

Postawa wobec choroby a proces leczenia

Stany chorobowe, w zależności od stopnia nasilenia, praktycznie zawsze wzbudzają w nas niepokój. Stres psychologiczny jest zazwyczaj nieodłączną częścią tego okresu, który może trwać od kilku dni do kilku lat, a nawet – całe życie. Proces leczenia jest walką, która niesie ze sobą wiele wyzwań, emocji oraz wyrzeczeń. **Na zdrowie nie składa się jedynie brak schorzeń, ale również dobrostan psychiczny, społeczny oraz duchowy pacjenta.**

Proces ten nie zależy jednak jedynie od odpowiednio dobranej terapii leczniczej przez medyka. **Postawa pacjenta wobec choroby, czyli „Stosunek pacjenta do faktu zachorowania i sytuacji związanych z leczeniem i rehabilitacją”¹** odgrywa tutaj kluczową rolę, która może przesądzić o losie chorego. Jakie postawy możemy więc wyróżnić?

¹ Wrześniowski K., *Psychologiczne problemy chorych z zawałem serca*, wydawnictwo PZWL, Warszawa 1986



Postawa wobec choroby to wypadkowa komponentów poznawczych, emocjonalnych oraz poznawczo-behawioralnych pacjenta. Odczuwany lęk, nadzieja, wiedza o chorobie i jej konsekwencjach, motywacja do wyzdrowienia, dotychczasowe doświadczenia oraz wiele innych czynników będzie kształtować stosunek chorego do przeżywanego obecnie stanu.

Możemy wyróżnić 3 postawy charakteryzujące daną osobę w obliczu choroby:

- 1. Sprzyjającą procesowi leczenia** – stan ten charakteryzuje się wysoką świadomością swojego położenia. Pacjent akceptuje i rozumie, przez jaki proces przechodzi jego organizm, stara się przestrzegać zaleceń lekarskich, postępować zgodnie z zaleconą formą terapii, poszerza swoją wiedzę na temat choroby, widzi możliwość powrotu do pełnej sprawności lub poprawy funkcjonowania. Oczywiście towarzyszą tutaj również ciężkie emocje takie jak: strach, smutek, stan żałoby. Nie są jednak dominujące i nie dyktują w 100% podejmowanych kroków.
- 2. Ambiwalentną** – charakteryzuje się połączeniem pewnych czynników, które sprzyjają procesowi leczenia z tymi, które wpływają na niego negatywnie.
- 3. Niesprzyjającą procesowi leczenia** – możemy tutaj rozróżnić dwa jej rodzaje:
 - **Niesprzyjającą z przewagą lęku** – choremu towarzyszą głównie negatywne myśli, jego przyszłość rysuje w ciemnych barwach, nie wierzy, że kiedykolwiek wróci do pełnej sprawności, nie widzi możliwości poprawy swojego stanu. Osoba taka będzie miała bardzo zniekształcony obraz choroby: „Niedługo umrę”. Będzie wybiórczo współpracować z personelem medycznym i nadmiernie oszczędzać się, wysługując się przy tym innymi.
 - **Niesprzyjającą z przewagą braku akceptacji** – chory w sposób selektywny przyjmuje informacje o swoim stanie, bagatelizuje zalecenia lekarskie, jest nadmiernie optymistyczny, nie potrafi dostrzec negatywnych konsekwencji forsowania się. Trudno uświadomić mu, że musi zmodyfikować swój dotychczasowy styl życia i nauczyć się zdrowych nawyków, np. żywieniowych.

Postawa wobec choroby będzie w oczywisty sposób definiować proces rekonwalescencji. Stopień świadomości chorego, jego upór w dążeniu do celu będzie rzutował na jego bliskich, personel medyczny, z którym współpracuje, a w konsekwencji – na cały okres związany z przeżywanymi zaburzeniami działania organizmu.

Źródła:

1. Kusz J., *Choroba jako sytuacja stresowa i sposoby radzenia sobie z nią*, Puls Uczelni, Państwowa Medyczna Wyższa Szkoła Zawodowa w Opolu 2012
2. Ziarko M., *Zmaganie się ze stresem choroby przewlekłej*, Wydawnictwo Naukowe Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu 2014

Odpowiednio dobrane leki, terapia choroby czy zaangażowanie personelu medycznego to tylko połowa sukcesu. Postawa pacjenta wobec choroby będzie miała decydujący wpływ na jego przyszłość. To, czy podejmie on w pozytywny sposób działania związane z walką o lepsze jutro, będzie głównym czynnikiem jego powrotu do zdrowia. **Ważne jest więc aby nie tylko chorzy eksplorowali temat związany z odpowiednim podejściem do swojego stanu, lecz żeby również bliscy i personel medyczny starali się wpajać mu sprzyjającą postawę i zachowania. Edukacja, zrozumienie, cierpliwość okaże się tutaj na wagę złota.**