

● Lélekgyógyászat gyerekeknek, serdülőknek

Vezet az öngyilkosság és a depresszió

Dr. Vetró Ágnes professzort úgy emlegetik az országban, mint „a” gyermekpszichiátert. A szegedi újklinika gyermek- és ifjúsági osztályának vezetőjét arról kérdeztük, milyen manapság a gyerekek lelki állapota, hoztak-e új betegség típusokat az utóbbi évek társadalmi változásai. A professzor beszélt kutatási területeiről, az öngyilkosságról, az anorexiáról és a baleseti pszichiátriáról is.

● Milyen út vezetett az orvosi diplomától a gyermek- és ifjúsági pszichiátriáig?

– Amikor 1971-ben elvégeztem az egyetemet, négy évig a gyerekklinikán dolgoztam. Láttam, hogy sokszor ki-vizsgáljuk a gyerekeket különböző panaszokkal, fejfájással, gyomorfájással, de szervi eltérést nem találunk. Nyilvánvaló, hogy valamilyen pszichés problémájuk volt. Ezeknek az élményeknek a hatására döntöttem úgy, hogy gyermekpszichiáter leszek. Az idegklinikának volt egy gyermekpszichiátriái részlege, ott kezdtem dolgozni, ott szakvizsgáztam. 1982-ben egy évet Nyugat-Németországban töltöttem, ott új terápiás eljárásokkal ismerkedtem meg. Azóta itthon dolgozom. Az osztályon a kisdédkortól 18 éves korig ápoljuk a gyerekeket. 12 ágyon serdülők vannak, 24-en 14 éves kor alattiak. Van két, kétágyas, anya-gyermek kórteremünk is, ahova – főleg a kisebb – gyerekeket édesanyjukkal együtt vesszük fel. Szerencsés megoldás, ha a kezelés érdekében történő elváltatás fokozatosan történik, vagyis, ha a gyerek nem egyik napról a másikra marad bent a szülő nélkül.

● Melyek manapság a leggyakoribb pszichés betegségek a gyerekeknél?

– A kisgyerekeknél nagyon gyakoriak a beszédzavarok: vagy túl későn tanul meg beszélni a gyerek, vagy komoly beszédhibák jelentkeznek. Nem ritka a táplálkozási zavar: vagy túl elutasító a gyerek az étkezéssel kapcsolatban, vagy éppen ellenkezőleg, elhízik. A nagyobb gyerekeknél sok a figyelemzavar-betegség: a túl élelénk, túl mozgékony gyerekek bekerülnek az iskolába, és nem tudnak beilleszkedni, bekibálnak az órán, felkelnek. Szorongásos állapotok, kényszerbetegségek szintén előfordulnak. A serdülőknél egyre gyakoribb az anorexia nervosa, a bulimia, a depresszió és az öngyilkosság.

● A fiúk problémásabbak, vagy a lányok?

– Kisgyerekekben egyértelműen a fiúk, mint ahogyan hajlamosabbak a testi betegségekre is. Serdülőkorban viszont nagyon gyakori a lányoknál a depresszió, és az anorexia nervosa is jóval nagyobb számban fordul elő náluk.

● Egy felnőtt el tudja mondani, mit érez, milyen problémái vannak, de egy kisgyerek vagy egy magába forduló kamasz esetében a pszichés zavar jellegének, okának megállapítása sem lehet egyszerű. Milyen módszereik vannak?

– Mind a diagnosztika, mind a terápia életkorfüggő.



Katasztrófák után a lelki elsősegély mindennél fontosabb. (DM-illusztráció)

Minél kisebb a gyerek, annál inkább magatartásának, játékának, tevékenységének megfigyelése az irányadó. Nagyobb gyerekek esetében a rajz, a szerepjátékok segítenek. Az anya-gyerek kapcsolat megfigyelése már egészen kicsi korban sok támpontot ad. Öt-hat éves kortól már verbális technikákat is lehet alkalmazni. A segítséget kezdetben elutasító serdülők esetében az első lépcső a kapcsolat-teremtés. Az első négy-öt ambuláns találkozás egymás megismerésére, a bizalom kiépítésére szolgál. Nagyon gyakran a szülők és a gyerekek is úgy gondolják, hogy egy-két hét alatt a pszichés zavaroknál is olyan látványos javulást lehet elérni, mint egy mandulagyulladás esetében. Pedig éppen a magukba forduló gyerekeknél a valószínű, hogy a problémáknak mélyebb, régebbi gyökereik vannak, így a segítség is hosszabb időt vesz igénybe. A motivációs fázis után, ha öt találkozásig meg tudjuk tartani a gyereket, általában kialakul az együttműködés.

● Van-e pontosan meghatározható határ a viselkedési zavar és a pszichés betegség között?

– Még szervi betegségek esetében is nehéz megmondani, hogy mikortól beszélhetünk tudógyulladásról. A pszichés zavarok esetén is így van. Az, hogy egy gyereket csak túl élénknek tartanak, vagy kórosan hiperkinetikus, gyakran a környezet tükröképességén is múlik. Jó lenne, ha a prevenció nagyobb szerepet kapna, mert minél korábban tudunk segíteni, annál hatékonyabb a terápia. Ha még kicsi a baj, elég néhány tanácsot adni a szülőnek, hogyan befolyásolhatja kedvező irányba a gyerek fejlődését. Ha később jönnek el hozzánk, lehet, hogy már nem elég a jó tanács. Sosem lehet elég korán hozni a gyereket.

● E tekintetben a világnak ez a része kevésbé gondolkodik felvilágosultán, mint például az amerikaiak. A gyomorféklyét nálunk senki nem szűgyelli, de az ahhoz vezető pszichés problémákat igen. Van-e e tekintetben kedvező változás az utóbbi időben?

– Amerikában az egészség valójában érték, és ehhez hozzá

tartozik a lelki egészség is. Nyugat-Európában is gyakrabban járnak az emberek pszichiáterhez, akár csak „karbantartás” végett, hogy „generáljavításra”. Nálunk a szemlélettel van a baj: rendkívül ritka, hogy az emberek az egészségükkel keresik fel az orvost, hogy adjon tanácsokat, hogyan lehet megőrizni azt, hogyan kell az első intő jelekre megfelelően reagálni. Testi problémákkal is csak akkor megyünk orvoshoz, ha már komoly a baj. Pszichés bajainkkal pedig még akkor sem. Sajnos, nálunk nagyon rossz a pszichiátria társadalmi megítélése. Lehet, hogy ennek évszázados hagyományai vannak, hogy a tébolydákra vezethető vissza a tartózkodás. Az emberek hajlamosak arra, hogy otthon a szőnyeg alá söpörjék a problémát, pedig amikor már komoly a baj, nagyon nehéz segíteni. Nálunk az emberek attól tartanak, hogy ha elismerik a pszichés problémáikat, a többiek megbélyegzik őket, kivetik őket maguk közül.

● A gyermekpszichiátriában együtt „kezelik” a szülőket és a gyereket?

– A szülő közreműködése, segítségével nem lehet tartós eredményt elérni a gyermeknél. Még tanácsot sem szeretünk úgy adni, hogy nem is látjuk a gyereket, mert lehet, hogy mi egészen másképp látjuk a helyzetet, mint a szülő, aki évek óta együtt él a problémával. Általában a szülő és a gyerek viszonyát kell megváltoztatni, hiszen együttélésük partnerkapcsolat, amelynek változása mindenkettőlükre hatással van. Sok szülő úgy gondolja, hogy le- rakja itt, nálunk a gyereket a problémával együtt, és mi majd megváltoztatjuk a gyereket, megoldjuk a problémát. Márpedig a szülő nélkül ez nem megy, egy gyereket nem lehet kicserélni. A szülőnek otthon folytatnia kell, amit mi itt elkezdünk.

● Általában a két szülő közül az anya az, aki szerepet kap a gyógyításban, ő az együttműködő fél. Ennek pszichés oka van, vagy csak a társadalmi szerepből következik?

– Mindkét szülő szerepe nagyon fontos, és mi mindig hívjuk az apákat is. De sajnos sok apa kivonja magát a gyerekügyekből, orvoshoz is ál-

talában az anyák viszik a gyerekeket. Ez nyilván tradíció, abból az időből származik, amikor az anyák otthon voltak a gyerekekkel, az apák pedig távol voltak, dolgoztak, és biztosították a család létének anyagi feltételeit. Ez szerencsére változóban van. Közrejátszik ebben az is, hogy az apák ma már jelen lehetnek a gyerek születésénél. Ez meghatározza az apatiságukat, az, hogy ott vannak, amikor világra jön a gyerek, bevésődik, és belőlük odafor- dulóbb apák lesznek.

● A rendszerváltás megváltoztatta a társadalmat, átaltította a családmodelleket, a szerepeket. Jelenkeznek-e most eddig ismeretlen pszichés problémák a gyerekeknél?

– A legveszélyesebb új jelenség a munkanélküliség megjelenésével kapcsolatos. A munkanélküliség vált, egyéni válságba került apák és gyerekek között sokkal gyakoribb a konfliktusok. A fogyasztói társadalom kialakulása, az árubeség is konfliktusokat szül, hiszen az egyik gyerek nem kaphatja meg, amit szeretne, a másik viszont éppen az a gond, hogy mindent azonnal megkap. Egyik eset sem igazán szerencsés.

● A tanáró egyik kutatási területe az ifjúkori öngyilkosság. Közismert, hogy öngyilkosság tekintetében világelsők vagyunk. Igaz ez a fiatal korban elkövetett öngyilkosságra is?

– Sajnos, igaz. Az öngyilkosság összetett jelenség, nem egyetlen diagnosztikus kategória, éppen úgy, ahogyan a láz sem. Vannak genetikai komponensei is, de nagyon sokszor éppen környezeti modellt követ a gyermek, amikor önmaga ellen fordul. Az is közrejátszhat a modell továbbélésében, hogy ha a családban szeretett hozzátartozót veszítették el öngyilkosság miatt, nem tudják egyértelműen elítélni, nem tudnak elhatárolódni ettől a mintától. Az is szerepet játszik a nagy számú öngyilkosságban, hogy a gyerekek sem a családban, sem az iskolában nem tanulják meg, hogyan kell a problémákat megoldani.

● Gyakran hallani arról, hogy nemcsak a családi és a társadalmi modelleket,

hanem bizonyos karizmatikus személyiségek viselkedésmintáit is követik a fiatalok. Az ön tapasztalata is alátámasztja ezt?

– Igen. Amikor annak idején Goethe megírta Az ifjú Werther szenvedéseit, Európán öngyilkossági hullám söpört végig. Azóta ezt Werther-effektusnak hívják. Ugyanígy: amikor a magyar szépségkirálynő öngyilkos lett, csak hozzánk két olyan gyerek került, aki ennek hatására, a szépségkirálynővel azonos módon kísérelt meg öngyilkosságot. Az országban pedig több mint tíz ugyanilyen, a serdülők körében addig ismeretlen öngyilkossági mód fordult elő. Ha jól ismert, attraktív személy követ el öngyilkosságot, amely életkorban közel van a fiatalokhoz, és nagy nyilvánosságot kap az ügye, követendő példaként szolgálhat a gyerekeknek. Természetesen csak azoknak, akik foglalkoztak az öngyilkosság gondolattal. Azt, hogy valakinek eszébe jut-e az öngyilkosság, általában nem a probléma határozza meg. Inkább az, hogyan látja a problémát. Az öngyilkosságot megkísérlő gyerekeknek, akik valakinek eszébe jut-e az öngyilkosság, általában nem a probléma határozza meg. Inkább az, hogyan látja a problémát. Az öngyilkosságot megkísérlő gyerekeknek, akik valakinek eszébe jut-e az öngyilkosság, általában nem a probléma határozza meg. Inkább az, hogyan látja a problémát.

● Viszonylag új kutatási terület a balesetek pszichés utóélete. Ez mit takar?

– Amióta törvény mondja ki, hogy baleset esetén kártérítés követelhető eszmei kárért is, megjelent az igény a balesetek pszichés utóéletének vizsgálatára is. A baleset stressz, amely a testi mellett lelki sérülést is okoz. Először a pörbolyi katasztrófa gyerekeit vizsgáltuk. Arra szeretnénk választ kapni a közlekedési balesetet szenvedett gyerekek hogyan élik meg ezt a stresszt, milyen átmeneti, akut vagy krónikus válságreakciókat mutatnak. Azt tapasztaljuk, hogy gyakran jelentkezik náluk szorongás, alvászavar, gyakran egy korábbi magatartási szintre esnek vissza. Azt is szeretnénk tudni, a reakciók hogyan függenek össze a gyerek életkorával, személyiségével, a baleset körülményeivel. Minderre azért van szükség, mert a baleset pszichés utóéletét alapvetően befolyásolhatja, milyen hamar érkezik a segítség. A beavatkozás az első néhány napon a leghatékonyabb, mert később kialakul egy úgynevezett stresszmembrán Amerikában például, amikor az olimpia idején egy repülőgép lezuhant, a repülőtérről a várakozó hozzátartozókhoz azonnal kiküldtek egy stressz-brigádot, köztük egy csapat pszichiátert. A tömegszerencsétlenséghez érkező mentőautókban pszichiatérek is ülnek, hogy azonnal lelki elsősegélyben részesítsék a résztvevőket, sőt, a szemtanúkat is. Rendkívül fontos, hogy azonnal szakember kezelje az akut válságreakciókat. A beavatkozás gyorsasága és szakszerűsége a lelki zavarok esetében éppen olyan fontos, mint a testi betegségekénél.

● Az ön másik kutatási területe, az anorexia nervosa szintén a mintakövetésre vezethető vissza. Egy-két évvel ezelőttig nemigen lehetett hallani erről a betegségről. Mikor jelent meg Magyarországon?

– 1983-ig mindössze két anorexiással találkoztam, azután kezdett el terjedni ez a betegség. '90-ig még csak két-három eset volt évente, azután viszont már állandóan volt anorexiás betegünk. Most van úgy, hogy három-négy esetünk van egyszerre. Ennek egyik meghatározó oka lehet, hogy változik a nőideál, egyre soványabbak a modellek. A társadalom egyre nagyobb sóvárságot vár el a nőktől. Amikor a lányok serdülőkorban elkezdnek nővé érni, és egy kicsit hízni a hormonter-

melés hatására, megjelenik az életükben ez a probléma. Különösen azok a – főleg középosztálybeli, teljesítménycentrikus családban élő – lányok hajlamosak a beteges fogyókúrára, akik perfekcionista, mindig maximálisan meg akarnak felelni a környezet elvárásainak, akik jól teljesítenek az iskolában. Ezek a családok kívülről harmonikusnak tűnnek, de jellemző rájuk, hogy nem vállalják fel, nem beszélnek meg a problémákat. E tekintetben sajnálatos, hogy éppen ezek a gyerekek általában nagy akaraterővel rendelkeznek, így véghez is tudják vinni a fogyókúrát, egészen az önkárosításig. Anorexia nervosáról akkor beszélünk, ha a testsúly 20 százalékát elvesztjük. Ekkor már segítség nélkül nemigen van visszaút. Kialakul a test-séma zavara, a beteg még akkor is kövérnek látja magát, ha csontsovány. Megjelenik a félelem, hogy ha elkezd enni, megint meghízik. Ugyanakkor a krónikus éhezés miatt megszűnik az éhségérzet, így nem nehéz folytatni a koplalást. Ekkor már csak szakember segíthet: helyre kell állítani a testsúlyt és el kell osztani a téves nézeteket a beteg testét illetően. Az esetek 25-30 százalékában teljes a gyógyulás, a betegek 40-45 százaléka mindig vigyázni fog a súlyára, soha nem fog szabadon enni, de már nem esik a kritikus határ alá. 25-35 százalékban viszont visszaesnek a betegek, és hozzávetőleg 12 százalék a halálozás.

● MÉRLEG: Kémény vitákat, erőszakos albarátokat hoz a mai nap. Ha most kitér a konfliktusok elől, csak vesztes lehet. Családja ezt előre látta.

● SKORPIÓ: Egy környékbeli kirándulás igazi kalanddá válik, mert új utakra tévedve izgalmas és érdekfeszítő dolgokat fedez fel. Összeveszik barátjánévvel.

● NYILAS: Szívügyekben ne vesztse el a fejét, szeretetét pazarolhatja másokra, pénzügyeire azonban jobban kellene vigyáznia, mint a szívére.

● BAK: Mindenki igyekszik bizonyítani ügyességét és kiválóságát abban, amihez ért. Ön is így van ezzel, minden áron teljesíteni igyekszik.

● VÍZÖNTŐ: A háztartási munka sem jelent gondot, az ebéd is ízletesre sikerül, és még a pihenésre is marad ideje, vagyis abszolút elégedett lehet.

● HALAK: Ha ma önnek bosszantó kérdéseket fognak feltenni, maradjon nyugodt, mert valójában az ön érdekében történik a dolog, és nem ellene.

Keczer Gabriella

horoszkóp

♈ KOS: Öntözésre, kertészkedésre alkalmas ez a nap. Most még könnyebben ér célba, mint máskor, s ez vélhetően boldoggá teszi.

♉ BIKA: Bár sokat álmodoznak róla, egyelőre le kell mondaniuk néhány luxusszólógról. Semmit sem szabad a szőnyeg alá söpörni, azzal nem oldódik meg.

♊ IKREK: A csillogatok állása kedvező, ha le tudja építeni negatív érzelmeit, igazán kellemes hétvégében lesz része. Ha nem, magára vessen emiatt.

♋ RÁK: Iszonyatos fejfájással ébred, s ettől mindent borzalmasnak lát. Elvárna, hogy az egész család lábujjhegyen járjon, s ön körül forogjon a világ.

♌ OROSZLÁN: Képes befogadni minden újat. Megtesz mindent annak érdekében, hogy a középpontba kerüljön, pedig enélkül is sikeres lehet.

♍ SZŰZ: Egyszerű, kellemes, könnyed hétvégének néz elébe, ám megmondhatja magát, s ha siet, akár pokollá is változtathatja az életét.

♎ MÉRLEG: Kémény vitákat, erőszakos albarátokat hoz a mai nap. Ha most kitér a konfliktusok elől, csak vesztes lehet. Családja ezt előre látta.

♏ SKORPIÓ: Egy környékbeli kirándulás igazi kalanddá válik, mert új utakra tévedve izgalmas és érdekfeszítő dolgokat fedez fel. Összeveszik barátjánévvel.

♐ NYILAS: Szívügyekben ne vesztse el a fejét, szeretetét pazarolhatja másokra, pénzügyeire azonban jobban kellene vigyáznia, mint a szívére.

♑ BAK: Mindenki igyekszik bizonyítani ügyességét és kiválóságát abban, amihez ért. Ön is így van ezzel, minden áron teljesíteni igyekszik.

♒ VÍZÖNTŐ: A háztartási munka sem jelent gondot, az ebéd is ízletesre sikerül, és még a pihenésre is marad ideje, vagyis abszolút elégedett lehet.

♓ HALAK: Ha ma önnek bosszantó kérdéseket fognak feltenni, maradjon nyugodt, mert valójában az ön érdekében történik a dolog, és nem ellene.