



CZY ISTNIEJE SKUTECZNE LECZENIE ZABURZEŃ PSYCHICZNYCH?

Lekarz specjalista psychiatra dzieci i młodzieży Agnieszka Jarząbek-Cudo zajmuje się profilaktyką, diagnozą i leczeniem zaburzeń i chorób psychicznych u dzieci i młodzieży od 0 do 18. r.ż.

Prowadzi, nadzoruje i współtworzy współpracę w zespołach lekarsko-terapeutycznych, m.in. w Fundacji Nie Tylko Autyzm przy ul. Franczaka „Lalki” 43 w Kałinówce, w Centrum Profilaktyki i Zespole Poradni Specjalistycznych w Lublinie przy ul. Kraśnickiej 2K/1.

W rozmowie z nami pani doktor opowiada, czym są choroby i zaburzenia psychiczne i jakie są metody pomocy osobom zmagającym się z nimi. Poznamy także specyfikę innowacji w podejściu do pacjenta, wyróżniającą placówki, w których pracuje.

■ Czy istnieje skuteczne leczenie zaburzeń psychicznych?

Zdecydowanie tak. O skuteczności leczenia decyduje rozumienie tego, co dzieje się z pacjentem, z czym on się zmagają, postawienie właściwej diagnozy medycznej, jak i doświadczenie zawodowe. W naszym zespole pracują profesjonalni i doświadczeni lekarze specjaliści w zakresie psychiatrii dorosłych oraz psychiatrii dzieci i młodzieży, po dodatkowych certyfikowanych przez PTP (Polskie Towarzystwo Psychologiczne/ Psychiatriczne) szkoleniach z zakresu psychoterapii i własnych procesach psychoterapeutycznych. Ponadto zespół diagnostyczny wzbogacają psycholodzy kliniczni i psychoterapeuci.

■ Zajmujecie się Państwo leczeniem chorób i zaburzeń psychicznych. Proszę powiedzieć, czym różni się choroba psychiczna od zaburzenia psychicznego.

W przypadku chorób psychicznych mówimy o tzw. załamaniu linii życiowej, czyli sytuacji, w której osoba doświadczająca objawów wypada z pełnionych ról życiowych (pracownika, ucznia, studenta, matki, ojca itd.) i staje się niezdolna do sprostanania codziennym obowiązkom oraz nie jest w stanie zaspokajać własnych potrzeb. Nieco inaczej sprawa wygląda z zaburzeniami, które wiążą się z występowaniem określonych trudności, np. w kontaktowaniu się z innymi ludźmi, a ich zidentyfikowanie jest podstawą do większej świadomości o sobie i ewentualnym podjęciu adekwatnej formy terapii.

■ Czy to znaczy, że zaburzeń nie trzeba leczyć?

O zaburzeniach przede wszystkim należy wiedzieć, identyfikować je jako własne ograniczenia, które pomagają zrozumieć doświadczenia osobiste. To, na ile jest konieczne przezwyciężenie/wyleczenie zaburzenia, zależy od rodzaju zaburzenia i indywidualnie od osoby.

■ Dlaczego?

Kompleksowe skuteczne leczenie psychiatryczne, które oferujemy, zależy nie tylko od wyspecjalizowanej kadry medycznej i terapeutycznej, ale i zaangażowania oraz motywacji pacjenta. Na przykład lęk wysokości nie dla każdego będzie na tyle ograniczający, aby być zdeterminowanym na podjęcie psychoterapii i w określonych okolicznościach (jeśli np. nie musi codziennie zmagać się z tym ograniczeniem, bo nie pracuje na wysokości) wystarczy tylko doraźna pomoc lekarska z naszej strony. Innym przykładem może być diagnoza nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi (ADHD) w wieku dorosłym, która wskazuje na pewne ograniczenia i pozwala lepiej zrozumieć różne trudności, z którymi człowiek zmagał się na przestrzeni życia. Gdyby został zdiagnozowany w wieku dziecięcym, jego życie szkolne i zawodowe wyglądałoby zupełnie inaczej. Na ile chce i potrzebuje leczenia jako dorosły, na ile jego praca umożliwia mu wypracowanie strategii radzenia sobie z obciążeniami bez szkód emocjonalnych? Po postawieniu adekwatnej diagnozy lekarz specjalista psychiatra z psychologiem klinicznym omawia-

ją z pacjentem wpływ rozpoznania na aktualne obszary życia i funkcjonowania pacjenta.

Ponadto świadomość ograniczeń zaburzających ludzkie funkcjonowanie zależy od specyfiki tych zaburzeń, np. czy są to zaburzenia autystyczne (w przypadku których o dedykowanych formach terapii decyduje wiek pacjenta w chwili diagnozy i dostępność form terapii) czy zaburzenia osobowości (psychoterapia ambulatoryjna i stacjonarna).

■ Wspomniała Pani o szkodach emocjonalnych, co miała Pani na myśli?

Zarówno zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży, jak i dorosłych, w warunkach przeciążenia, kryzysu, konfliktu między wymaganiami zewnętrznymi a własnymi zasobami, prowadzi do ponoszenia kosztów emocjonalnych, które, kiedy utrzymują się dłużej w czasie, prowadzą do najczęściej diagnozowanych w gabinetach lekarskich chorób psychicznych, tj.: zaburzenia lękowe, zaburzenia depresyjne, reaktywne zaburzenia adaptacyjne i inne. Ponadto mogą być na tyle obciążające, iż pacjent, jeśli nie uzyska właściwej pomocy, może sięgnąć po destrukcyjne sposoby radzenia sobie z emocjami i „odre-



agowywać stres” w postaci korzystania z używek, alkoholu, internetu, gier czy innych. Tym samym, kiedy sytuacja się wielokrotnie powtarza, mamy do czynienia z rozwojem uzależnień od alkoholu, narkotyków, leków czy behawioralnych.

Z tej perspektywy koszty emocjonalne mogą prowadzić do poważnych chorób, a diagnoza lekarska w gabinecie przeważnie obejmuje wyłącznie rozpoznanie wysuwające się na pierwszy plan. Stąd pomijane są źródła, a leczenie w perspektywie długoterminowej może okazać się nieskuteczne lub po tymczasowym wyzdrowieniu, objawy mogą nawrócić lub pojawić się nowe.

■ Jak można Pani zdaniem temu zapobiec? Jak zapewnić najwyższą skuteczność leczenia?

Odpowiedzią na złożoność takiej sytuacji klinicznej jest skorzystanie z diagnozy w naszym Centrum, w którym znajdują się Poradnia Zdrowia Psychicznego dla dzieci i młodzieży oraz Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dorosłych Poradnia Leczenia Uzależnień dla dorosłych, Poradnia Leczenia Uzależnień dla dzieci i młodzieży.

W naszych Poradniach, oceniając skuteczność leczenia, uwzględniamy nie tylko ustąpienie objawów i brak nawrotów w perspektywie długoterminowej. Dbamy także o poprawę zgłaszaną przez pacjenta subiektyw-

nie, jak i przywrócenie funkcjonowania w załamanych przez wystąpienie objawów rolach życiowych, wspomnianych na początku naszej rozmowy. Kompleksowa opieka nad pacjentem, którą zapewniamy w naszych zespołach lekarsko-terapeutycznych na poziomie ambulatorium pozwala na ustalenie wszystkich adekwatnych diagnoz z uwzględnieniem źródeł i czynników podtrzymujących objawy i ustalenia odpowiednich dla danego pacjenta, indywidualnie dobranych form pomocy.

■ Z czego wynikają różnice w skuteczności leczenia w różnych ośrodkach, przecież często zdarza się, że pacjenci wędrują po różnych placówkach w obrębie tej samej specjalności?

Trudno jest uogólnić, ale na podstawie doświadczeń i obserwacji pracy różnych ośrodków w kraju i za granicą ewidentnym wyróżnikiem najlepszych ośrodków charakteryzujących się skutecznością leczenia jest praca w zespołach lekarsko-terapeutycznych. Taka praca w Polsce jest przeważnie standardem w wielu szpitalach, natomiast poza nimi rzadko realnie funkcjonuje. Opracowana przez nas innowacja polega na umożliwieniu i stworzeniu adekwatnych warunków współpracy między specjalistami naszych poradni na rzecz pacjenta od chwili zgłoszenia.

■ Na czym polega innowacyjność Państwa placówek?

Innowacyjność polega na kwalifikacji pacjentów pierwszorazowych do specjalistycznych usług zapewnianych w ramach diagnozy w zespole lekarsko-terapeutycznym, co wiąże się z zaplanowanymi pod ten proces terminami wizyt i czasu pracy specjalistów. Oszczędność czasu wynika z ustalanego na poziomie rejestracji całego procesu diagnostycznego.

■ Ile trwa diagnoza w takich zespołach?

Maksymalne usprawnienia i rozwiązania, które stosujemy w naszych poradniach pozwalają na realizację diagnozy w przeciągu ok. 6–8 tygodni, pod warunkiem zrealizowania jej zgodnie z ustalonymi terminami.

■ Jak wygląda taka diagnoza?

Kompleksowa diagnoza prowadzona przez zespół specjalistów współpracujących na rzecz pacjenta obejmuje obszerny wywiad psychiatryczny ukierunkowany na identyfikację objawów i naturę ich źródeł oraz czynników sprzyjających ich utrzymywaniu się w życiu chorego. Następnie przeprowadzane są potrzebne badania lekarskie w formie rozmowy – oceny stanu psychicznego i badania psychologiczne niezbędne do ustalenia rozpoznania. Zidentyfikowanie tych wszystkich danych, dzięki sprawnej komunikacji między naszymi specjalistami, poza pacjentem pozwala na przygotowanie informacji na wizytę podsumowującą diagnozę, podczas której omawiamy dalsze leczenie.

■ Co to znaczą dalsze zalecenia?

Efektom procesu diagnostycznego w naszej poradni mogą być nie tylko dobór odpowiedniego leku, jego dawki i okresu leczenia, ale również, a w niektórych przypadkach przede wszystkim, dobór odpowiedniej formy terapii z uwzględnieniem form psychoedukacji.



■ Jakie terapie Państwo polecacie?

W przypadku diagnozy dziecka może się okazać, iż potrzebna jest terapia grupowa lub indywidualna w określonym nurcie psycho-terapeutycznym, przy jednoczesnej psychoterapii rodzinnej. Często też bywają sytuacje, kiedy efektem diagnozy dziecka jest konieczność leczenia rodzica, podjęcie warsztatów rodzicielskich czy terapia pary. Niekiedy kierujemy rodziców lub dziecko na konsultację/ leczenie do poradni leczenia uzależnień (w tym behawioralnych oraz cyberuzależnień). Często zwłaszcza na początku użyteczną jest psychoedukacja. Polecamy również grupy wsparcia.

■ Kto może się do Państwa zgłosić?

Na wizytę zapraszamy każdą osobę, zmagającą się z cierpieniem w zakresie zdrowia psychicznego, chcącą uzyskać poprawę w zakresie objawów chorób lub/i zaburzeń i w codziennym funkcjonowaniu. W przypadku dzieci i młodzieży do ukończenia 18. r.ż. na wizytach lekarskich i podczas procesu diagnostycznego konieczna jest obecność obojwójga rodziców lub osób pełniących formalnie władzę rodzicielską, czyli tzw. opiekuna prawnego (w takiej sytuacji konieczny jest dokument z Sądu Rodzinnego).

■ Dlaczego konieczna jest obecność obojwójga rodziców?

Bez motywacji dorosłych, ich udziału, zaangażowania i wsparcia w pomoc dzieciom i młodzieży w odzyskiwaniu zdrowia psychicznego, proces ten jest znacznie utrudniony, a czasem wręcz niemożliwy. Obecność obojwójga rodziców zapewnia przekazanie im pełnej informacji medycznej bezpośrednio od specjalisty i pozwala uzyskać odpowiedzi na budzące się wątpliwości i różnice zdań między nimi. Ponadto w świetle prawa obowiązującego w Polsce tak za zdrowie i życie, jak i zachowanie, w sensie prawnym, dzieci i młodzieży do 18. r.ż. odpowiadają rodzice.



■ Czy każdy może skorzystać z wizyty w Państwa Poradni?

Wizyty odbywają się w ramach zrealizowanej już wcześniej diagnozy lekarskiej, czy to u naszego lekarza specjalisty czy też po zrealizowanej diagnozie w zespole lekarsko-terapeutycznym w przypadku pacjentów pierwszorazowych. Warunkiem koniecznym do realizacji diagnozy w warunkach naszych poradni jest stan psychiczny, który nie zagraża bezpośrednio zdrowiu i życiu pacjenta oraz osób z jego otoczenia. Ponadto celem zapewnienia najwyższej jakości usług i bezpieczeństwa naszych pacjentów wprowadziliśmy procedurę kwalifikacji do diagnozy i leczenia w ramach przeprowadzonego na poziomie rejestracji TRIAGE.

■ Co to jest?

Jest to sposób weryfikacji, jak szybko pacjent wymaga pomocy specjalistycznej i czy przeprowadzanie diagnozy w warunkach ambulatoryjnych jest bezpieczne dla jego zdrowia i życia. W określonych wskazaniach konieczna jest bezzwłoczna konsultacja specjalistyczna w warunkach psychiatrycznej szpitalnej izby przyjęć.

■ Jakie są te wskazania?

To psychiatryczne stany zagrożenia życia, takie jak np.: skrajne wyniszczenie w zaburzeniach odżywiania czy występowaniu aktywnych myśli samobójczych.

■ Jakie powinno być właściwe postępowanie w takich stanach?

Priorytetem jest zapewnienie stanu bezpieczeństwa zdrowia i życia pacjenta, a jego zagrożenie jest wskazaniem do diagnozy i leczenia w warunkach szpitalnych. O przyjęciu do szpitala psychiatrycznego na oddział decyduje lekarz konsultujący pacjenta w szpitalnej Izbie przyjęć szpitala psychiatrycznego. Na podstawie oceny stanu zdrowia psychicznego pacjenta i jego bezpieczeństwa, kwalifikuje do dalszego leczenia, a w przypadku odmowy przyjęcia do szpitala wydaje kartę informacyjną z opisem wykonanego badania stanu psychicznego i dalszymi zaleceniami.

■ Dlaczego warto udać się właśnie do Państwa poradni?

Nasze poradnie wyróżnia innowacyjne podejście do diagnozy i leczenia pacjentów. Zaczynając od kompleksowej diagnozy prowadzonej przez zespół specjalistów współpracujących na rzecz pacjenta, poprzez odpowiednio dobrany proces terapii, obejmujący wizyty u wielu specjalistów w jednym miejscu, po uwzględnienie nie tylko ustąpienia objawów i braku nawrotów w perspektywie długoterminowej, ale także poprawy funkcjonowania w codziennym życiu. Pacjenci zyskują skuteczniejszą i szybszą pomoc, korzystając z usług naszych poradniach.