

## Psychologiczne aspekty leczenia chorób nowotworowych

### 1. Reakcjana diagnozę choroby nowotworowej

- choroba nowotworowa jest ogromnym stresem, wydarzeniem kryzysowym w życiu,
- wywołuje przerażenie, lęk o życie, obawę o utratę zdrowia, okaleczenie ciała, długotrwały proces leczenia,
- kojarzy się z bólem, cierpieniem, zakłóceniami w życiu zawodowym, przerwana karierą, a nawet utratą pracy, kryzysem w życiu osobistym (zaburzona relacja z partnerem życiowym czy opieka nad dziećmi), \* obawy dotyczą także relacji z dalszą rodziną, znajomymi, radzeniem sobie z poczuciem napiętnowania chorobą, osamotnienia a nawet wykluczenia,
- choroba przeraża nie tylko osobę chorą, ale także jej najbliższych

### 2. Na podstawie Elisabeth Kubler-Ross w procesie przystosowania do choroby zagrażającej życiu można wyróżnić 5 stadiów reakcji emocjonalnych:

- stadium 1 - szok, niedowierzenie
- stadium 2 - gniew, bunt
- stadium 3 - układy, pertrakcje
- stadium 4 - depresja
- stadium 5 - akceptacja

STADIUM	NAZWA	OPIS
1	Szok i niedowierzenie	bardzo często przybiera postać zaprzeczenia: np. „ <i>Nie, to niemożliwe...</i> , <i>to na pewno pomyłka</i> ”, diagnoza burzy stabilną wizję świata, ustaloną hierarchię wartości, obraz siebie jako osoby zdrowej, reagując w ten sposób człowiek broni się przed załamaniem, ciężarem, który w pierwszym momencie wydaje się nie do udźwignięcia, daje sobie czas na oswojenie się z diagnozą
2	gniew, bunt	osoba chora może obwiniać siebie i innych za chorobę może kierować pretensje i złość do wszystkich wokół, poprzez odreagowanie złości chory może jednak odczuć ulgę, może również poczuć potrzebę mobilizacji do podjęcia leczenia i walki z chorobą
3	układy, pertrakcje	wzbudzona do działania energia może zostać ukierunkowana na dalsze działania zmierzające do przywrócenia stanu sprzed choroby, pojawia się nadzieja na wyleczenie, nagły zwrot wydarzeń, odwrócenie wyroków losu i swoiste „targowanie się z Bogiem”, jednak kiedy pertrakcje nie przynoszą rezultatu i choroba postępuje, rozpoczyna się następne stadium reakcji emocjonalnych
4	depresja	czasami może dojść do załamania psychicznego, rozpacz, depresji, bezradności, objawom emocjonalnym towarzyszą zaburzenia snu (nadmierna senność lub trudności z zaśnięciem) i łaknienia, chory w tym okresie może być niezdolny do pełnienia swoich dotychczasowych obowiązków, ról społecznych, stan ten może utrzymywać się kilka dni lub nawet tygodni
5	akceptacja	po okresie załamania, negatywnych emocji i bolesnych przeżyć większość osób zaczyna akceptować sytuację choroby, w której się znaleźli, pojawia się uspokojenie, wyciszenie i zgoda na to, co nieuniknione, chory wydaje się być pogodzony z utratą zdrowia, a nawet życia

- Wymienione stadia może przeżywać nie tylko osoba dotknięta chorobą nowotworową, ale i jej najbliższy
- Nie wszyscy przechodzą stadia po kolei i nie wszyscy przechodzą wszystkie 5
- Wszystkie wymienione reakcje emocjonalne są normalne i mają charakter przystosowawczy

### 3. Emocje towarzyszące chorobie nowotworowej

Emocja	Opis (kiedy się pojawia, czemu służy)
Lęk	towarzyszy chorym przez cały czas trwania choroby, stanowi jakby tło życia pacjenta onkologicznego, jest podstawą wielu działań profilaktycznych i często dzięki niemu dochodzi do wczesnego rozpoznania choroby, stanowi silną motywację do działania, skłania pacjentów do współpracy w procesie leczenia, zmiany dotychczasowych nawyków, obroną przed lękiem jest uruchomienie zapasów energii psychicznej niezbędnej do walki o zdrowie i życie
Przygnębienie	występuje równie często jak lęk, może przybierać formę jawną (płacz, uzalanie się) lub utajoną (spowolnienie, apatię, utratę apetytu, bezsenność, trudności z koncentracją uwagi, pamięcią), jeśli przybierze formę rozpaczki może prowadzić do samobójstwa, izolacji od otoczenia lub odmowy leczenia
Gniew	pojawia się, kiedy nie można już dłużej zaprzeczać rzeczywistości (postawionej diagnozie), staje się źródłem aktywności i energii, siłą mobilizującą organizm do walki z chorobą
Poczucie winy	jego źródłem może być negatywne odczuwanie samego siebie (jako osoby winnej), może być też skutkiem „myślenia magicznego”, że choroba jest np. „karą za grzechy”, wiąże się z nim poczucie niskiej użyteczności społecznej, bycia obciążeniem dla bliskich, poniżenia i upokorzenia
Nadzieja	chęć wiary, że cierpienie musi mieć sens, że warto wytrzymać, że jest szansa na wyzdrowienie pozwala zachować spokój, znieść uciążliwe zabiegi diagnostyczne i procedury medyczne, pozwala przetrwać kolejne dni, miesiące, lata zmagania się z chorobą