



AKADÉMIAI KIADÓ

Mentálhigiéné
és Pszichoszomatika

24 (2023) 1, 82–83

DOI:
[10.1556/0406.2023.00015](https://doi.org/10.1556/0406.2023.00015)
© 2023, Akadémiai Kiadó, Budapest

KÖNYVISMERTETÉS



Könyvszemle

TELEKI Szidalisz Ágnes:

Szív-ügyünk

A szívkoszorúér-megbetegedések bio-pszicho-szociális szempontjai, az elsődleges, másodlagos és harmadlagos megelőzés lehetőségei

[Heart matters. The bio-psycho-social aspects of coronary heart disease, and the ways of primary, secondary and tertiary prevention]

Akadémiai Kiadó Zrt., Budapest, 2022

343 oldal, 6000 Ft

ISBN: 9789634547723

Ahogy a könyv címében is olvashatjuk, a szerző egy nagyon fontos „ügybe” avatja be olvasóit, mégpedig a szívkoszorúér-betegségek világába, s ezzel egy régóta tátongó űrt próbál betölteni. Az utóbbi években a szívbetegségekhez kapcsolódó pszichoszociális tényezők vizsgálata nagyon intenzívvé vált, ám egy minden szempontból kimerítő összefoglaló mindeddig nem született a témáról. A szívbetegségek közül kiemelendők a szívkoszorúér-megbetegedések, amelyek jelenleg is a vezető halálokok közé tartoznak Magyarországon, így a jelen könyv szerzője ebbe a kulcsfontosságú témába ad betekintést a betegség kialakulásától kezdve egészen az intervenciók lehetőségeig.

Hat fő fejezeten keresztül bio-pszicho-szociális aspektusból ismerteti meg velünk e széteágazó területet, hogy az is könnyedén eligazodjon benne, aki más szférából érkezik.

Az I. fejezetben (*A szív- és érrendszer felépítése és működése*) az alapoktól indulunk, vagyis megismerhetjük a véredények és a szív felépítését és normális működését, amelyet a szerző ábrákkal is szemléltet a könnyebb feldolgozhatóság érdekében, majd a II. fejezetben (*A szív-koszorúér-betegségek kórleltana és gyakorisága*) áttér annak kifejtésére, hogy milyen tünetek figyelmeztethetnek arra, ha a szívünk működése eltér a fentebb leírtaktól. Választ kaphatunk arra a kérdésre, hogy hogyan alakul ki az érszűkület, milyen tüneteket okoz, és milyen vizsgálatokra van szükség a diagnózis felállításához. A fontos kulcsfogalmak bevezetése elősegíti a diagnózis megértését.

A III. fejezetben a szívkoszorúér-betegségek terápiájába nyerhetünk betekintést a gyógyszeres kezeléstől kezdve, a műtéti beavatkozási lehetőségeken át a rehabilitációig. A műtéti beavatkozások összehasonlításáról szintén szó esik, hiszen a beavatkozások eltérnek egymástól az invazivitásuk tekintetében és a felépülés ütemében is. A gyakorlatban sokszor tapasztaljuk, hogy a páciensnek nehézséget jelent egy-egy fogalom megfelelő használata, így ennek tisztázásában is segíthet ez a fejezet.

Végül eljutunk egy kardinális témához (IV. fejezet), amely a pácienseket kifejezetten foglalkoztatja: a szívkoszorúér-betegség kialakulását és lefolyását befolyásoló tényezőkhöz. Alapvető fontosságú annak megértése, hogy mely tényezők növelik a betegség kialakulásának, illetve kiújulásának valószínűségét, és melyek azok a faktorok, amelyek protektívek a betegséggel szemben. A biológiai rizikófaktorok mellett a pszicho-szociális tényezők kifejtése is szükséges, mivel azok alapvetően befolyásolják az adherenciát, a gyógyulás folyamatát, illetve a betegség kimenetelét egyaránt. A szerző felhívja a figyelmet a diagnosztika fontosságára, ugyanis a fel nem ismert és kezeletlen, illetve megoldatlan pszicho-szociális tényezők akár a szív- és érrendszer további patológiás elváltozásához vezethetnek, amely negatív hatással lehet a betegség kimenetelére és a páciens életminőségére. A kockázati tényezők feltárása mellett hangsúlyt helyez a másik oldalra is: a betegség nemcsak megtörténik velünk, hanem az adaptív megküzdési képességeink révén jó esetben képesek vagyunk, vagy leg-

alábbis képessé válunk kezelni a felmerülő nehézségeket, elősegítvén ezzel a betegséghez való alkalmazkodást; hiszen a krónikus szívbetegség élethosszig tartó, sokrétű alkalmazkodást kíván meg a páciens és környezete részéről is. Viselkedésünkkel, szokásainkkal kedvezően vagy akár kedvezőtlenül tudunk hatni az egészségünkre. Az egészségvédő magatartások rendszeres folytatása mellett tehát több olyan tevékenység is jelen lehet életünkben, amelyek gyakorlása révén növelhetjük a betegség kialakulásának valószínűségét. Mindezekről is részletes beszámolót kapunk e fejezetben belül.

Mivel a koszorúér-betegségek kezelésének elmúlt évtizedeiben a halálozási mutatók javulást mutattak, egyre fontosabbá vált az egészséggel összefüggő életminőség, amelyet az *V. fejezet* jár körül. A kardiovaszkuláris betegségek esetén az életminőség-kutatások eredményei szerint az alacsony életminőség a kardiovaszkuláris halálozással is összefüggést mutat, ezért az elmúlt évek kutatásai egyre inkább az életminőség háttértényezőinek azonosítására irányulnak. A diagnózist követően pszichés distresszállapot alakulhat ki, majd a betegség elfogadásáig egy hosszabb, a gyógyfolyamathoz nagyon hasonló út vezet, amely szakaszainak ismertetésére szintén sor kerül a fejezetben. Ezt követően pedig áttekinthetjük, hogy milyen hatásai lehetnek a krónikus betegségeknek az egyén életére, illetve milyen alkalmazkodást igénylő kihívásokkal és új feladatokkal szembesülhet a krónikus betegséggel élő személy.

Megérett az idő az életmódváltásra! A *VI. fejezet* kifejezetten erre a témára épít, hiszen nem lehet eléggé hangsúlyozni, hogy a vezető halálokok miatt bekövetkező halálozások legalább 50%-áért viselkedései tényezők felelősek. Egy akut koronáriaeseményt vagy a koszorúér-betegség diagnózisát követően a betegek nagy része véghez visz változásokat az életmódjában, de sajnos elmondható, hogy a legtöbb esetben a változtatások inkább rövid távúak, és idővel az egyén nagy valószínűséggel visszatér a régi, egészségkáro-

sító szokásaihoz. A „szívbarát” életmód kialakítása érdekében ezért az elmúlt három évtized egészségpszichológiai kutatásainak egyik fő célkitűzése az volt, hogy azonosítsák, és a gyakorlatban teszteljék azokat a tényezőket, elméleti modelleket és programokat, amelyek a leghatékonyabb módjai lehetnek az egészségkárosító magatartások leépítésének és az egészségvédő szokások kialakításának. A modellek elméleti leírása, alkalmazhatósága, eredményessége után az életmódváltás területeire tér ki a szerző, s nagyon helyesen a dohányzás problémakörét járja körbe részletesen, mivel a gyakorlatban nagyon nehezen valósulnak meg hatékony leszokást segítő programok. További megoldandó területek az étkezés, a testmozgás, a stresszkezelés, a szexuális élet és a gyógyszerszedés, amelyekkel a gyakorlatban tevékenykedő szakemberek a leggyakrabban találkoznak. Szerencsére az intervenciók széles skáláján mozoghatunk, amelyek kiválasztásában is támpontot nyújthat az utolsó fejezet.

Összefoglalva, a jelen kötet struktúrája szépen felépített és átgondolt; a szakszerű, részletekbe menő elméleti blokkokban praktikus kitekintéseket és esetrészleteket is találunk, amelyek segítik az elmélet jobb megértését. A szakirodalmi áttekintés szintén alapos, kurrens kutatási eredményekről számol be. A kiadvány hasznos lehet a téma iránt érdeklődőknek, akik kíváncsiak egy szomatikus betegség komplex hátterére, illetve jó kiegészítőjévé és segítőjévé válhat a szakemberek munkájának mind a prevenció, mind a rehabilitáció területén.

Az online formában megjelent kötet teljes egészében nyílt hozzáférésű (<https://mersz.hu/teleki-sziv-ugyunk/>). Nyomtatott verziója 2022 szeptemberében jelent meg.

NAGY Alexandra

Állami Szívkórház, Balatonfüred
nagy.alexandra@szivkorhaz.hu

