

## VII. Tanulási egység: A szomatizáció pszichoterápiája

Purebl György



A szomatizáló betegek vezetéséhez szükséges pszichoterápiás készségek elsajátítása.  
A fejezet elsajátítása után képes lesz alkalmazni azokat a pszichoterápiás eljárásokat, melyeket az olyan testi panaszok esetén alkalmazunk, melyek mögött organikus ok nem áll.

### Bevezetés



Ebben a fejezetben megismerheti azokat az egyszerűbb nem gyógyszeres kezelési módszereket, melyekkel a szomatizációs panaszok (olyan testi panaszok okozta szenvedés, melyek mögött organikus ok nem áll) és az egészségszorongás az általános orvosi gyakorlatban is kezelhető.

Célcsoport: Általános orvosok és orvostanhallgatók

#### Javasolt tanulási módszerek:



Olvassa el a szöveges részeket a linkelt dialógusokkal együtt. Illetve tekintse meg a hozzájuk tartozó videó részleteket is.

Ezt követően válaszoljon az összegző kérdésekre!

Amennyiben nem tudott mindegyikre válaszolni, a problémás részeket tekintse át ismét a szövegben!

Ezután oldja meg a video részletekhez tartozó feladatokat, majd végezze el az önellenőrző tesztet

#### A tananyagot javasoljuk két külön részben áttekinteni:

A VII./1 – VII./2.1 részeket egyben, majd a VII./2.2 és VII./3 részeket szintén egyben.

### Ajánlott irodalom



Mayou R, Farmer A (2002). ABC of psychological medicine. Functional somatic symptoms and syndromes. BMJ 325;265-268

Perczel Forintos D (2010). Az egészségszorongás és a szomatizáció kognitív viselkedésterápiája. In: Perczel Forintos D, Mórocz K. Kognitív viselkedésterápia. III. átdolgozott és bővített kiadás. Medicina, Budapest

### A fejezet tartalma:

#### VII./1.: Klinikai jellemzők

VII./1.1.: Tünetek

VII./1.2.: Járulékos tünetek és viselkedések

VII./1.3.: Gyakoriság, klinikai jelentőség

VII./1.4.: A szomatizáció és a hypochondriázis kapcsolata

## **VII./2.: A szomatizáció terápiája**

VII./2.1. Pszichoedukáció, nem specifikus, pszichoterápiás hatású

beavatkozások

VII./2.1.1.: A kivizsgálások kezdetétől a testi panaszok pszichés háttérét elfogadhatóvá tevő kommunikáció

VII./2.1.2.: Megnyugtató és a kivizsgálások eredményeinek elmagyarázása

VII./2.1.3.: Egyéb nem specifikus és kiegészítő módszerek

### **VII./2.2 Specifikus pszichoterápiás beavatkozások**

VII./2.2.1 A szomatizáció kognitív viselkedésterápiás modellje

VII./2.2.2 A terápia felépítése

VII./2.2.2.1 Tünet- és viselkedésmonitorozás kialakítása

VII./2.2.2.2 A katasztrófizáló gondolkodás újrastrukturálása

VII./2.2.2.3. A tünetekkel való foglalkozás és a megnyugtató-keresés napi idejének fokozatos csökkentése, helyette aktív egészségmagatartás és hétköznapi életvitel kiépítése

VII./2.2.2.4. Stresszkezelés és terv a hétköznapi nehézségek kezelésére

## **VII./3 Hatékonyság**