

# Ako žijú na psychiatrii

*Na túto otázku a o nových metódach práce na psychiatrii sa nás opýtal Ján Lukáč z Banskej Bystrice.*

*Jánovi Lukáčovi odpovedáme článkom, ktorý napísal prom. psych. Ondrej Kondáš, klinický psychológ Psychiatrickej liečebne vo Veľkých Levároch.*

**Z**AUJEM O DUŠEVNE CHORÝCH, ako záujem o zjavy zvláštne, je živý. Náhľady na duševne chorých a ich život, vzhľadom na ich zmenený duševný stav, sú rôzne, väčšinou nepresné alebo priamo nesprávne. Kto raz videl jedného chorého, myslí si, že tak vyzerá každý. Predstavy o ich živote a liečbe sú často hmlové, nejasné alebo i neznáme, prípadne skreslené.

O psychiatriách sa myslí, že sú domami nekľudu, zúrivosti a pod. Myslí sa na obmedzovacie prostriedky, kazajky atď. Jednou z príčin takéhoto nazerania je smutný život duševne chorých v minulosti. Tak v stredoveku z nich vyhánali diablov a pálili ich ako bosorky. Na začiatku novoveku ich separovali od ostatnej spoločnosti a zatvárali do zvláštnych domov tzv. veži bláznov — „narrenturm“ — a držali ich ako väzňov. V období francúzskej revolúcie roku 1789 Filip Pinel strhol reťaze z rúk duševne chorých, dával im prácu a ľudské podmienky života. Prichádzal s novými názormi na duševne chorých, a tieto sa ujali medzi viacerými psychiatrami jeho čias. No ani tieto názory nepriniesli všeobecné zlepšenie života duševne chorých a na mnohých miestach sa pokračovalo i naďalej v starých spôsoboch. No predsa nový spôsob života na psychiatrii bol zasiaty a keď aj pomaly, predsa sa širil.

Trvalo ešte veľa rokov, kým sa postupne psychiatria menila a kým zmenila svoju tvárnosť až k dnešnej podobe. Predošlé spôsoby sú už len neblahou spomienkou na minulosť. Dnes miesto separovania a nečinnosti je tu stály ruch, činnosť aktívnej liečby. Mnoho chorých sa týmito novými metódami uzdravuje.

Značné úspechy prinieslo zavedenie rôznych moderných liečebných metód, či už injekčných, elektrických a iných, za pomoci ktorých desiatky chorých sa vracajú do svojho pôvodného života a ktoré tiež prispeli k tomu, že sa zmenil život na psychiatriách od základov. Nové liečebné metódy, nové nazeranie na človeka, nové názory socialistického humanizmu, snahy Makarovského hnutia, učenie I. P. Pavlova o vzťahoch organizmu a prostredia, všetky tieto vplyvy

prispeli aj k zmene spôsobu života duševne chorých v psychiatrických nemocniciach.

Nejdeme sa rozširovať o liečbe ani o druhoch duševných chorôb — hoci i to je zaujímavé a nejasné — lež vyložíme si len otázku spôsobu života chorých na psychiatrii, spôsobu každodenného života našich pacientov mimo času vlastných liečeb.

Keď nás navštívia exkurzie, jednou z bežných otázok je, ako sa naši pacienti chovajú, čo robia, či sa nebojíme, že si ublížia a pod. Veľmi ochotne ukážeme, čím sa pacienti zaoberajú, ako sa chovajú, liečia, pracujú a zabávajú. Návštevník odchádza prekvapený, že jeho očakávania a obavy sa rozplynuli. Nevidí medzi chorými zúrivosť, ani bitky, ale vidí ich s takými nástrojmi v rukách, ako sekera, dláto, hoblík, píla, nožnice, ihla atď. Inokedy ich nájde pri knihe, na prednáške, filmovom predstavení alebo pri tanci, ba i na javisku, pri speve alebo pri volejbale, futbale, tenise, člnkovaní a iných hrách a zábavách. Takto trávia chorí svoj čas mimo liečebných zásahov a rôznych vyšetrení, ktorými počas pobytu v nemocnici prechádzajú. Samozrejme, že dojem z takto usporiadanej psychiatrie je dobrý a dáva návštevníkovi iné predstavy o duševne chorých a ich živote, než aké sú väčšinou, žiaľbohu, ešte bežné.

Tento zmenený spôsob života a všetka činnosť sú pomerne mladé. Súhrn týchto spôsobov zaobrerania sa s duševne chorým zahrnujeme pod pojem rehabilitácia. Pracovná činnosť, ktorú ponúkame a v ktorej vedieme chorých, má totiž plnší zmysel, než len vhodné vyplnenie voľného času. Pracovná a zábavná činnosť, vhodne upravená, pôsobia liečebne a urýchľujú celkové uzdravenie chorého a jeho návrat do spoločnosti mimo ústavu, do práce a do rodiny. Využíva sa ich pre liečbu duševne chorých, a preto sa hovorí o pracovnej a rekreačnej terapii (terapia = liečba) alebo o rehabilitačnej terapii.

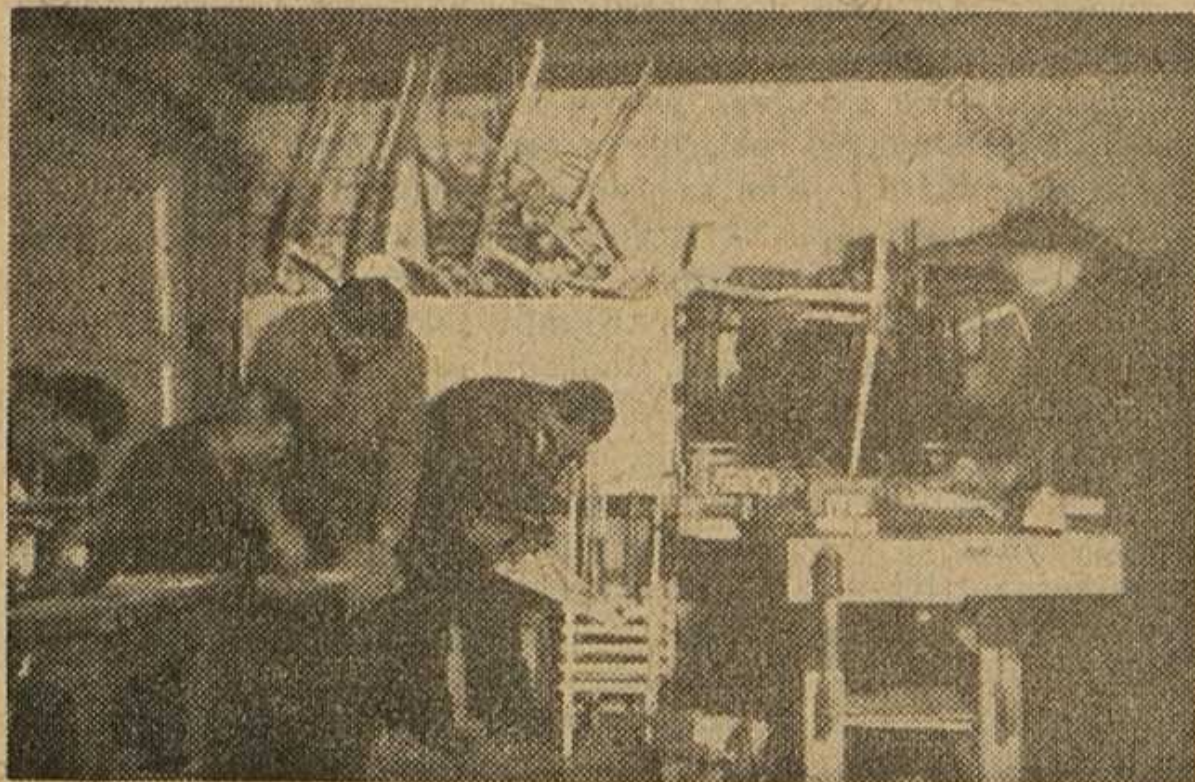
### Ako vyzerá denný program chorých

Keďže je tu rad činností, ktorým sa chorí na psychiatrii venujú, je nutné zaviesť denný poriadok, ktorý rámcovo vyznačuje program v priebehu dňa. Tento program má tú zvláštnosť, že sú v ňom rôzne druhy činnosti pre jednotlivé skupiny chorých, ktorí podľa stavu choroby postupujú od jednoduchších k zložitejším prácam.

Denný program je tento: Dopoludnia sa chorí 3 hodiny venujú liečebnému zamestnávaniu v rôznych dielňach ústavu, napríklad v stolárskej, zámočnickej, tkáčskej, výšivkárskej, knihárskej atď., v čom sú malé odlišnosti medzi ústavmi podľa možnosti zariadenia. Tu pacienti robia jednak pomocné práce, jednak priamo užitočné a pekné výrobky. Časť prác robia v ústavnom parku, pri úprave ihrísk a pod. Popoludní pokračujú pacienti v práci asi dve hodiny pod vedením svojich ošetrovateľov.

Zvyšok času popoludní, večer a v poludňajšej prestávke zaberá

zábavná činnosť, ktorá je zaradená do denného programu ako rovnocenná pracovným činnostiam. Okrem spomínaných hier, ako futbal a volejbal, hrajú pacienti ďalšie spoločenské hry v prírode, na-



*Výroba hračiek v stolárskej dielni*

príklad kolky. Stolové hry, šach, dámu, domino a iné hrajú v miestnosti. V lete je veľmi obľúbené kúpanie a člňkovanie na rybníku, ktorý patrí v tunajšom ústave medzi vybavenia liečebne. Časť pacientov obyčajne prizerá a fanúškuje hrajúcim skupinám. Týždenný program spestruje ešte pravidelná sobotňajšia tanečná zábava a celovečerný film. Nedel'a, okrem pravidelných vychádzok do blízkeho okolia, spestruje sa najmä v zime kultúrnym programom. Aj individuálne čítanie a čítanie v skupine zaberá časť programu. Okrem toho sa konajú v pekne upravenej ústavnej klubovni posedenia s prednáškami, besedy a záujmové krúžky. Pacienti sú členmi domácich záujmových krúžkov, ako prírodopisného, technického, bábárskeho, recitačného, krúžku domácich náuk a pod. Týždenný rozhlasový koncert z plátní strieda hudbu na želanie s hudbou vynikajúcim pracovníkom, ktorí sa vyhodnocujú v rámci pracovnej a rekreačnej terapie. Činnosť pacientov počas koncertu sa sleduje.

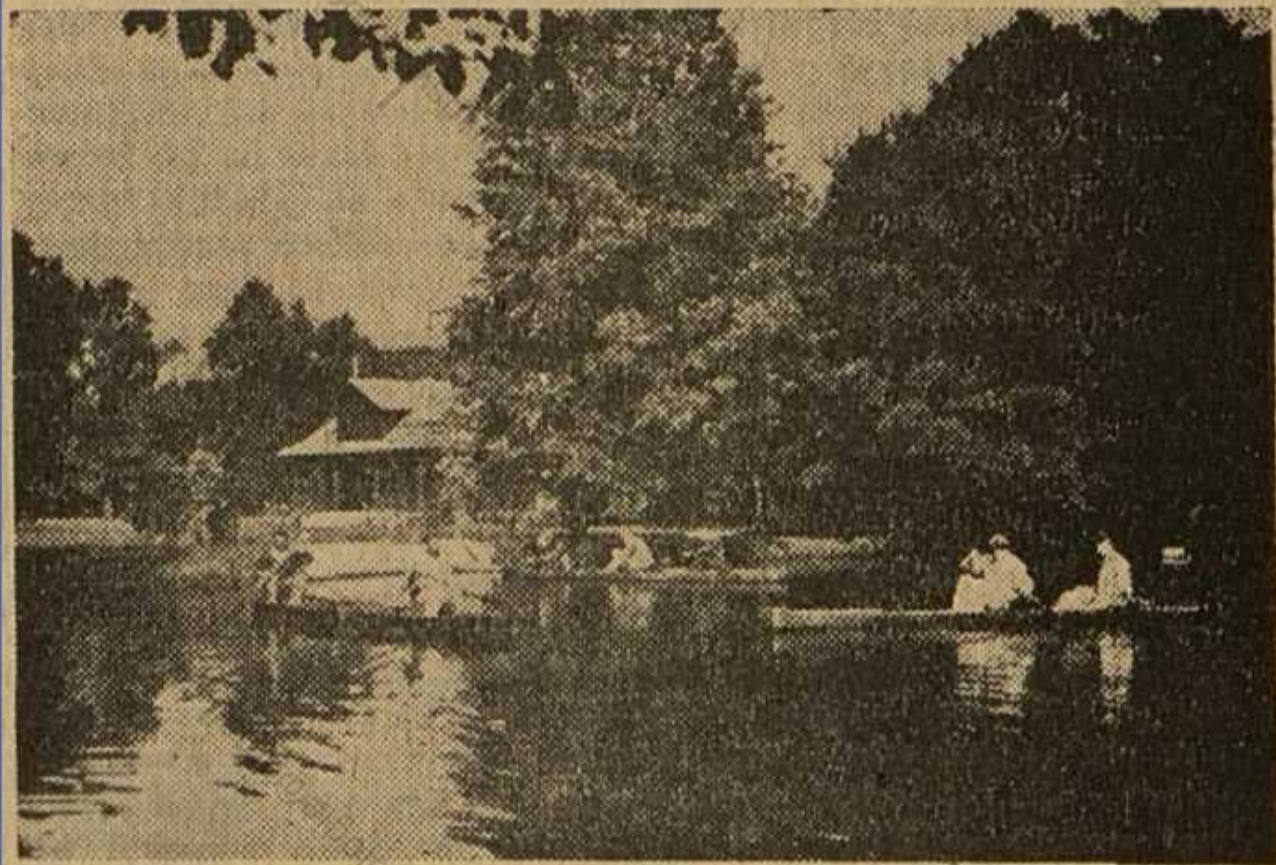
Ako vidieť z tohto stručného prehľadu program je pestrý a bohatý.

#### **Aký význam majú tieto činnosti**

Je isté, že duševné choroby sa podstatne nezmenili a i dnes sú určité choroby, pri ktorých sa vyskytuje nekľud a iné poruchy

správania sa. Ale tieto sú na psychiatrii vzácné. Je to tak nielen vďaka moderným liečebným metódam, ale aj celému novému spôsobu usporiadania denného života v nemocnici, ktorý si priamo vynucuje od chorých, aby sa disciplinovane správali. Jednotlivé pracovné a rekreačné činnosti zaujmú chorých, nedávajú im príležitosť k uplatneniu chorobných prejavov a tak sa potláča ich zúrivosť, ktorú hodne ovplyvňovali nesprávne názory a metódy. Duševná choroba zasahuje tak isto ako aj predtým do správania sa a myslenia chorých a vyvoláva ich poruchy. Takéto poruchy mali v minulosti voľný priebeh, neboli ničím nerušené a ovplyvňované a nezdravý, väzenský život bez akejkoľvek činnosti ich priamo podporoval. Tým, že dnes chorých zamestnávame, že sa zabávajú a rekreujú, menia sa aj ich spôsoby a správanie.

Tak, ako zdraví reagujú na svoje prostredie a spoločenské zmeny, vplyva okolie a vonkajšie prostredie aj na chorých. Výstižne to ukazujú napríklad aj zmeny obsahov bludov. Bludy znamenajú také poruchy myslenia, keď si chorý namýšľa, že je Karol IV, Mária Terezia, Krištof Kolumbus, že niečo vynášiel, že ho niekto prenasleduje atď. Pod vplyvom spoločensko-historických zmien sa mení obsah týchto bludov. Skúmanie dr. M. Bouchala a iných ukazuje, že oproti koncu minulého storočia v porovnaní s dneškom ubúdajú v bludoch náboženské obsahy a predstavy o slávnom pôvode alebo predkoch a narastajú v bludoch obsahy politické a technické, čo zrejme súvisí



*Medzi najobľúbenejšie činnosti patrí člnkovanie na ústavnom rybníku*

so spoločenskými zmenami, ktoré sa odrážajú vo vedomí ľudí, a tak aj vo vedomí duševne chorých.

Táto skutočnosť, že prostredie vplýva na duševne chorých, ktorá je teoreticky i prakticky objasnená, dnes sa v našom socialistickom zdravotníctve naplno využíva. Upravuje sa vonkajšie prostredie nemocnice a na chorých pôsobíme vplyvmi normálneho života. V tom zmysle využívame i vplyvy rehabilitačnej liečby.

Hovorili sme už, že pracovná a rekreačná činnosť má liečebný charakter. Ich celková organizácia a vedenie sú upravené práve z tohto hľadiska. V chorých vzbudzujeme pomocou nich zdravé záujmy. Ich hry vyvolávajú citové prejavy. V krúžkoch, pri prednáškach, debatách i čítaní sa napráva ich porušené myslenie, odvádzame ich od chorobných myšlienok a snažíme sa zaujať ich narúšenú pozornosť. Tým zabraňujeme sústavné opakovanie chorobných príznakov a ich upevňovanie. Učíme chorých novým činnostiam a hrám, a tak zakladáme v ich mozgu nové podmienené reflexy a dynamické stereotypy, nové návyky, cvičíme ich pamäť, úsudok, bojujeme proti odmietavosti, uzavretosti, útlmu, nezaujmu a iným poruchám, ktoré so sebou prináša duševná choroba.

Takýto postup liečby na psychiatrii, s rehabilitáciou chorých, značne skracuje čas pobytu v nemocnici a prináša zmeny do celého života v liečebniach i do správania sa chorých. To je dobrý dôkaz významu takéhoto usporiadania denného programu v psychiatrickej nemocnici, významu rehabilitačnej liečby. Keby ste si sadli s nami do klubovne, kde sa rozprávajú alebo čítajú žarty, vtipné príhody, kde pacienti rozprávajú o tom, čo robia alebo debatujú o poučnej prednáške, keby ste počuli naše ženské oddelenie pri večernom speve alebo pri vychádzke a hre, zabudli by ste často na to, že ste na psychiatrii. Je samozrejmé, že takáto práca si vyžaduje viacej starostlivosti a kladie väčšie nároky na zdravotníckych pracovníkov. No jej výsledok je hodný tejto námahy, a vzácneho času lekára-psychiatra alebo psychológa, ktorí riadia a usmerňujú vedenie rehabilitačnej liečby s jej liečebnými a pedagogickými vplyvmi na chorých. Krajsí život našich chorých a ich rýchlejšie uzdravovanie si zaslúžia túto pozornosť a starostlivosť.

### Názory na duševne chorých

Vyššie uvedené informácie iste mnohých prekvapia. Súvisí to s tým, že názory na duševne chorých a vôbec na život na psychiatrii zaostávajú za vlastnou praxou a že sa ešte dnes šíria rôzne nesprávne predstavy a informácie. Tento zjav nás mrzí najmä preto, že škodí mnohokrát priamo našim chorým. Často pozerajú na človeka, ktorý bol na psychiatrii ako na niečo zvláštne, čo mu nechávajú aj pociť. Spolupracovníci namiesto toho, aby pomohli, robia mu ťažkosti pri znovuzaradení do práce. Niektorí pozerajú

na duševne chorého ako na človeka bilagovaného atď. Mnohí si ešte neuvedomil, že tak isto, ako môže ochoriť hociktorý orgán, ako srdce, pľúca, žalúdok, môže ochoriť i tak komplikovaný orgán ako je nervová sústava — mozog — bez toho, že by za to chorý sám nejako mohol. Niekedy je takéto ochorenie menšie a prejavuje sa vo forme nervozity a pod., inokedy sú jeho prejavy vo forme ťažších duševných príznakov, ktoré sú nám menej bežné, zvláštne, za čo ovšem chorý tak isto nemôže.

Keď si uvedomíme ten fakt, že psychiatrická liečebná starostlivosť je podobne organizovaná ako ostatná, spolu s liečebnými kúpeľmi a inými zdravotnými zariadeniami, keď si uvedomíme, že psychiatria je taká istá nemocnica ako iné a pochováme svoje predstavy o „blá-zincoch“, keď budeme viac informovaní o psychiatrii, zmení sa i naše nazeranie na duševne chorých: so všetkými dôsledkami, ktoré to môže so sebou prinášať. Táto zmena nazerania by bola v záujme našich chorých žiadúca. Dúfame, že táto informácia prispeje aspoň malou mierou k takejto zmene!

Ondrej Kondáš

---

### Automatický regulátor teploty

V Bieloruskom polytechnickom ústave vyrobili automatický regulátor teploty vzduchu. Je určený pre budovy s teplovodným ústredným kúrením, kde automatický reguluje prívod teplej vody do radiátorov.

### Atómové kvetiny

Pracovníci brookhavenského laboratória pre atómovú fyziku vypestovali dokonale biely klinček pomocou rádioaktívneho kobaltu 60. Jeho pestovanie si dali patentovať.

### Televízny magnetofón

V NDR vyrobili televízny magnetofón, ktorý pomocou špeciálneho elektromagnetického zariadenia zachytáva obraz speváka, orchestra a pod. Pri reprodukcii sa obraz ukáže na obrazovke kufříkového reprodukčného prístroja.