

▲ **Aki kérdez: az olvasó – aki válaszol: az SMS üzenet**

Tisztelt Olvasó!

Köszönjük, hogy bizalommal fordultak hozzánk kérdéseikkel. Most is, ahogy előző számunkban, dr. Rajda Cecília ideggyógyász szakorvos és dr. Mátyás Edit pszichoterapeuta szakorvos válaszol az Önök által felvetett problémákra.

▲ **Kérdés:** SM-es ismerősön keresztül jutottam hozzá kiadványukhoz, amit nagyon hasznosnak tartok. Nekem egy autoimmun betegségem van, melyet szteroiddal kezelnek. Bár magasak az ellenanyag- és gyulladá-

sos laborértékeim, szerencsére alig van testi tünetem. Viszont nagyon rosszul érint, amikor az egyébként nagyon kedves orvosom az ambuláns lapomon „várható életkilátások”, „esetleges állapotrosszabbodások” stb. kifejezéseket használ. Nem is merem megmondani neki, hogy ez mennyire fáj nekem, és napokig rágódom egy-egy ilyen kifejezésen.

Válasz (dr. Mátyás Edit): Nagyon fontos témakört érint: az orvosi kommunikációt. A természettudományos alapokon nyugvó orvoslás megkívánja a szakmailag precíz kifejezéseket, ugyanakkor valóban nagyon gyakran nem veszi figyelembe, hogy ami tudományosan pontos, az személyesen, az érintettnek rosszul hangzó, fájó lehet.

Szívem szerint híve vagyok az orvoslásban egy másfajta, pozitív gondolkodás szemléletű kommunikációnak, amikor az ún. negatív eredményeket jó eredményeknek hív-nánk, „kóros eltérés nem valószínűsíthető” helyett „mindent rendben találtunk”-at mondanánk, a kórházak helyett gyógyulási központok lennének stb. ... Talán Önnek is segít, amit pácienseimmel szoktunk tenni, átfogalmazuk tudományosból személyes egyedivé az ambuláns lap vagy zárójelentés mondatait. A szavaknak valóban nagy erejük van, megnehezíthetik vagy megkönnyítik a belső egyensúly kialakulását.



Dr. Mátyás Edit

▲ **Kérdés:** Autoimmun betegségem kapcsán több orvostól úgy hallottam, gyulladás van a szervezetemben, de nem értem, hol van ez a gyulladás. Az is érdekelne, lehet-e ezen pszichoterápiával segíteni.

Válasz (dr. Mátyás Edit): Más megfogalmazással élve azt mondhatjuk, szervezete úgy reagál, mintha gyulladásban lenne. Magára az autoimmun folyamatra úgy is tekinthetünk, mint egy felfokozott védekezésre, mely nélkül indul be, hogy lenne külső támadó. Sőt! A szervezet a saját anyagait, ill. sejtjeit ismeri félre, tekinti idegennek, és ellentámadásba lendül önmaga ellen. Szerintem érdemes lelki síkon is foglalkozni a tünetek üzeneteivel. Itt most csak néhány kérdéskör átgondolását vehetem fel: mennyire tudja/akarja megvédeni a saját érdekeit, meg tud/akar-e küzdeni saját maga számára fontos dolgokért, vannak-e

időnként heves indulatait vagy mindig jobb a békeesség elvét vallja, bármi áron. Ha sikerül a szervezeten belül dúló harcot lelki síkon feldolgozni, akkor a tünet megértésre talált, a felszínen is megnyilvánulhat, tehát testi szinten enyhülhet, hiszen testi-lelki egyensúlyba kerül. Persze ez egy pszichoterápiás folyamat.

▲ **Kérdés:** Melyek a legújabb kutatási eredmények sclerosis multiplexben?

Válasz (dr. Rajda Cecília): Sclerosis multiplexben többféle gyógyszervizsgálat folyik. Egyrészt a meglévő terápiák alkalmazását vizsgálják tovább egyénileg és kombinációban, új gyógyszermolekulák kipróbálása történik. A vizsgálatok irányulhatnak a meglévő tünetek befolyásolására, de céljuk lehet a betegség

kialakulásának megelőzése, illetve az immunológiai folyamatok befolyásolása. Léteznek neuroprotektív célú (idegsejtmegőrző) és a remielinizációt segítő (mielinhüvely-újraképzés) kutatások. Erre vonatkozóan rengeteg adat lát napvilágot nap mint nap. Ezeket egy rövid válaszban nehéz összefoglalni.

▲ **Kérdés:** Mitől lesz valaki SM-beteg? Milyen kezelési módok vannak jelenleg? Mik a legújabb kutatási eredmények?

Válasz (dr. Rajda Cecília): Az SM autoimmun betegség, melynek kialakulásában mind genetikai tényezők, mind környezeti faktorok szerepet játszanak. A tünetek kialakulásában gyulladással és idegrost-károsító folyamatok felelősek. A jelenlegi terápiás lehetőségek a betegség aktivitását tudják befolyásolni az aktív, állapotrosszabbodás-javulás kórfarmájú betegeknél (ld. interferonok és glatiramer-acetát). Ezek a gyógyszerek mind injekciós formában adagolhatók. A legújabb kutatások az új molekulák kipróbálása mellett a szájon át bevehető, illetve orrspray formában alkalmazható gyógyszerekre is kiterjednek.

▲ **Kérdés:** A koponya CT-vizsgálatával jó eséllyel kimutatható, vagy inkább kizárható-e a sclerosis multiplex betegség, vagy MR-vizsgálat szükséges hozzá? Milyen gyakran jelentkeznek e betegség fő tünetei, s melyik az, amelyik a sok közül a legjellemzőbben erre utalhat?

Válasz (dr. Rajda Cecília): A koponya-CT nem alkalmas az SM diagnózisának megerősítésére, erre a koponya-MRI az alkalmas diagnosztikai megoldás. Azonban a diagnózis még most is leginkább a klinikai lefolyáson nyugszik.

A betegség aktivitása határozza meg, hogy milyen gyakran jelentkeznek neurológiai tünetek. Az SM sokféle tünetet mutathat. Vannak tünetek, amelyek az állapotrosszabbodástól függetlenül is jelentkeznek, ilyen pl. a kóros fáradékonyság, zsibbadások, vizelet-

tartási zavar stb. A gyulladással góccok elhelyezkedése határozza meg a tüneteket, innen a sokrétű panaszkör.

▲ **Kérdés:** Hallottam, hogy nem olcsó, de ha én havonta saját pénzből megvenném az immunmoduláns szert, akkor az ideggógyász kiírhatja vagy csak szubosoknak lehet? Én már 15 éve vagyok SM-beteg és állapotom most kezdett lassan romlani. Fáradékony vagyok és nehezen járok. Borzasztó egyensúlyzavarom van, nem vagyok stabil. Van esélyem arra, hogy kiírják a gyógyszert?

Válasz (dr. Rajda Cecília): Az immunmoduláns terápia az aktív, állapotrosszabbodás-javulás kórfarmájú SM-betegeknél hatásos. A leírás alapján 15 év kórtörténet után az Ön betegsége szekunder progresszívvé vált (lassan romló forma), mely egy másik kórfarmát jelent. Ebben a kórfarmában orvosa nem írhatja fel a fenti gyógyszert. Elképzelhető, hogy a panaszaira van hatékony tüneti terápia, ezért javasolom, keresse fel az SM-centrumban gondozó orvosát és

beszélje meg vele, mit tudnak még tenni egészségéért.

▲ **Kérdés:** A barátnőm régóta SM-beteg. Először is szeretnék valami szakirodalmat vagy útmutatást a masszírozásához. Ugyanis folyamatosan beáll és fáj a háta. Laikusként kimasszírozom, de szeretném jól csinálni. Második kérdésem: nem kívánja a szexet, állítólag nem termel boldogsághormont a szervezete. Ez már így marad vagy változhat?

Válasz (dr. Rajda Cecília): 1. Nem létezik SM-re specifikus masszázsfajta. Egy frissítő masszázs megtanulásához elegendő a könyvesboltokban kapható masszázsról szóló könyvek egyikét áttanulmányozni. 2. Az SM-ben szenvedő betegek vágycsökkenése testi és lelki okokkal magyarázható. Az első ok esetében síkosítók használata, a spaszticitás, a vizelettartási zavarok, a depresszió és a kóros fáradékonyság kezelése segíthet. Az utóbbi esetében a problémák nyílt és őszinte megbeszélése hozhat megoldást.



Dr. Rajda Cecília