

ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ ΕΡΕΥΝΑΣ ΔΙΔΑΚΤΟΡΙΚΗΣ ΔΙΑΤΡΙΒΗΣ

ΟΝΟΜΑ: ΦΩΤΕΙΝΗ

ΕΠΩΝΥΜΟ: ΧΑΤΖΗΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ

ΟΝΟΜΑ ΠΑΤΡΟΣ: ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ

ΤΡΙΜΕΛΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

1. ΜΠΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΦΛΩΡΑ (ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ)

2. ΧΡΟΥΣΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

3. ΚΑΝΑΚΑ-ΓΑΝΤΕΝΒΕΙΝΧΡΙΣΤΙΝΑ

ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΕΥΝΑΣ:

**ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΤΡΕΣ ΣΕ ΕΦΗΒΟΥΣ ΜΕ ΑΚΜΗ ΜΕ ΤΗΝ ΜΕΘΟΔΟ
ΓΝΩΣΙΑΚΗΣ ΑΝΑΔΟΜΗΣΗΣ- ΠΥΘΑΓΟΡΕΙΟΣ ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ**

ΠΕΡΙΛΗΨΗ:

Η ακμή (acne vulgaris) θεωρείται κλασικά ένα χαρακτηριστικό νόσημα της εφηβείας το οποίο προσβάλλει κατεξοχήν τον τριχοσμηματογόνο θύλακο. Στις ηλικίες μεταξύ 15 και 17 ετών το μεγαλύτερο μέρος του πληθυσμού θα εμφανίσει ορισμένα, έστω και ελάχιστα, σημεία και συμπτώματα ακμής. Το στρες έχει θεωρηθεί ένας παράγοντας που συμβάλλει στην εκδήλωση της ακμής, μέσω της άμεσης δράσης που ασκεί η κορτιζόλη στον άξονα υποθαλάμου- υπόφυσης-επινεφριδίων (ΥΥΕ). Η ακμή είναι από τις δερματοπάθειες που μπορεί να έχει πολύ καταστρεπτικά ψυχολογικά αποτελέσματα λόγω της ιδιαίτερα ορατής φύσης της και των σημαδιών που μπορεί να αφήσει στο δέρμα. Επίσης, μπορεί να έχει επιπτώσεις στην προσωπική, κοινωνική,

επαγγελματική και σεξουαλική ζωή του ασθενή. Προηγούμενες πειραματικές μελέτες που διερεύνησαν την επίδραση της διαχείρισης του στρες στην ακμή, έχουν επιβεβαιώσει ότι η μείωση του στρες, ειδικά μέσω γνωστικών μεθόδων, θα μπορούσε να βελτιώσει τα κλινικά συμπτώματα και την υποτροπή της. Σκοπός αυτής της μελέτης είναι να διερευνηθεί αν η μέθοδος γνωσιακής αναδόμησης-Πυθαγόρειος Αυτογνωσία (Π.Α.), μπορεί να επιφέρει αλλαγές στα κλινικά συμπτώματα της ακμής. Θα έχει διάρκεια 8 εβδομάδων και θα είναι βασισμένη σε 2 ομάδες ασθενών (ομάδα παρέμβασης- ομάδα ελέγχου).

TITLE OF DOCTORAL THESIS

STRESS MANAGEMENT IN ADOLESCENTS WITH ACNE VULGARIS BY USING "PYTHAGOREAN SELF-AWARENESS COGNITIVE RESTRUCTURING TECHNIQUE"

SUMMARY

Acne vulgaris is considered a typical puberty disorder that primarily affects the pituitary gland. Between 15 and 20 years of age, most of the adolescents will experience at least some or few signs and symptoms of acne. Stress has been considered a contributing factor to the emergence of acne through the direct action of cortisol on the hypothalamic-pituitary-adrenal axis (HPA) Acne is a skin disorder that could have very devastating psychological effects due to its particularly visible nature and the scars than can create on the skin. It can also affect considerably patient's personal, social, professional and sexual life.

Previous experimental studies that investigated the effect of stress management on acne have proved that reducing stress, especially through cognitive methods, could improve clinical symptoms and prevent its recurrence. The purpose of this study is to investigate if "Pythagorean Self-Awareness cognitive restructuring Technique" (PA) could reduce significantly the clinical symptoms of acne. Our study will have duration of 8 weeks, where two patient groups will be examined (intervention team - control group).