

didactice prin programe de formare specifice educației incluzive, noțiunilor privind educația copiilor cu nevoi speciale, identificarea precoce a dificultăților de învățare ale copiilor prin programe naționale de sănătate mintală.

Bibliografie

1. CUCER, A., Psihologia personalității – Note de curs, pp.31-32, Chișinău, 2013, 86 p. Disponibil: https://criminology.md/wp-content/uploads/2020/06/ispca_note_curs_d_a210.pdf. Accesat la data 23.04.2023.

CZU: 159.9:616-006-056.24

SUPPORTUL PSIHOLOGIC ADAPTAT LA PACIENTUL ONCOLOGIC

Ghimpu Rodica
UPSC "Ion Creangă"
(România)

ORCID: 0009-0005-1513-6669

Annotarea

Îmbunătățirea percepției oamenilor cu privire la necesitatea îngrijirii sănătății mintale, psihice și autodezvoltării personale, psihologul identifică problemele cu care se confruntă persoana din fața sa, și prin procesul de consiliere sau psihoterapie, găsește soluțiile potrivite pentru remediarea acestora, de a ajuta pacientii oncologici să treacă cu bine peste gânduri și temeri.

O subspecialitate a oncologiei care sprijină pacienții din punct de vedere psihologic, diagnosticului de cancer este psiho-oncologia. Întâlnirea cu un psiho-oncolog are un impact foarte mare asupra stării psihologice pacienților oncologici și poate fi de un mare ajutor.

Cuvinte-cheie: suport psihologic, pacienți, psiholog, diagnostic, consiliere, psiho-oncologie, soluții.

Annotation

Improving people's perception of the need for mental and psychological health care and personal self-development, the psychologist identifies the problems faced by the person in front of him or her, and through the process of counselling or psychotherapy, finds appropriate solutions to remedy them, to help cancer patients to overcome their fears and worries. .

A subspecialty of oncology that supports patients from a psychological point of view, the diagnosis of cancer is psycho-oncology. Meeting with a psycho-oncologist has a huge impact on the psychological state of cancer patients and can be a great help.

Keywords: psychological support, patients, psychologist, diagnosis, counseling, psycho-oncology, solutions.

Când vorbim despre sănătate, ne îndreptăm atenția asupra sănătății corporale dar uităm despre psihic, minte și suflet, și poate uneori scăpăm din vedere că nu suntem doar trup. Psiho-oncologia se află la granița dintre psihologie și oncologie și este menită să aline psihic pacientul bolnav de cancer. Conform Holland et al. (2010) o subspecialitate clinică a oncologiei denumită și psiho-oncologia ce se raportează la două dimensiuni astfel:

- reacțiile psihologice ale pacienților cu cancer, ale familiilor acestora, în toate stadiile bolii

- factorii psihologici, sociali și comportamentali, care pot fi considerați cauze ale cancerului și ale supraviețuirii (Holland et al., 2010, p.10).

Pentru pacienții de cancer ajutorul psihologic este esențial. Sprijinul oferit de un psiho-oncolog este primul pas în recuperarearea oncologică. Psihologul va ajuta să înțeleagă emoțiile și comportamentele, atât a pacientului, cât și ale celor din jur. Impactul psihologic ignorat de pacienții oncologici este dat de apariția schimbărilor la nivelul organismului este aceasta boala cancer. Poate fi un pacient ce urmează un tratament sau a supraviețuit cancerului, în mintea se pot instala o serie de temeri cu privire la: modificările tratamentului, reapariția cancerului, gestionarea efectelor secundare ale tratamentului – insomnii, oboseală, aspectul său general, eventuale dureri. Pacienții oncologici și apropiații lor au nevoie de un ajutor, în primul rând pentru a putea conștientiza vestea pe care au primit-o și apoi pentru a putea trăi cu aceasta.

Este nevoie de un ajutor reciproc pe care psihologul îl va pune la dispoziția pacienților, iar totul începe de la a accepta ca această afecțiune a intrat în normalitate - poate apărea oricând și la oricine. Efectele fizice, emoționale și sociale ale bolii sunt stresante sustin pacienții oncologici. Utilizarea unor strategii de combatere a stresului, gestionarea stresului, tehnicile de relaxare au un risc scăzut persoanelor care se confruntă cu anxietatea, depresia, simptomele bolii a tratamentului. Stresul psihologic poate afecta capacitatea unei tumori de a crește și de a se răspândi conform spuselor specialiștilor.

Tehnicile de relaxare, efectuarea unor activități relaxante (cititul), ajută gestionarea stresului. Psiho-oncologicii ajută bolnavii diagnosticați cu cancer, să-și poată exprima întrebările existențiale, îndoielile, fricile, să-și regăsească echilibrul pentru o viață normală, .

În toate etapele tratamentului curativ al cancerului este indicată terapia suportiv-expresivă (individuală sau de grup). În cadrul unei terapii individuale, psiho-oncologul poartă cu pacientul discuții legate de tratament, stările psihice și emoționale, până la costuri, nevoi diverse etc. În rândul pacienților o rată foarte mare de succes o are terapia de grup, datorită faptului că oamenii care participă la această terapie împărtășesc aceeași experiență. Mulți dintre pacienți primesc încurajări din partea celorlalți membri ai familiei, unii dintre ei sunt mai încrezători în sfaturile primite de la persoanele care au experimentat aceeași situație de viață ca a lor. Specialiștii încearcă să ajute bolnavii să-și identifice valorile și abilitățile, cunoștințele pe care le au pentru a trăi aceste valori prin terapia narativă astfel încât să se poată confrunta eficient cu orice problemă.

Terapia cognitivă comportamentală este un tip de terapie prin care bolnavul participă la un număr limitat de sesiuni. În tratarea tulburărilor de sănătate mintală, cum ar fi depresia, tulburarea de stres posttraumatic (PTSD) sau o tulburare alimentară terapia cognitivă comportamentală este foarte utilă. Pe toate planurile vieții pacientului dar și a familiei sale aduce schimbări majore diagnosticul de cancer. Are un impact deosebit, este o boală cronică, asupra căreia desfășurarea activităților generale, incluzând și integrarea socială, de la momentul diagnosticului, o serie de nevoi speciale ce apar încă de la momentul diagnosticului și ulterior pe durata tratamentului.

Pentru înțelegerea, împlinirea, acceptarea și nevoilor emoționale ale pacienților și familiilor acestora în toate etapele de evoluție a bolii, este esențial **suportul psihologic** în timpul și după terminarea tratamentelor. Complexitatea intervenției psiho-oncologice necesită foarte mare atenție la detalii. Personalizarea intervenției psiho-oncologice, imaginea clară în construirea relației terapeutice în funcție de nevoile specifice și de fiecare pacient în parte.

O greșeală majoră considerată de unii pacienți că cei care solicită și acceptă suportul psihologic sunt considerate persoane în dezechilibru sau în incapacitatea de gestionare a

situației. Un nivel scăzut al distresului oncologic îl înregistrează pacienții care beneficiază de suportul psihologic cu o stare de sănătate emoțională și mentală considerabilă, crescând astfel calitatea vieții acelor pacienți diagnosticați cu cancer pe timpul tratamentului. Adaptarea pacienților este mult mai ușoară asupra diagnosticului, tratamentelor oncologice, intervențiilor chirurgicale. Pentru un impact pozitiv, adaptarea suportului psihologic unor nevoi specifice fiecărui pacient prietenos și liniștit în decorul confortabil, a locului unde se desfășoară suportul psihologic fie individual sau de grup, va fi adaptat tuturor acestor detalii. În timpul traiectoriei bolii, mulți pacienți cu diagnosticul de cancer întâmpină probleme la adaptare cu răspunsuri psihologice normale, de exemplu tristețe și preocupare, care trec la stări clinic semnificativ, cu tulburări depressive, afecțiuni psihopatologice, simptome de anxietate. Pentru redobândirea dorinței de a trăi, a redescoperi un nou eu, este foarte clar faptul ca pacientul diagnosticat cu cancer are nevoie de suport de specialitate, a persoanelor dragi.

Până în 2030 vom asista la o răspândire în masă a cancerului de o creștere cu aproape 50% a îmbolnăvirilor susțin reprezentanții Organizației Mondiale a Sănătății preconizându-se a se înregistra în jur de 22 de milioane de cazuri, față de 14 milioane, înregistrate în 2012. Putem spune că pacientul oncologic are nevoie de o abordare personalizată, o abordare multidisciplinară, din punct de vedere psihoemoțional, nu doar din punct de vedere medical, dar și pentru a face față provocărilor care apar de la diagnostic până la sfârșitul tratamentului.

Bibliografie

1. World Health Organization: Cancer.WHO, Geneva,2017
2. HOLLAND J. C. Psycho-oncology: Oxford University Press, 2010.
3. POP F. *Evaluarea factorilor psihosociali în context oncologic. Implicații teoretice și intervenționale pentru pacienți și aparținători*, Școala Ardeleană de Psihologie, 2021. ISBN: 978-606-797-805-6
4. AVRAM E., *Psihologia sanatații –Abordari Aplicate* 2012.
5. CARUSO R, NANNI MG, RIBA MB, et al. *The burden of psychosocial morbidity related to cancer: patient and family issues*. Int Rev Psychiatry. 2017; 29(5): 389–402
6. *Studiul „Psycho-oncology”, apărut în Dialogues Clin Neurosci. 2018 Mar; 20(1): 13–22. doi: 10.31887/DCNS.2018.20.1/ilangrollin, autor: Dr. Isabelle Lang-Rollin*
7. <https://www.nhs.uk/conditions/cognitive-behavioural-therapy-cbt>
8. <https://www.apa.org/ptsd-guideline/patients-and-families/cognitive-behavioral>
9. <https://apos-society.org/professionals/what-is-psychosocial-oncology>
10. <https://www.imperial.nhs.uk/our-services/cancer-services/psycho-oncology>
11. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6016045/>
12. <https://www.ipos-society.org/about/quality>