

---

## Könyvszemle

---

Christoph Hermann-Lingen – Christian Albus – Georg Titscher  
(Eds.):

### **Psychokardiologie. Ein Praxisleitfaden für Ärzte und Psychologen**

(Pszichokardiológia. Gyakorlati útmutató orvosoknak  
és pszichológusoknak)

Springer-Verlag, Berlin, Heidelberg, 2020  
321 oldal, 39,99 Euró  
ISBN: 978-3-662-58898-7

Az elmúlt évtizedekben a pszichoszomatikus orvoslás egyre inkább specializálódik, és az általános pszichoszomatikus koncepciók fokozatosan háttérbe szorulnak. A szívtünetekhez, illetve szívbetegségekhez kapcsolódó pszichoszociális tényezőkkel gyakran találkoznak a szakemberek, így nem meglepő, hogy ez a terület a pszichoszomatika egyik legintenzívebb kutatási témájává vált, s napjainkra a *kardiológiai pszichoszomatika* önálló tudományággá és ellátási területté nőtte ki magát.

Németországban és Ausztriában úgy a pszichoszomatikus orvoslásban, mint a kardiológiában lehetséges a pszichokardiológiai specializáció, jelen kötet pedig lényegében egyfajta gyakorlatorientált tankönyvként foglalja össze az idevágó ismereteket.

A kötet szerzői német nyelvterületen dolgozó pszichokardiológiai szakemberek, a többségben lévő németek mellett osztrákok és svájciak is, amely lehetőséget ad ezen országok gyakorlatának megismerésére. Érdekes, hogy a nemzetközileg is elismert szakembernek számító szerkesztők pszichoterápiás képzettséggel rendelkező kardiológusok. A könyv olvasása azonban meggyőzően mutatja, hogy autentikus pszichológiai szakemberek is.

A nyitó fejezet a leggyakoribb szívbetegedések – a koszorúér-betegség, a szívelégtelenség, és a szívritmuszavarok – kórélettani összefüggéseiről ad áttekintést, továbbá tárgyalja a magasvérnyomás-betegség elméleti alapjait.

A pszichoszomatikus bevezető fejezet a klasszikus modelleket – konverzió, alexithymia, betegséggel történő megküzdés – foglalja össze. Ezt egy rövid áttekintés követi a szívbetegségek fejlődéslélektani szempontjairól.

Egy etikai fejezet a kardiológiai gyakorlat jellegzetes dilemmáját tárgyalja, nevezetesen a betegek növekvő autonómiáját és döntési jogát, amely nem ritkán ütközik az orvosi szempontokkal. Ez a rész arra is szolgál, hogy hangsúlyozza az egyenrangú, partnerségre épülő orvos–beteg kapcsolat jelentőségét a kardiológiában (is).

Az ezt követő fejezet a legnagyobb gyakorlati jelentőséggel bíró koszorúér-betegség pszichoszociális vonatkozásait mutatja be az elmúlt évtizedek kiterjedt empirikus kutatásainak tükrében. Tárgyalja a személyiség és a koszorúér-betegség viszonyát; a különböző életmódbeli kockázati tényezőket; a stressz, a depresszió és a szorongás szerepét; de szóba kerül a hátrányos pszichoszociális helyzet, és a családi, illetve párkapcsolati problémák jelentősége is. A könyv a koronáriabetegség és az infarktus esetében a pszichotraumák és a gyászfeldolgozás témakörét is áttekinti. Infarktus esetében ugyanis nemcsak a szívizom, hanem a beteg énye is sérülést szenved – emelik ki a szerzők.

A következő fejezet a további gyakori szívbetegségek pszichoszomatikus összefüggéseit tárgyalja. Többek között részletesen ismerteti a funkcionális szívpanaszok jellegzetességeit és ellátását. E területen a bemutatott német ellátási gyakorlat három szintre különül: pszichoszomatikus alapellátás, pszichoedukáció (ide sorolhatók a különféle tréning-módszerek, kognitív-viselkedésterápiás foglalkozások), és a pszichoterápia. A három szint progresszív ellátási modellként működik. Mindhárom szinten követelmény az ellátó orvos lélektani reflektivitása, a figyelem a pszichés komorbiditásra, az alapvető kommunikációs készségek ismerete, valamint az áttétel és a viszontáttétel észlelése és aktív felhasználása a terápiás munka során.

Ezután a pszichológiai diagnosztikáról olvashatunk: az állapotfelmérést szolgáló tesztekéről, skálákról, interjúkról (mindenütt a német verziót említve) és a pszichofiziológiai módszerekről.

A kötet leghosszabb – közel egyharmadát kitevő – fejezete a pszichokardiológiai ellátás különböző szintjeit tárgyalja. Megítélésem szerint az itt összefoglalt tapasztalatok képezik a kötet legértékesebb részét. A szerzők a rövid elméleti megalapozást követően nagy hangsúlyt helyeznek a gyakorlati megvalósítás során megélt jellegzetes nehézségek és azok megoldási lehetőségeinek bemutatására. Például azzal kapcsolatban, hogy egy kardiológiai osztályon hogyan lehet a társszakmákkal elfogadtatni a pszichológiai szempontok jelentőségét. Ennek során fontos az egészséges szakmai önértékelés kialakítása, és az egymástól való kölcsönös tanulás. Példaértékű a konzultációs–kapcsolati ellátás leírása. A szerzők továbbá részletesen tárgyalják a hagyományos, osztályos, illetve az egyre inkább terjedő ambuláns rehabilitáció pszichológiai gyakorlatát.

A fejezet lényegre törően ismerteti a legfontosabb pszichoterápiás módszereket is. Érdekesség, hogy a szerzők a pszichodinamikus irányzatból a

legnagyobb hangsúlyt a mentalizációs terápia ismertetésére fektetik. (A német pszichoszomatikus orvoslást hagyományosan a pszichodinamikus irányzat uralta, s csak az utóbbi évtizedekben terjedtek el a gyakorlatban a kognitív-viselkedésterápiás, illetve magatartásorvoslási módszerek). A kötet integratív szemléletmódjára jellemző, hogy a pszichológiai intervenciók között egészségpszichológiai módszerek is szerepelnek. Erre példa a motivációs interjú és a stresszkezelő technikák.

Végül a könyv a német nyelvterület pszichokardiológiai képzéseiről is áttekintést nyújt.

Összességében a kötet több, mint egy jó tankönyv. A szerkesztők igyekeztek benne minden olyan témát átfogó és gyakorlatias módon tárgyalni, amelyre szükség lehet a szívbetegség pszichoszomatikus ellátása során. A szerkesztők jó arányérzéssel csak annyit mutatnak be a kardiológiából és az általános pszichoszomatikából, amennyire a speciális pszichokardiológiai összefüggések megértéséhez szükséges.

Magyarországon egyelőre kevesen vannak, akik pszichológiai szakemberként kardiológiai területen dolgoznak. Számukra mindenképpen ajánlható ez a kötet, továbbá olyan kardiológusoknak is, akik elkötelezettek a betegorientált gyógyítás mellett.

*Tiringer István*

E-mail: [istvan.tiringer@aok.pte.hu](mailto:istvan.tiringer@aok.pte.hu)