

PSZICHOSZOMATIKUS BETEGSÉG!

Tények:

- Egyre gyakoribb diagnózis a PSB.
- Hazánkban a lakosság 10–30%-át érinti.
- Főként fiatal nők és idősebb férfiak szenvednek tőle.

A kifejezés egy görög eredetű szóösszetétel (psyche = lélek; soma = test). Maga a megbetegedés a lélek és a test oda-vissza kölcsönhatásának zavarából ered. Ennek megfelelően a kezelés is elsősorban a lelki okokra irányul, noha emellett a fizikai tünetek is enyhíthetőek.



A test szervi és működési zavarai nem választhatók el a **szellemi-lelki állapottól**, a szociális környezettől, az egyéni sorstól és a teljes személyiségtől. A pszichés élet elsődleges zavarait a **lelki izgalmak** vagy a **súlyos megterhelések** okozzák.

Ezek valódi szervi tüneteket is eredményezhetnek a létfontosságú működéseket - például a keringést, a légzést, az emésztést, a belső elválasztású mirigyeket stb.) szabályozó, ún. vegetatív idegrendszer (az agykéregtől a szervekhez menő) pályáin keresztül.

A „**PSB**” lényege az egészséges állapotnak megfelelő **harmónia megbomlása**, illetve egyensúlyzavar létrejötte, melynek következményeként megváltozik a beteg kapcsolata a külvilággal is.

A **fő tünetek** tulajdonképpen szervi panaszok, melyek mögött a munkához vagy a mindennapi élethez való alkalmazkodás zavara húzódik meg. A leggyakoribb tünetek a vizsgálatok során objektíven kimutatható szervi elváltozások, míg kisebb részben szervi elváltozás nélküli betegség lép fel. A szervi elváltozások kialakulását a kiváltó pszichés tényező hosszan elhúzódó hatása miatt rögzült kóros válaszformák idézik elő. S ezek épp az egyén szervezetének legsebezhetőbb, **leggyengébb ellenállású pontjain** (latinul „locus minoris resistentiae”) jelentkeznek.

A Hippokratészi iskola a lelki történéseknek mindig elsődleges, előzményi szerepet tulajdonított a szervi megbetegedések kialakulásában.

Ezek lehetnek **konfliktusok, csalódások, gátlások, félelmek, fóbiák, szorongások, depresszió...**

A legtipikusabb pszichoszomatikus megbetegedések – a teljesség igénye nélkül: **ekcéma, hasmenés vagy gyomorhurut, gyomorfekély, légzési nehézségek (bronchitis, asthma), colitis (vastagbélgyulladás), a magas vérnyomás egyes fajtái, pajzsmirigy-túlműködés, fejfájás, ízületi és végtagfájdalmak, herpes**

simplex, polio-vírus fertőzés stb.

A mindennapi nyelvhasználat is híven tükrözi, hogy milyen **szoros kapcsolat** áll fenn lelkiállapotunk és például az emésztőszerveink között. Gyakran használunk ilyen kifejezéseket: „remeg a gyomrom az idegességtől, egy falatot sem tudnék lenyelni, gombóc van a torkomban” stb.

Az elsődleges cél a munkaképesség visszaállítása, s az életminőség javítása. Ám a beteg szervi elváltozásainak észlelése és kezelése mellett, azzal egy időben rendkívül fontos a **beteg személyiségével való törődés!**

A pszichoterápia egy olyan beszélgetésterápia, amely segít a betegnek, hogy **felismerje és megértse a problémáit**, hogy új tapasztalatokat szerezzen, újabb viszonyítási alapot nyerjen, és másfajta viselkedési módokat sajátíthasson el. A terápia során bekövetkező lelki változásokkal összefüggésben gyakran a testi panaszok is fokozatosan megszűnnek.

A betegség fajtájától függően az orvos **komplex kezelést** végez, melynek részét képezheti a pszichoterápia valamelyik formája is: csoportos-, családi-, viselkedési terápia, hipnózis, autogén tréning stb. Bizonyos esetekben az is előfordulhat, hogy már nem kerülhető el a műtéti beavatkozás (pl. gyomorfekély súlyosabb formái).

A pszichoszomatikus és a civilizációs betegségek korrelálnak, hasonlóan növekvő tendenciát mutatnak. Minden terápia ellenére a PSB-ben szenvedők abszolút száma folyamatosan emelkedik, jelenleg az össznépesség 10–30%-át teszik ki. Számos tényező hozzájárult e tendencia kialakulásához, többek között az új, megváltozott élethelyzetek, a rendszerváltás okozta speciális lét(fenntartási) kérdések, az alkalmazkodási nehézségek, az esetleges átképzési kényszer, a munkanélküliség, az utcára kerülés, a válások növekvő száma, s ezzel együtt az elmagányosodás, az elidegenedés. Mindemellett érdekesség, hogy a nőknél inkább fiatalabb, míg a férfiaknál inkább idősebb korban fordulnak elő pszichoszomatikus betegségek.

Fentieket összegezve elmondhatjuk, hogy az egyre gyakoribbá váló, és sokszor súlyos, igen változatos tüneteket produkáló pszichoszomatikus megbetegedéseket komolyan kell vennünk, nem tekinthetünk rájuk, mint véletlen, múló „kellemtlenségekre”. A lelki és testi történéseink kölcsönhatásaiból kialakuló kedvezőtlen változások és állapotok komplex kezelése orvosilag elengedhetetlenül szükséges!

Prof. Dr. Kisgyörgy János

Tel.: 407-3174 (16 óra után)

Prof. Dr. Kisgyörgy János

akadémikus, anatómus, idegyógyász, pszichiáter, igazságügyi elmeszakértő, ny. egyetemi tanár.