

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Przełom w leczeniu fobii i zaburzeń lękowych



Przełom w leczeniu fobii i zaburzeń lękowych. Dzięki wykorzystaniu wirtualnej rzeczywistości pacjent może przenieść się do świata, który wywołuje nieuzasadniony lęk i eksplorować go zgodnie z procedurą terapeutyczną. W ten sposób można pomóc w leczeniu większości prostych fobii, także fobii społecznych. Wykorzystanie wirtualnej rzeczywistości w leczeniu przynosi podobne rezultaty, co tradycyjne metody leczenia, jest jednak znacznie tańsze i mniej czasochłonne. W Polsce na zaburzenia lękowe cierpi nawet 2,5 mln osób.

- Wirtualna rzeczywistość pozwala nam nie tylko zanurzyć się w świecie, który wywołuje u nas irracjonalne i nieuzasadnione lęki, lecz także pozwala na to, abyśmy mogli go eksplorować zgodnie z procedurą terapeutyczną w dogodnym dla nas czasie i wielokrotnie. Z naszego punktu widzenia wykorzystanie wirtualnej rzeczywistości do leczenia fobii jest naprawdę rewolucyjną technologią - przekonuje w rozmowie z agencją Newseria Innowacje Jerzy Durślewicz, prezes zarządu Tomorrow, firmy zajmującej się rozwiązaniami VR.

W fobiach lęk wywołują sytuacje, które w rzeczywistości nie są groźne. Pacjent stara się ich unikać, a przy zetknięciu z nimi odczuwa przerażenie. Część fobii nie pozwala na normalne funkcjonowanie. W leczeniu zazwyczaj stosuje się tradycyjną terapię poznawczo-behawioralną, która dzieli się na dwa główne typy: ekspozycję wyobrażeniową i ekspozycję in vivo. Przy takim leczeniu pacjent sam musi wyobrażać sobie sytuacje, w których musi poradzić sobie z lękiem. Innym sposobem jest wejście wraz z terapeutą w miejsca, które wywołują lęk.

- Istnieją jednak fobie, które uniemożliwiają tak dużą elastyczność, np. lęk przed lataniem albo fobie społeczne. Tu pojawia się wirtualna rzeczywistość, którą można wykorzystać w procesach wspomagających leczenie fobii. We współpracy z terapeutą pacjent otrzymuje możliwość wykorzystania przygotowanych scen w wirtualnej rzeczywistości i zgodnie z procedurą terapeutyczną przechodzi przez cały proces leczenia, z tą jednak różnicą, że nie musi wykorzystywać techniki wyobrażeniowej, nie musi również in vivo znajdować się w miejscach, w których trudno byłoby się znaleźć jednocześnie terapeutę oraz pacjentowi - tłumaczy Jerzy Durślewicz.

Z badania „Epidemiologia zaburzeń psychiatrycznych i dostępność psychiatrycznej opieki zdrowotnej. EZOP - Polska” wynika, że na zaburzenia lękowe, w tym fobie specyficzne, cierpi nawet 2,5 mln Polaków. Już duża część z nich mogłaby być leczona przy wykorzystaniu wirtualnej rzeczywistości. Są już gotowe scenariusze przeznaczone do leczenia akrofobii (lęk wysokości), klaustrofobii (lęk przed zamkniętymi pomieszczeniami) i agorafobii (lęk przed otwartą przestrzenią). Opracowywane są także materiały do leczenia fobii społecznych.

- Fobie mogą być uciążliwe zarówno w życiu zawodowym, ograniczając lub utrudniając rozwój kariery, jak i w życiu społecznym. Lęk przed wystąpieniami publicznymi, to przypadłość, która dotyczy wielu osób, ale niektórzy mają ten irracjonalny lęk, paraliż, który nie pozwala im w żaden

sposób odnaleźć się w sytuacji, w której trzeba wystąpić przed publicznością lub na zebraniu firmowym. Możliwość wykorzystania wirtualnej rzeczywistości do wspomagania leczenia chociażby wystąpień publicznych wydaje się być bardzo ciekawym zastosowaniem, jesteśmy przekonani, że będzie to metoda efektywna, skuteczna i przyniesie możliwość wyleczenia z irracjonalnych lęków wielu ludzi - podkreśla prezes Tomorrow..

Podczas leczenia wykorzystującego wirtualną rzeczywistość pacjent nakłada hełm VR, a terapeuta uruchamia odpowiedni scenariusz, mogąc jednocześnie kontrolować scenę. Jak zaznacza Jerzy Durślewicz, przy korzystaniu ze scenariuszy obecność terapeuty nie jest konieczna. To oznacza, że można powtarzać kroki w procedurze terapeutycznej także samodzielnie w domu, z wykorzystaniem hełmu VR i odpowiedniej aplikacji.

- Wielu z nas chciałoby poćwiczyć tylko niektóre zagadnienia związane z lękami społecznymi i pokonać je samodzielnie. Niektóre spośród scen i procedur, które będziemy udostępniać naszym klientom, będą materiałami, które będziemy udostępniać w systemie b2c, do indywidualnego użytkownika. Oczywiście pomoc terapeuty albo teleterapeuty zawsze będzie ważna i możliwa - mówi ekspert.

Jak wynika z danych Grand View Research, światowy rynek wirtualnej rzeczywistości w medycynie jest wart ponad 568 mln dol. Według szacunków liczba ta w najbliższych latach może rosnać w tempie blisko 30 proc. średniorocznie. Programy umożliwiające leczenie fobii to nowość, jednak będzie ich coraz więcej, zwłaszcza że przynoszą dobre rezultaty. Virtual Reality Medical Centre w Kalifornii ocenia skuteczność terapii na 92 proc., a przeważnie na wyleczenie się z fobii pacjenci potrzebują dziesięciu sesji.

- Takie badania i prace są według naszego rozpoznania prowadzone w kilku firmach na świecie, wydaje nam się, że rozpoczął się wielki wyścig o stworzenie najlepszego systemu, który będzie ułatwiał pracę terapeutom - podkreśla Jerzy Durślewicz.

Źródło: www.newseria.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/28049.html>



14-01-2025

Targi LABS EPXO 2025

Ruszyła rejestracja na najważniejsze wydarzenie dla branży laboratoryjnej.



14-01-2025

[Nanotechnologia w medycynie](#)

Czyli nanocząstki jako nośniki leków.



14-01-2025

[Uważaj na zimno](#)

Przy takiej pogodzie łatwo o odmrożenia. Sprawdź jak reagować.



14-01-2025

[Indeks sytości i gęstość odżywcza](#)

Klucze do zdrowego i smacznego odżywiania



14-01-2025

Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana

Ocenia dr hab. Piotr Długosz autor raportu „Młodzież w epoce kryzysów”.



14-01-2025

Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi

Możliwe będzie w 2026 roku.



14-01-2025

Głęboki sen oczyszcza mózg

Mocny sen w nocy pomaga oczyścić mózg z toksyn.



14-01-2025

Sok z czarnego bzu ułatwia odchudzanie

Informuje pismo „Nutrients”.

Informacje dnia: [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno](#) [Indeks](#)

[sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#)

Partnerzy