

---

## Kongresszusi beszámolók

---

### Szakmai beszámoló a VI. Magyar Evészavar Kongresszusról Budapest, 2016. szeptember 16–17.

A kongresszus megnyitóján a Magyar Pszichiátriai Társaság (MPT) elnöke, Purebl György és a Magyar Pszichiátriai Társaság Evészavar Szekciójának alapítói, Pászthy Bea és Túry Ferenc üdvözölték a résztvevőket, áttekintve a Szekció 10 éves történetét. Az MPT Evészavar Szekciója 2005-ben alakult meg az Országos Pszichiátriai és Neurológiai Intézetben, mintegy 40 érdeklődő szakember részvételével. A Szekció már egy év elteltével országos kongresszust szervezett: az I. Magyar Evészavar Kongresszus 2006-ban volt Budapesten, amit két évente további 5 kongresszus követett.

Az evészavarok gyakori, általában fiatal korban kezdődő betegségek, amelyek sokféle – nemritkán irreverzibilis vagy halálos – szövődémmé válnak, jelentős a pszichiátriai komorbiditásuk, és nemritkán krónikussá válnak. Ezért fokozódó érdeklődés mutatkozik az evészavarok iránt a laikusok és a média részéről is. Az evészavarok növekvő súlyát tükrözi, hogy az első plenáris előadást a Magyar Pszichiátriai Társaság elnöke tartotta „Évés, testkép és kultúra, avagy mi az, amit a testképünkkel kapcsolatban nem tudunk megemészteni?” címmel. Purebl György hangsúlyozta, hogy bármennyire is jól szabályozott a táplálékfelvétel, az erről szóló élettani ismeretek nem elégségesek ahhoz, hogy értelmezzük a táplálkozási magatartás zavarait, hiszen a biológiai tényezők mellett számos pszichológiai, antropológiai és szociokulturális vonatkozása van az evészavaroknak. Színes, az evolúciót és a kultúrtörténetet az ókortól napjainkig áttekintő előadásában a testképet állította a központba.

A második plenáris előadást Pászthy Bea, a Semmelweis Egyetem I. sz. Gyermekgyógyászati Klinikájának docense tartotta „Motiváció és kapcsolat – az anorexia nervosa sikeres terápiájának alapjai” címmel. Az anorexia nervosa a legnagyobb mortalitással járó pszichiátriai betegség, amely különleges abban, hogy a páciensek és a kezelőorvosok szándékai gyakran gyökeresen különböznek egymástól. Így kulcsfontosságú, hogy kialakuljon a betegben a változás és gyógyulás irányába ható motiváció, ami a megfelelő kapcsolaton alapul.

A harmadik plenáris előadást Perczel-Forintos Dóra egyetemi docens, a Semmelweis Egyetem Klinikai Pszichológia Tanszékének vezetője tartotta „Új utak az elhízás kezelésében” címmel. Az elhízás gyakorisága és

szomatikus szövődményei miatt nagy népegészségügyi probléma. Bár a kognitív viselkedésterápia csoportmódszereivel általában kielégítő testsúlycsökkenés érhető el, néhány év múlva visszahízás következik be: Ennek oka a tervezés, az önmonitorozás, az önkontroll és a mozgás abbahagyása, továbbá a stressz és a nassolás. A súlycsökkentésben és a súlytartásban a jelentudatoság/tudatos jelenlét (mindfulness) módszereivel lehetünk eredményesebbek.

A plenáris előadások után a szekció-előadásokkal folytatódott a kongresszus. A 7 szekcióban 35 előadás hangzott el. A szekciók címe tükrözi a témák sokszínűségét: Elhízás; Az evészavarok pszichodinamikus összefüggései; Csecsemő- és kisgyermekkorai táplálkozási zavarok; Testkép; Az evészavarok szomatikus vonatkozásai. Két szekciót olyan előadások töltek meg, amelyeket nem lehetett besorolni a fenti címek alá. A „Szabad előadások” két szekciójában előadások hangzottak pl. egy, a testképet mérő háromdimenziós számítógépes modellező és grafikai programról, a sport és az evészavar, illetve a sírás és az emocionális sírása kapcsolatáról, továbbá az iskolákban alkalmazható evészavar-prevenációs programokról.

A kongresszus második napja a plenáris vitafórummal indult. A megvitatandó kérdés az volt, hogy az egészséges táplálkozásra irányuló ajánlások elősegítik-e az evészavarok kialakulását. A két vitázó fél Halmy Eszter, a Magyar Elhízástudományi Társaság ügyvezető elnöke és Kubányi Jolán, a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének elnöke volt, a vitát pedig Túry Ferenc professzor, az MPT Evészavar Szekciójának elnöke moderálta. Két nagy szakmai csoport, az obezitológusok és dietetikusok nézőpontját, álláspontját ismerhette meg a hallgatóság. Mindkét előadó imponáló felkészültséggel tekintette át, hogyan változtak az elmúlt évtizedekben az epidemiológiai adatok, a táplálékpiramisok, a táplálkozással és testmozgással kapcsolatos szakmai ajánlások, irányelvek. A plenáris vitafórum nyitó kérdésére mindkét előadó ugyanazt a választ adta: az egészséges táplálkozásra irányuló ajánlások nem játszanak szerepet az evészavarok kialakulásában! A kongresszus minden résztvevője megkapta az „okostányért”, amely jól áttekinthetően tartalmazza az étrenddel kapcsolatos aktuális ajánlásokat.

Az elmélet és gyakorlat összhangja optimálisan valósult meg a kongresszuson. A műhelyeken a résztvevők bepillantást nyerhettek abba, hogy hogyan valósulnak meg bizonyos terápiás módszerek a gyakorlatban. Az evészavarok kezelésének gyakorlati buktatóival, csapdáival ismerkedhettünk meg Túry Ferenc és Szumska Irena műhelyében. Perczel-Forintos Dóra „Mindfulness meditáció a testsúlykontrollban” című műhelye jó gyakorlati illusztrációja volt a szerző első napon tartott plenáris előadásának.

Nézzünk néhány számszerű adatot a kongresszusról. A résztvevők száma minden előzetes elvárást felülmúlt: 320-an regisztráltak. A szervező bi-

zottság nagylelkűsége révén a PhD-hallgatók és az egyetemi hallgatók térítésmentesen vehettek részt a tudományos programokon, összesen 53 fő. A kongresszuson 22 dietetikus és mintegy 30 pszichológus jelent meg. A 215 orvos között a legtöbben a pszichiáterek, gyermekgyógyászok, házi-orvosok, belgyógyászok és gasztroenterológusok voltak.

A tudományos előadások után az első nap estjén a Jazzical Trió koncertjén kapcsolódhattak ki a kongresszus résztvevői. Bach, Chopin, Beethoven, Bartók és Rimszkij-Korszakov műveinek feldolgozását hallhattuk.

A plenáris előadásokkal (3), a szekció-előadásokkal (35), a műhelyekkel (2) és plenáris vitával együtt összesen 41 tudományos prezentációra került sor, 65 előadó vagy társszerző közreműködésével. A résztvevők számát és a tudományos program méretét tekintve a VI. Magyar Evészavar Kongresszus hasonló az olyan nemzetközi kongresszusokhoz, mint az Alpbachban évente tartott Nemzetközi Evészavar Kongresszus vagy az Evészavarok Európa Tanácsának két évente szervezett kongresszusa.

Összességében elmondható, hogy a VI. Magyar Evészavar Kongresszus minden szempontból magas színvonalúnak volt tekinthető. A helyszín, a Hotel Flamenco jó választásnak bizonyult. A minden részletében profeszionális szervezés pedig a Convention Budapest Kft. érdeme volt.

Szabó Pál

E-mail: dr.szabopal@gmail.com

## **Szakmai beszámoló a 24. Nemzetközi Evészavar Konferenciáról Alpbach (Ausztria), 2016. október 20–22.**

Az Alpbachi Nemzetközi Evészavar Konferencia az Innsbrucki Orvostudományi Egyetem professzora, Günther Rathner kezdeményezésére jött létre. Ez a legnagyobb német nyelvű kongresszus az evészavarok témakörében, és világviszonylatban is ez az egyik legnagyobb evészavar-kongresszus. Günther Rathner 1989-ben alapító tagja volt az Evészavarok Európa Tanácsának (European Council on Eating Disorders, ECED), a vezetésével alakult meg 1992-ben az Osztrák Evészavar-Hálózat (Netzwerk Essstörungen), és alapításától, 2000-től az Osztrák Evészavar Társaság elnöke volt.

A konferencia állandó helyszíne Alpbach, amit az ország legvirágosabb és Európa legszebb falujának szavaztak meg. Alpbach 1000 méterrel a tengerszint felett helyezkedik el, és 2000–2500 méteres hegycsúcsok övezik.

A falusi környezetbe belesimuló kongresszusi központ számos rendezvény helyszíne, így a település a „gondolkodók faluja” címet is viseli.

Október 20-án, a kongresszus előtti továbbképző napon a plenáris előadók (Christopher Fairburn, Gerard Butcher és Paul Robinson) tartottak – angol nyelvű – műhelyeket külön részvételi díj fejében. A kongresszus kétnyelvű, most kb. fele-fele arányban voltak az angol és német nyelvű prezentációk.

A megnyitón Karin Waldherr, az Osztrák Evészavar Társaság elnöke, Günther Rathner, az Osztrák Evészavar-Hálózati elnöke, Heinz Fischer az Innsbrucki Egyetem Politikatudományi Intézetéből, Sabine Oberhauser egészségügyi miniszter, Franz Katzgraber, Tirol Tartomány egészségügyi igazgatója és Innsbruck városi tanácsa részéről Franz X. Gruber köszöntötte rövid előadással a kongresszus résztvevőit.

Plenáris előadásában Christopher Fairburn (Oxford) az evészavarok kognitív viselkedésterápiájának (CBT) 40 éves történetét tekintette át, a bizonyítékokon alapuló orvoslás perspektívájából, rámutatva a CBT erősségeire és gyengéire is.

A második plenáris előadást Andreas Karwautz (Bécsi Orvostudományi Egyetem) tartotta arról, hogy a pszichofarmakológiai terápia milyen szerepet játszik az evészavarok kezelésében. Rendkívül részletesen – „németes alapossággal” – számba vett minden gyógyszeres lehetőséget: áttekintése messze átlépte a pszichofarmakológia határait, előadásában a vitaminok, ionok, fémkészítmények lehetséges szerepéről is beszélt.

A harmadik plenáris előadás során egy rendkívül nagy kihívást jelentő együttjárás kezeléséről hallhattunk Paul Robinsontól (London). Az evészavart és a borderline személyiségzavart önmagában sem könnyű kezelni, ám ha ez a két állapot társul, különlegesen nehéz a helyzet. Az előadó a dialektikus viselkedésterápiát és a mentalizáción alapuló módszereket ajánlotta, mint új, de ígéretes megközelítéseket.

A negyedik plenáris előadás témája is nagyon fontos. Gerard Butcher (Dublin) az Integratív Kognitív-Affektív Terápiának (ICAT) az evészavarok kezelésében betöltött szerepét tekintette át. A CBT az evészavarok bizonyítékokon alapuló vezető kezelési módja. Az érzelmi zavarok azonban igen súlyosak lehetnek az evészavaros személyeknél, így az olyan, a kognitív és affektív szempontokat integráló terápia, mint amilyen az Integratív Kognitív-Affektív Terápia, hatékonyabb lehet, különösen bulimiában.

A plenáris előadások után a szekció-előadásokkal folytatódott a kongresszus. A 6 szekcióban 29 előadás hangzott el. A szekciók címe jelzi, hogy ezúttal az evészavarok terápiája állt az érdeklődés központjában: 4 szekciónak ez volt a címe. Az előadások témája azonban nagy változatosságot

mutatott: szó volt a virtuális valóság módszeréről, az önsegítő csoportokról, a placebo alkalmazásáról, a férfiak testképéről, a támogató hozzátartozók vizsgálatáról műhely vagy internet segítségével, és az újratáplálási (refeeding) szindrómáról is. Igen érdekes volt a divatipar és az evészavarok kapcsolatáról szóló előadás, amely a topmodellek interjúval történt vizsgálatán alapult.

A műhelyeken a résztvevők bepillantást nyerhettek abba, hogy hogyan valósulnak meg bizonyos terápiás módszerek a gyakorlatban, egyes elemeket, gyakorlatokat akár személyesen is kipróbálva. Mivel a 10 műhelyből 5-5 párhuzamosan folyt, ezért csak két műhelyen tudtam részt venni. Paul Robinson a MARSIPAN-ról tartotta a műhelyét. Ez a nagyon súlyos anorexiás betegek kezeléséről szólt (MARSIPAN = Management of Really Sick Patients with Anorexia Nervosa). Bemelegítésként a szerző 14 elhunyt anorexiás beteg történetét ismertette röviden. A megdöbbentő történetek jól illusztrálták az evészavarok veszélyeit, és hogy mennyi mindenre kell figyelni az evészavarral foglalkozó szakembereknek.

Michel Probst (Leuven) műhelyében is nagy élmény volt részt venni. Itt azzal foglalkoztunk, hogy milyen diagnosztikai és terápiás lehetőségek vannak az evészavaros betegek testképével és mértéktelen edzésével kapcsolatban.

Poszterszekció az idei kongresszuson nem volt. A résztvevők viszont szavazhattak a legjobb előadókról. A versenyen 2. helyezett lett Bogár Nikolett, a Semmelweis Egyetem gyógyszerészhallgatója a topmodellekről tartott előadásával. A korábbi kongresszusokon is több díjat nyertek a magyar előadások és poszterek.

A szünetekben meg lehet nézni a „Hastörténetek” („Bauchgeschichten”; „Belly Tales”) című kiállítást. Női hasakról láthattunk képkiállítást, a fényképekhez mellékelve volt a has tulajdonosának a fényképről szóló kommentárja, története.

A péntek esti fogadáson a korábbi kongresszusokhoz hasonlóan jam session volt. Túry Ferenc – ahogyan minden évben – citerájával csatlakozott a helyi művészekhez, Tanja Peerhez (ének, nagybőgő, fuvola, szintetizátor) és Christine Gundolfhoz (ének, hárfa, gitár). Új színfolt volt, hogy együttesükhez Bóna Enikő, a Semmelweis Egyetem doktorandusz hallgatója csatlakozott fuvola- és gitárjátékával.

A plenáris előadásokkal (4), a szekció-előadásokkal (29) és a műhelyekkel (10) együtt összesen 43 tudományos prezentációra került sor, 104 előadó vagy társszerző közreműködésével. Sok fiatal vett részt a kongresszuson úgy, hogy nem tartott előadást. A szerzők listája alapján a legtöbben Németországból, Ausztriából, az Egyesült Királyságból és Spanyolországból

ból jöttek. A magyar csapat az 5. legnagyobb lehetett. A magyar szerzők 3 előadást tartottak. Úgy tűnt, most kevesebben jöttek a szomszédos Olaszországból és Svájcból. Közép- és Kelet-Európát lengyel és cseh kollégák képviselték a magyarok mellett. Az idén egyetlen ausztrál előadó jött a tengerentúlról.

Összességében érdekes, hasznos és minden szempontból magas színvonalú volt a 24. Nemzetközi Evészavar Konferencia Alpbachban. Jövőre mindenképpen jövünk a jubileumi konferenciára.

*Szabó Pál*

E-mail: [dr.szabopal@gmail.com](mailto:dr.szabopal@gmail.com)