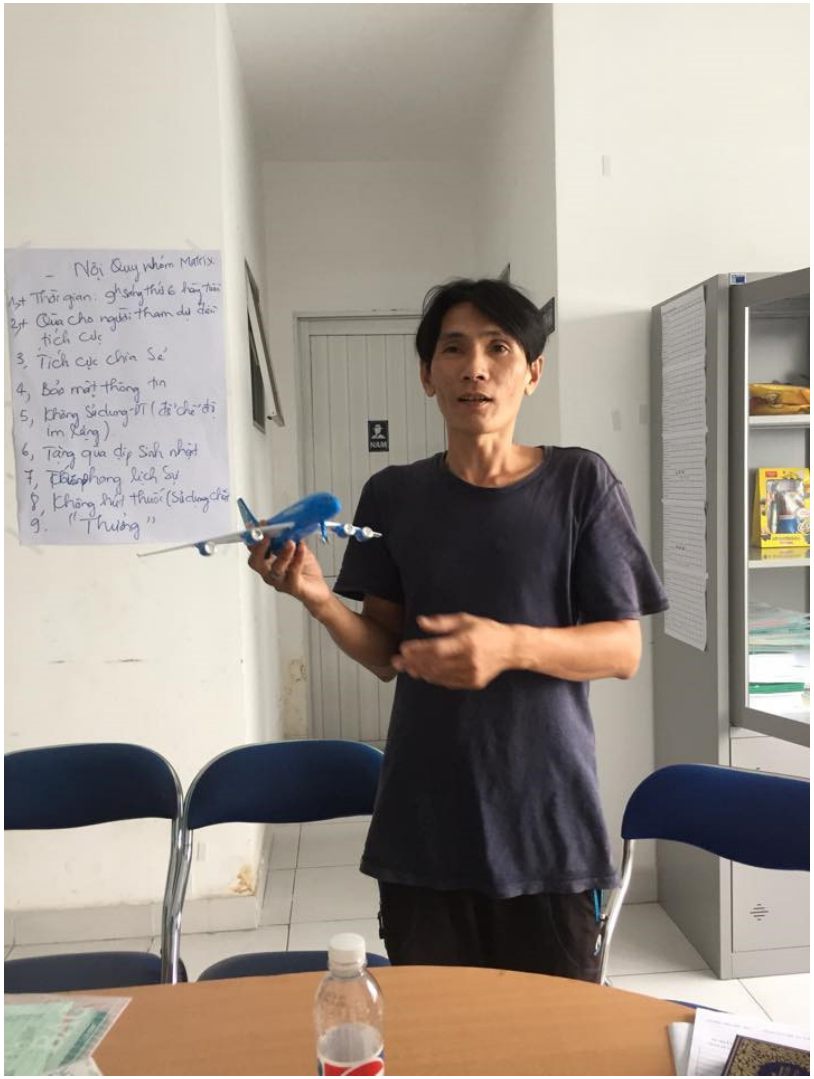
Trừng phạt

Dùng để hạn chế một hành vi nào đó

Củng cố hành vi tích cực

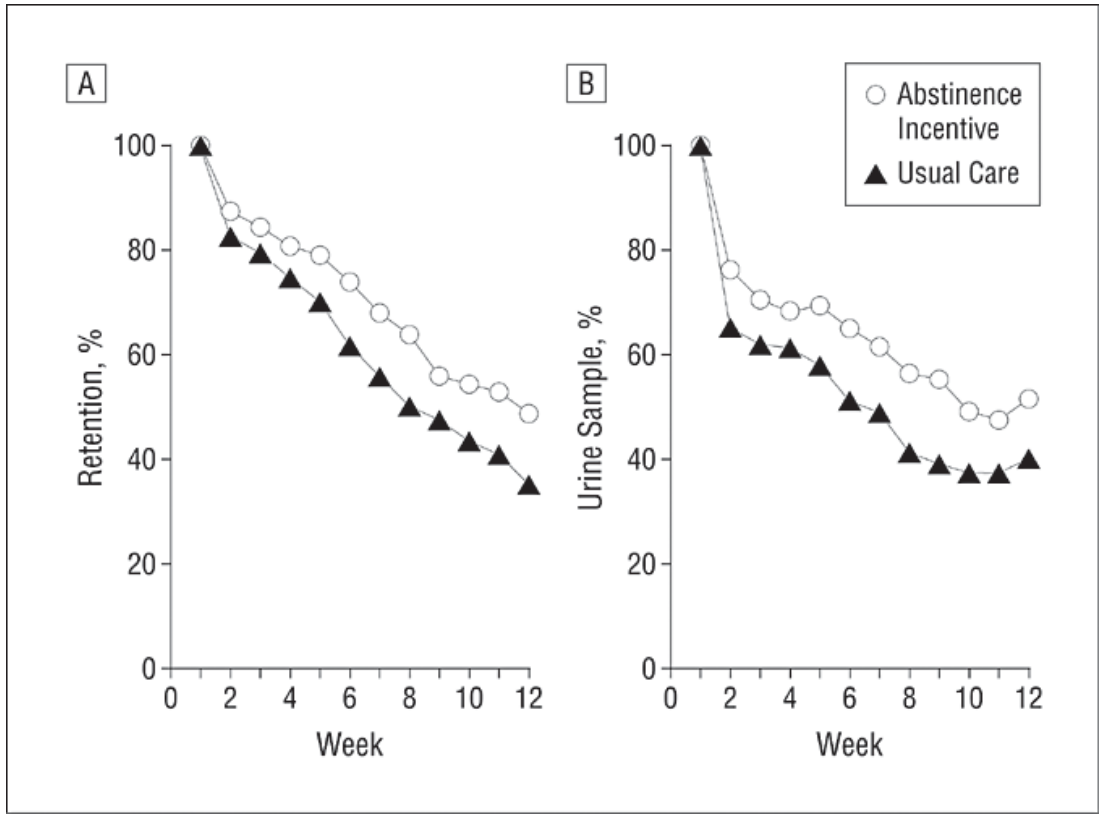
- Củng cố mang tính tích cực ngay khi bệnh nhân tiến bộ
- Phát phân thưởng cho
  - Tham dự đầy đủ vào nhóm điều trị
  - Nước tiểu âm tính với ma túy
  - Kế hoạch đặt ra có tiến triển tốt
- Phiếu mua hàng có giá trị “bằng tiền” cho bệnh nhân
  - Sữa tắm, thẻ điện thoại
  - Vé xem phim, giảm tiền điều trị
  - Dụng cụ nấu ăn, mỹ phẩm
  - Vé xem phim

Áp dụng quản lý hành vi tích cực



Kết quả

- Nhiều kết quả âm tính hơn
- Nhiều kết quả âm tính liên tục hơn
- Bệnh nhân điều trị lâu hơn

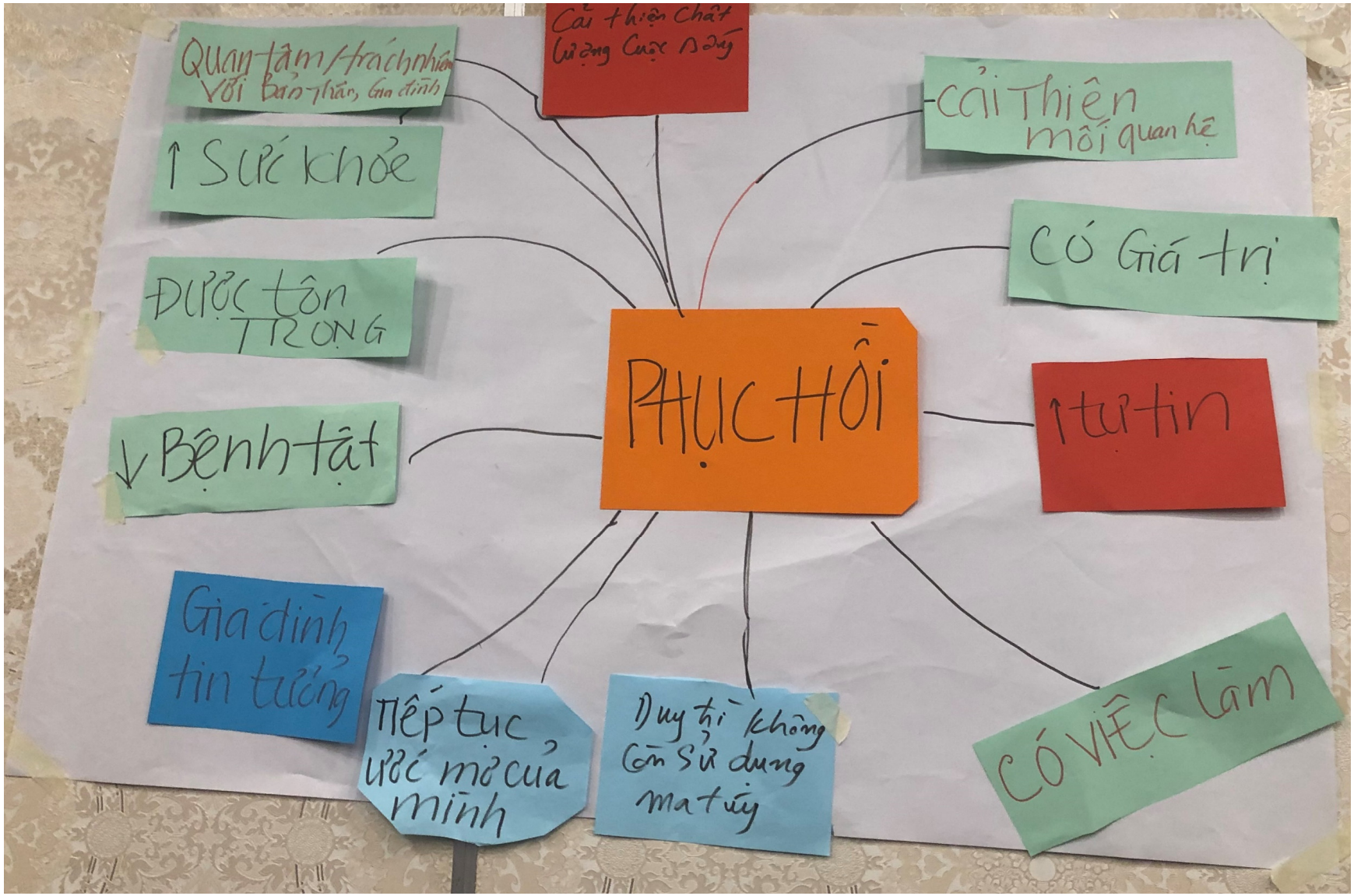


Bạn nghĩ gì?

Liệu pháp can thiệp hành vi mà bạn thấy phù hợp nhất cho nhóm MSM và TGW là liệu pháp nào?

A. Liệu pháp nhận thức hành vi (CBT)
B. Mô hình Matrix
C. Phỏng vấn tạo động lực (MI)
D. Củng cố hành vi tích cực(CM)
E. Thiền chánh niệm
F. Khác (xin chia sẻ)

Kết quả điều trị



Các yếu tố tiên lượng điều trị

- Thời gian điều trị: Càng lâu, càng tốt
- Sử dụng trước khi điều trị: số lượng sử dụng ít và thời gian sử dụng ngắn kết quả tốt hơn
- Bệnh nhân có học vấn cao thì kết quả tốt hơn
- Nhiều vấn đề liên quan đến sử dụng ATS
- Điều trị nội trú tại cộng đồng

Thông điệp về nhà

- **Biết** dịch vụ và nguồn lực có sẵn cho điều trị rối loạn sử dụng chất, rối loạn tâm thần và các dịch vụ sức khỏe khác.
- **Nhớ rằng** rối loạn sử dụng chất khích thích có thể điều trị và từng lần tiếp cận khách hàng là cơ hội cho dự phòng và can thiệp.
- **Khuyến khích** Bệnh nhân và nhân viên thảo luận những thách thức trong việc sử dụng chất và quan trọng là duy trì điều trị chăm sóc HIV.

Tài liệu tham khảo

- Cocaine-Specific Coping Skills Training http://www.nrepp.samhsa.gov/ProgramProfile.aspx?id=102
- Prize Incentives Contingency Management for Substance Abuse http://legacy.nreppadmin.net/ViewIntervention.aspx?id=344
- Project ASSERT http://legacy.nreppadmin.net/ViewIntervention.aspx?id=222
- Reinforcement-Based Therapeutic Workplace http://legacy.nreppadmin.net/ViewIntervention.aspx?id=380
- Liệu pháp điều trị dựa trên bằng chứng cho người sử dụng chất khích thích
- Cocaine, Methamphetamine, and HIV: What Clinicians Need to Know, trainer guide (Pacific Southwest ATTC, 2019)
- Hướng dẫn điều trị nghiện ATS, bộ y tế
- Phỏng vấn tạo động lực (