



Medexpress, 2020-10-28 07:13

## Lektura obowiązkowa: Sekrety psychiatrów



Magdalena Trebert

Już dziś premiera książki „Psychiatrzy. Sekrety polskich gabinetów”. Z autorką Ewą Pągowską rozmawia Edyta Hetmanowska.

### **15 rozmów, 15 tematów i historie pacjentów. Jesteś dziennikarką, która problematykę psychiatrii zna od podszewki. Czy mimo to któraś z historii poruszyła Cię szczególnie?**

Wiele historii było poruszających, ale chyba najbardziej – także z tego powodu, że sama mam syna – historie dzieci i ich matek. Jedną z nich dotyczyła 4-miesięcznej dziewczynki. Dziecko trafiło do psychiatry, bo odmawiało jedzenia, kiedy było karmione przez matkę. Okazało się, że przyczyną był lęk tej kobiety, która tak bardzo obawiała się, że nie poradzi sobie w nowej roli (miała sama bardzo negatywne doświadczenia z dzieciństwem), że córka, która oczywiście czuła emocje matki, nie chciała jeść. Niemniej poruszająca i bardzo podobna jest historia 14-miesięcznej dziewczynki. Jej matka podświadomie bała się, że córka zadławi się i będzie trzeba wzywać pogotowie tak jak to było u starszego dziecka, że córka przestała jeść i pić.

### **W Twojej książce nie zabrakło tematu epidemii. W innych dziedzinach medycyny popularna jest teleporada. Co myślisz o psychiatrii on-line?**

Rozmawiałam na ten temat z doktor Joanną Krzyżanowską-Zbucką, która mówiła, że taka rozmowa jest dosyć trudna w przypadku pacjenta, który pojawia się u niej po raz pierwszy. Mimo to udało jej się

zdalnie pomóc wielu osobom m.in. młodemu mężczyźnie, który miał poważne objawy depresyjno-lękowe i nie chciał iść do szpitala psychiatrycznego. Taka pomoc też może być skuteczna. Natomiast jest trudniejsza dla osób starszych, dla których nowe technologie bywają przeszkodą. Młodsze zwykle radzą sobie lepiej. Niektórzy pacjenci mówią, że pozwalają sobie dzięki takiemu kontaktowi na większą otwartość. Oczywiście są rzeczy, które w leczeniu zdalnym nie zawsze da się zobaczyć czy ocenić np. to, że ktoś zaciska ręce czy że jest wokół niego nieprzyjemny zapach, świadczący o tym, że człowiek przestał o sobie dbać, co może być jednym z objawów jakiegoś zaburzenia. Nie zbada się też pacjenta somatycznie.

### **Czy język odnoszący się do psychiatrii wymaga zmiany? Czy powinniśmy znaleźć nowe określenie np. na schizofrenię?**

Kilku specjalistów, nie tylko w rozmowach do tej książki, ale też w wywiadach, które przeprowadzałam wcześniej powtarzało, że słowo schizofrenia powinno zostać zastąpione inną nazwą. Schizofrenia budzi negatywne emocje a między innymi przez to pacjenci są stygmatyzowani. Czasem łatwiej zmienić nazwę, niż skojarzenia związane chorobą i osobami, które na nią cierpią.

### **Asystenci zdrowienia również wolą, by nazywać ich „ekspertami przez doświadczenie”...**

Tak. To prawda. Mają na myśli to, że są takie sfery, które oni pod pewnymi względami lepiej znają, rozumieją i czują. Tam może być ich przewaga. Przypomina mi się tu słynny eksperyment Rosenhana. On i jego współpracownicy zgłosili się do szpitali psychiatrycznych, twierdząc, że słyszą jakieś głosy. Większość z nich przyjęto z rozpoznaniem schizofrenii i mimo że na oddziale twierdzili, że halucynacje słuchowe minęły, nie mieli też innych objawów zaburzeń, nikt z personelu medycznego nie zorientował się, że to była mistyfikacja. Tylko współpacjenci rozpoznali, że na oddział trafili symulanci. Eksperyment przeprowadzono wiele lat temu, ale ten przykład skojarzył mi się właśnie z asystentami zdrowienia.

### **Problemy psychiczne to wciąż temat tabu. Wiele osób nie przyznaje się przed pracodawcą czy nawet rodziną. Co byś powiedziała tym, którzy wahają się czy pójść do psychiatrii?**

Jeśli ktoś się waha, to moim zdaniem lepiej by poszedł niż zrezygnował z wizyty, a jeśli lekarz nie wzbudzi zaufania czy zaproponuje leczenie, wobec którego mamy wątpliwości, zawsze można skonsultować to z innym. Czasami jest tak, że lekarze innych specjalności szukają choroby somatycznej, podczas gdy przyczyną jest zaburzenie psychiczne, chociażby depresja maskowana, która objawia się tym, że zamiast smutku pojawiają się jakieś dolegliwości fizyczne np. ból. To oznacza, że nawet osoby z wykształceniem medycznym mogą nie zauważyć konieczności wizyty u psychiatry. Myślę więc, że naprawdę nie trzeba mieć bardzo silnych objawów konkretnych zaburzeń psychicznych, żeby zdecydować się na kontakt z tym specjalistą.

### **Dla kogo jest Twoja książka?**

Dla tych, którzy interesują się psychiką, psychologią człowieka, którzy chcą zrozumieć lepiej siebie i innych, a także dla tych, którzy doświadczają cierpienia emocjonalnego, z czymś się borykają i chcą się dowiedzieć, w jaki sposób mogą sobie pomóc. W książce jest ciekawa wypowiedź dr. Sławomira Murawca, o tym, że czasami osoby z zaburzeniami lękowymi są przekonane, iż zamartwianie się i tworzenie czarnych scenariuszy jest częścią ich osobowości, że tacy po prostu są. Tymczasem okazuje się, że mogą to być zaburzenia lękowe, które przysłoniły im rzeczywistość. I może osoba, która przeczyta taką informację, a uważam ją za dość zaskakującą, zacznie szukać pomocy dla siebie. Mam więc nadzieję, że ta książka nie tylko zaspokaja ciekawość, ale też daje pewne wskazówki.

### **A czy opiekunowie pacjentów znajdą coś dla siebie?**

Osoby opiekujące się swoimi dziećmi albo rodzicami - na pewno tak. W książce jest wiele informacji na temat tego, z jakimi problemami borykają się te dwie grupy. To, co mówią moi rozmówcy może np.

pomóc rodzicom, którzy się obwiniają o to, że przez nich dziecko trafiło do psychiatry. Z wywiadu z dr. Cezarym Żechowskim wynika, że to jest o wiele bardziej złożony problem. Dla tych, które opiekują się osobami starszymi i czują, że może za mało z siebie dają, wyrzucają sobie, że czasem złością się na swoich bliskich i mają ich dość, pomocny może być wywiad z dr. Jakubem Kaźmierskim. Lekarz przypomina, że opiekunowie mają prawo mieć czasem bardzo negatywne uczucia w stosunku do swoich bliskich i być tak skrajnie zmęczeni, że zdecydują się na umieszczenie rodzica np. w ośrodku dla osób z chorobą Alzheimera.

### **A co Tobie dała ta książka?**

Wcześniej myślałam, że psychiatria ma mniejsze możliwości. Nie sądziłam, że ma aż taki potencjał i dysponuje tak wieloma rozwiązaniami.

