



Prehabilitáció

pszichológia lehetőségei

Magyar Mesterséges Táplálás Társaság

2024. évi kongresszusa

2024.10.10.

Takács Rita Anikó

pszichológus

Észak-Pesti Centrumkórház-Honvédkórház

Miért fontos?

- **Egyre inkább elismerik, hogy a prehabilitációnak pszichológiai komponenst is tartalmaznia kell**
- **A pszichológiai tényezők hatással vannak a műtéti eredményekre**
- **Mentálisan is fel kell készülniük a műtéti beavatkozásra és a posztoperatív életükre**



Min szorong a beteg?

Mi fog pontosan történni

Milyen lesz a műtét után

(meddig lesz ágyhoz kötve, fájdalmak, testi érzetek)

Miben fog változni az élete

(pl. Milyen sztómával az élet? Mennyi idő lesz felépülnöm?)



Amit az orvos tehet

„A gondoskodás érzése”

Orvosi kommunikáció: aktív hallgatás és empátia

Tájékoztatás!

- információ a **műtétről**
 - mire számíthat a műtét napján
 - hogyan kell felkészülni
- információ a **posztoperatív időszakról**
 - a fájdalomról, a fájdalomcsillapításról
 - érzékszervi élményekről



Mikor kell pszichológus?

optimálisan: minden esetben

sztómaműtét &
daganatos betegségnél

pszichiátriai
kórképek (Sz és D)

túlzott
szorongás
(HADS)

igény

SZ.

Mivel segít a pszichológus?

szégyenérzet, igazságtalanság érzés, szorongás, depresszió...

- Félelmek átbeszélése és oldása
- Megküzdés, alkalmazkodókészség, énhatékonyság erősítése
- Kognitív viselkedésterápia
- Elfogadás és elkötelezettség terápia (ACT)
- Érzelemszabályozási technikák
- Stresszkezelés: imaginatív eljárások, relaxációs technikák, légzőgyakorlatok



- A műtét előtti **szorongás, a depresszió és az alacsony énhatékonyság** összefügg a rosszabb műtéti kimenetellel és posztoperatív életminőséggel
- Az **optimista hozzáállás** csökkenti a posztoperatív fájdalom kockázatát

- **Énhatékonyság növelése**
- **Alkalmazkodás elősegítése**
- **Optimizmus ösztönzése**

→ javíthatja a műtét utáni felépülést.



Hogyan működik nálunk?

Ambulánsan:

- az orvos megítélése alapján küldi a beteget
- a beteg e-mailen kérhet időpontot
- heti 1x
- a műtétig, és utána a felépülés alatt is

Osztályon:

- roborálás alatt, ágy mellett
- főleg pszichiátriai kórkép megléténél
- hetente általában 2x

Jövő

- Jelenleg nem áll rendelkezésre elegendő bizonyíték
 - a multimodális prehabilitációs tényezők hatása keveredik

További vizsgálatokra van szükség a pszichológiai prehabilitáció hatékonyságának megállapításához



Köszönöm a figyelmet!

Irodalomjegyzék

- Bak, M., Ruiterkamp, M., van Ruler, O., Campmans-Kuijpers, M., Bongers, B., van Meeteren, N., . . . de Vries, A. (2022). Prehabilitation prior to intestinal resection in Crohn's disease patients: An opinion review. *World Journal of Gastroenterology*, 28(22), 2403-2416.
- Fiorindi, C., Giudici, F., Testa, G., Foti, L., Romanazzo, S., Tognozzi, C., . . . Baldini, G. (2024). Multimodal Prehabilitation for Patients with Crohn's Disease Scheduled for Major Surgery: A Narrative Review. *Nutrients*, 16(11), 1783., 1-22.
- Głuszek, S., Głuszek-Osuch, M., Koziel, D., & Matykiewicz, J. (2023). Prehabilitation in preparing patients with inflammatory bowel diseases for surgery, including nutritional treatment and psychological support. *Medical Studies/Studia Medyczne*, 39(1), 91-97.
- Levett, D., & Grimmett, C. (2019). Psychological factors, prehabilitation and surgical outcomes: evidence and future directions. *Anaesthesia*, 74, 36-42.
- Teo, J., Turner, R., & Self, M. (2020). Effect of exercise prehabilitation on functional status of patients undergoing bowel resection: a systematic review. *ANZ Journal of Surgery*, 90(5), 693-701.