

## Közösen a pszichiátriai betegek felépüléséért – Egészségügyi és szociális segítők céljai és eszközei a közösségi pszichiátriai ellátásban

Simon Lajos<sup>1</sup>, Pucsek József<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Semmelweis Egyetem Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinika  
Integrált Közösségi Pszichiátriai Csoport, Budapest

<sup>2</sup>Moravcsik Alapítvány Integrált Közösségi Pszichiátriai  
Csoport, Budapest  
simon.lajos@med.semmelweis-univ.hu

A közösségi pszichiátria történeti összefoglalóját követően áttekintjük a hazai közösségi alapú pszichiátriai ellátás egészségügyi és szociális területen megvalósuló gyakorlatát, módszereit. A pszichiátriai egészségügyi ellátás fejlődésével párhuzamosan megjelent a rehabilitációs szemlélet a szociális ágazatban is és egyre gyakoribbá vált a közösségi pszichiátriai szemléletű ellátás a komplex pszichiátriai egészségügyi-szociális rendszerben. Megjelentek az interprofesszionális közös gondozások és ellátások.

A különböző segítői modellek bemutatása mellett kitérünk az esetmenedzselés szempontjaira, az esetfelelős tevékenységi körére és az esetviteli feladatok ismertetésére, illetve az esetfelelős munkát kiegészítő kísérő támogató feladatainak és kompetenciáinak összegyűjtésére. Kiemelten fontos szempont a pszicho-szociális fogyatékossgal élők rehabilitációs célú foglalkoztatása, összefoglaljuk a megváltozott munkaképességű emberek foglalkoztathatóságának lehetőségeit. Bemutatunk egy jó gyakorlatot az egészségügyi és szociális területen, a Moravcsik Modellt, ami a Semmelweis Egyetem PPK Integrált Közösségi Pszichiátriai Csoport tevékenységét jelöli. Ebben a modellben megtörténik a komplex pszicho-szociális rehabilitációban szükséges egészségügyi és szociális ellátások összehangolása, a szakemberek képzése, továbbképzése és a kliensek szükségleteinek, képességeinek és preferenciáinak megfelelő foglalkoztatása.

Végül érintjük azokat a különböző országokban már működő és jó tapasztalatokat nyújtó ellátási formákat, amelyeket hazánkban a közeli és távolabbi jövőben érdemes adaptálni és bevezetni.

## A kronotípus és az alvásminőség szerepe a mentális megbetegedések tünettanában és prognózisában

Simor Péter<sup>1</sup>, Demeter Gyula<sup>2,3</sup>, Dobó Zsófia<sup>3</sup>,  
Lázár Alpár<sup>4</sup>, Csigó Katalin<sup>1</sup>, Racsmány Mihály<sup>2,3</sup>,  
Harsányi András<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Nyíró Gyula Kórház – Országos Pszichiátriai és Addiktológiai  
Intézet, Budapest

<sup>2</sup>Magyar Tudományos Akadémia – Budapesti Műszaki és  
Gazdaságtudományi Egyetem Nemzeti Agykutatási Program-B,  
Frontostriális Zavarok Kutatócsoport, Budapest

<sup>3</sup>Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem Kognitív  
Tudományi Tanszék, Budapest

<sup>4</sup>Cambridge Center for Brain Repair, Cambridge  
petersimor@gmail.com

Az alvás és ébrenlét időzítésének ritmusát meghatározó napszaki preferenciák kognitív és affektív folyamatokkal való összefüggésének vizsgálata az elmúlt években a pszichiátriai kutatások terén is egyre nagyobb hangsúllyal jelentkezik. Mindez nem meglepő, hiszen a napszaki preferenciák (kronotípus) az aktivitás és passzivitás ritmusának meghatározása mellett a pszichés egyensúlyban, vagy éppen egyensúlyvesztésben szerepet játszó faktorokkal is szoros összefüggést mutatnak. Az elmúlt években számos vizsgálat kimutatta, hogy az esti kronotípus összefügg a pszichés sérülékenység holdudvarába tartozó személyiségjellemzőkkel (neuroticizmus, újdonságkeresés), valamint egyes maladaptív viselkedésformák (pl. egészségkárosító magatartások) fokozott kockázatával. Az esti kronotípussal jellemezhető személyek ráadásul gyakrabban számolnak be különböző alvászavarokról, amelyek szintén növelhetik a pszichés problémák kialakulásának kockázatát. Habár a kronotípus hátterében egy rendkívül bonyolult idegrendszeri apparátus működése áll, a napszaki preferenciák mégis könnyen mérhetők kérdőíves eszközökkel is. Korábbi vizsgálatok alapján a kronotípus kérdőíveken alapuló mérése hitelesen tükrözi a napszaki ritmussal kapcsolatban álló biológiai folyamatok működését (pl. egyes hormonok szekréciójának ritmusát). Mivel a kronotípus jelentős szerepet játszik a kognitív teljesítmény és a hangulat napi ingadozásában, a napszaki preferenciák figyelembevétele a rutin pszichiátriai gyakorlatban, például a mentális funkciók vizsgálata során is fontos szempont lehet. Újabb kutatások pedig arra hívják fel a figyelmet, hogy az esti kronotípus, a pszichiátriai körképekben gyakorta tapasztalható napszaki ritmuseltolódás és alvásproblémák fokozzák a relapszus kockázatát, így e faktorok figyelembevétele az optimális beavatkozás kiválasztását is elősegítheti. A fentiekben vázoltak mellett az előadásban bemutatjuk, hogy milyen szerepet tölthet be a kronotípus a hangulat- és szorongásos zavarok tünettanában, majd röviden ismertetjük a kronotípus mérésére alkalmas kérdőívvel, a Morningness-Eveningness Questionnaire hazai adaptációjával (MEQ-H) kapcsolatos tapasztalatainkat, valamint a Nyíró/OPAI II. Pszichiátriai Osztályán induló kutatásunk jelenlegi állását.