



Psychologie zvládání nádorových onemocnění

Mgr. Bc. Zdeněk Hrstka

Katedra všeobecně vzdělávacích oborů

Fakulta vojenského zdravotnictví UO

Hradec Králové

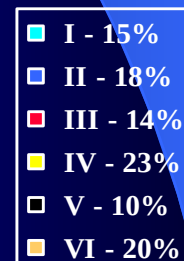
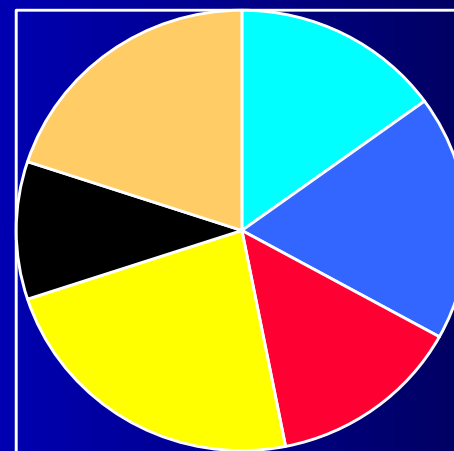
Klinika onkologie a radioterapie Fakultní nemocnice Hradec Králové

Strach o život

- V celém období prožívání život ohrožující nemoci musí pacient bojovat nejvíce se svým strachem.
- Tento strach nelze definovat, respektive nelze jej exaktně změřit.
- Strach nevyléčitelně nemocných není strachem z nemoci a není strachem ze smrti. Je to především transformovaný strach o život. Tento strach velmi negativně ovlivňuje psychiku pacienta.
- Duševní klid a pohoda jsou proto velmi důležitým fenoménem. Dosáhnout jich znamená příznivě ovlivnit léčbu a zpříjemnit čas nemoci.

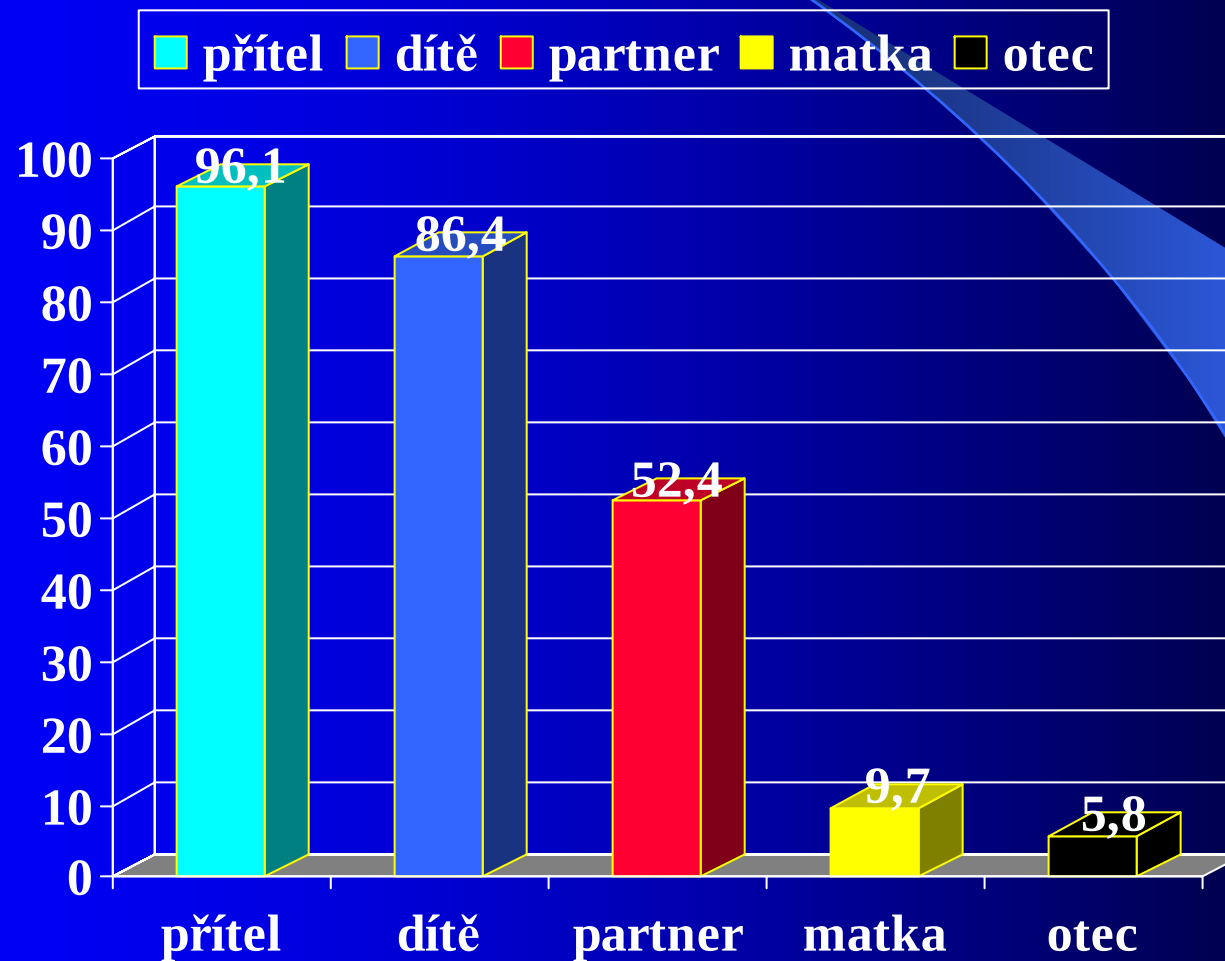
Psychosociální faktory

- I. Traumatické zážitky z dětství, ztráta blízkých osob
- II. Pozdější ztráty blízkých osob
- III. Ztráta iluze manželského vztahu
- IV. Ztráta společenského uplatnění – kariéry
- V. Zklamání z dětí
- VI. Ztráta smyslu života



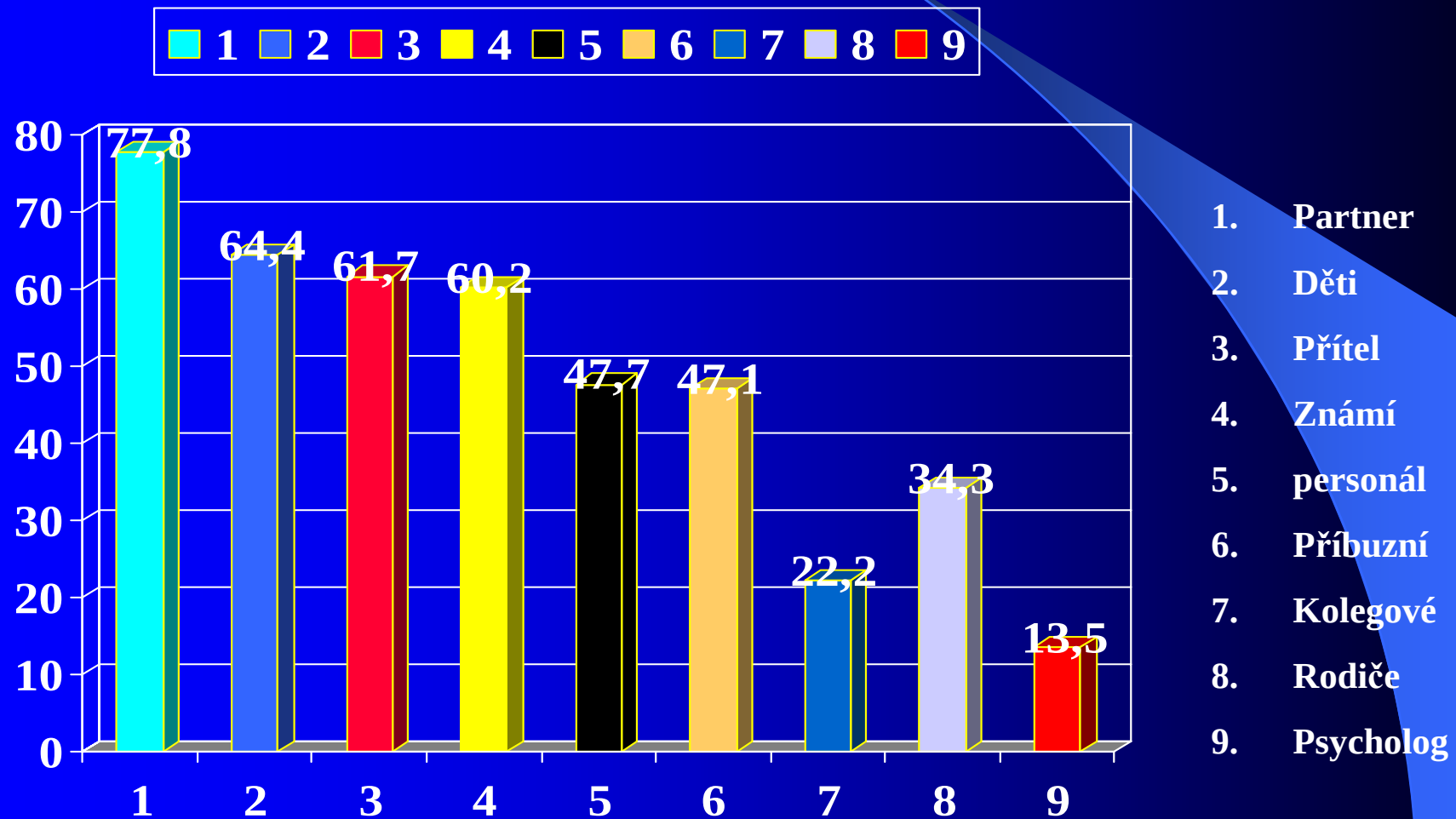
Sociální opora

Nejdůležitější člověk pro pacienta



Sociální opora

Osoby, které Vám významně pomohly v nemoci



Psychologická intervence

Cíle psychologických intervencí lze shrnout následovně:

1. zmírnění pocitů osamělosti prostřednictvím rozhovorů s pacienty
2. redukce strachu z léčby
3. snížení zoufalství a deprese
4. pomoc při objasňování nedorozumění a chybných informací
5. snížení pocitů izolace, bezmocnosti, beznaděje a pocitu opuštěnosti druhými
6. vedení k větší zodpovědnosti za vlastní uzdravení
7. lepší spolupráce s lékařským týmem a sesterským personálem
8. obecné zlepšení kvality života

Důležité aspekty psychologické intervence

- **Čas**
- **Prostor**
- **Identita pacienta**
- **Obsah a průběh rozhovoru**
- **Vztah**

Důležité aspekty psychologické intervence

- Diagnóza nádorového onemocnění rapidně zvyšuje vědomí času u pacienta i u jeho rodinných příslušníků. Délka psychologické pomoci závisí na tělesném stavu pacienta.
- Často se vyskytuje silná touha po kontaktu, ale zároveň neschopnost uchopení iniciativy. V rámci obsahu a průběhu léčby musíme u onkologických pacientů zásadně vycházet z toho, že je nutné zamezit, aby se pacient stal ještě labilnějším.
- V rámci obranných mechanismů pacientovi psychiky jsou nejvíce používány metody vytěsnění, racionalizace, izolace a především intelektualizace. Tímto způsobem se umožňuje aktivace přiměřených strategií zvládání nemoci (coping).
- V onkologii má vztah pacienta k lékaři, sestrám a psychologovi obzvláště velký význam a to zejména v oblasti terapeutické. Jako velmi účinná se ukázala Spiegelova terapie.

Spiegelova terapie

Podpůrná expresivní skupinová terapie podle Spiegela et al. je manuál vyvinutý autory v roce 2000 pro pacientky s karcinomem prsu, jenž lze, podle slov autorů, využít u nejrůznějších onkologických onemocnění.

Manuál se zaměřuje na sedm principů podpůrné terapie u onkologických pacientů.

Spiegelova terapie.

1. Navázání spojení (Building Bonds)
2. Vyjadřování emocí (Expressing Emotions)
3. Oddémonizování smrti a umírání (Detoxifying Death and Dying)
4. Přehodnocení životních priorit (Redefining Life Priorities)
5. Zlepšení opory prostřednictvím přátel a rodinných příslušníků
6. Zlepšení vztahu lékař-pacient
7. Zlepšení strategií zvládání

Působení nádorového onemocnění na interpersonální vztahy

Pocity osamění způsobené

- neschopností příbuzných tolerovat bolestivé pocity
- pacientovým vnímáním své odlišnosti a toho, že se mu ostatní kvůli „rakovině“ vyhýbají

Narušené interpersonální interakce vyvolané rozpory mezi:

- negativními pocity a strachem z rakoviny
- vírou, že jediným vhodným postojem je dávat najevo optimismus a laskavost

Bolest jako psychologický fenomén

Bolest je cokoli, co pacient jako bolest
označí.

Existuje vždy, když si na ni pacient
stěžuje!

Mírnění bolesti psychologickou cestou

- Lze jí docílit vybídnutím pacienta, aby zhluboka dýchal, uklidnil se a uvolnil.
- Bolest také zmírníme odvedením pozornosti (např. dotazy na různé údaje).
- Nezbytná je empatie.
- Je také na místě nemocnému sdělit, že bolest, jakkoliv nepříjemná, jednou skončí a má tedy pouze přechodný charakter.

Mírnění bolesti psychologickou cestou

- S člověkem trpícím bolestí je třeba být v kontaktu i nonverbálně (pohlazení, vzetí za ruku), což je způsob navázání a udržení psychické vazby, která přináší uklidnění, protože čím větší bolest, tím větší úzkost a potřeba po kontaktu s bolest odstraňujícím lékařem.
- Pacient je velmi sugestibilní, takže pozorně sleduje vše, co lékař říká a dělá.

Jak se chovat k pacientově bolesti

- seznámit se s pacientovou bolestí (nechat si popsat, vylíčit charakter)
- vyhnout se sugestivním otázkám
- empatie – slovně, dotekem, mimikou (upřímně, přiměřeně)
- tolerovat hlasité projevy při silné bolesti
- posilovat kognitivní kontrolu (informace o průběhu, následcích...)
- informovat nemocného o průběhu, event. příčině

Jak se chovat k pacientově bolesti

- informovat rodinné příslušníky (blízké) o pacientově bolesti
- pomáhat nemocnému, aby dal své bolesti smysl; současně povzbuzovat a chválit
- odvést pozornost při bolestivém výkonu
- snižovat strach z bolesti (zhoršuje její prožívání)
- specifické strategie - odpoutávací techniky (rádio, TV, video) – při mírné/střední bolesti
- relaxační techniky – správná poloha, uvolněná mysl, klidné prostředí

Děkuji za pozornost

Prosím o Vaše dotazy



Přeji Vám jen pohodu a krásný zbytek dne



Nashledanou