



Kecemasan Meningkatkan Intensitas Nyeri dan Disabilitas

Dari studi terbaru diketahui bahwa individu dengan tingkat kecemasan yang tinggi akibat nyeri kronik yang diderita, memperlihatkan disabilitas dan kondisi emosional yang lebih buruk, namun penggunaan strategi penanggulangan rasa cemas dapat membantu mengatasi keadaan ini.

Tujuan dari studi ini adalah untuk mengetahui peran rasa cemas dalam fungsi sehari-hari pasien dengan nyeri kronik. Rasa cemas berhubungan dengan tingkat kondisi emosional yang lebih buruk dan gangguan fungsi. Para peneliti juga mengevaluasi peran dari 3 mekanisme penanggulangan rasa cemas untuk menentukan pengaruhnya sebagai penahan yang akan meniadakan efek dari rasa cemas. 3 mekanisme tersebut adalah: penerimaan terhadap rasa nyeri, kesadaran diri terhadap rasa nyeri dan perilaku berdasarkan norma-norma.

Seratus dua puluh lima pasien dewasa yang terlibat dalam studi ini, mengisi kuesioner untuk menilai rasa cemas terhadap nyeri, mengukur penerimaan mereka terhadap rasa nyeri yang dialami, mengidentifikasi norma-norma yang mereka anut, dan untuk mengukur tingkat kesadaran mereka terhadap nyeri. Durasi median rasa nyeri yang dialami para pasien adalah 96 bulan. Penyakit yang paling sering diderita pasien adalah nyeri muskuloskeletal non spesifik (35,4%), fibromialgia (30,2%), kegagalan operasi lumbar (12,9%), sindroma nyeri regional kompleks (6%), dan lainnya (15,5%).

Hasil dari studi ini memperlihatkan bahwa kecemasan berhubungan dengan rasa nyeri, kondisi emosional yang buruk dan disabilitas pada pasien dengan nyeri kronik. Kecemasan merupakan prediktor terkuat terhadap timbulnya depresi, disabilitas dan kunjungan ke dokter. Saat ketiga strategi penanggulangan rasa cemas digunakan, para peneliti menyimpulkan bahwa penerimaan terhadap nyeri, kesadaran diri terhadap rasa nyeri dan perilaku berdasarkan norma-norma dapat menurunkan pengaruh rasa cemas terhadap fungsi pasien. Dalam hubungannya dengan terapi kognitif-perilaku, mekanisme penanggulangan rasa cemas dapat mengurangi peran rasa cemas dalam memperburuk disabilitas dan penderitaan pasien dengan nyeri kronik. (VKS)

Referensi:

1. Study Shows Anxiety Increases Pain Intensity, Disability. Medical News Today.2009 [cited 2009 April 30]. Available from: <http://www.medicalnewstoday.com/articles/146780.php>.
2. Gandey A. Anxiety Increases Pain Intensity and Disability, Study Shows. Medscape Medical News. 2009 [cited 2009 April 30]. Available from: <http://www.medscape.com/viewarticle/702216>.