

R. Ossowski, K. Sobieralska - Michalak:

Możliwości aplikacji wiedzy z zakresu psychosomatyki w lecznictwie uzdrowiskowym

Application of psychosomatic knowledge in health – resort treatment

Roman Ossowski¹, Kinga Sobieralska – Michalak²

Institucja/ Uczelnia

¹Katedry Społecznej Psychologii Zdrowia, Rehabilitacji i Zarządzania Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy

¹Department of Social Psychology of Health, Rehabilitation and Management, Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz

²Katedra i Zakład Psychologii Klinicznej Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu, Collegium Medicum w Bydgoszczy

²Department of Clinical Psychology, Nicolaus Copernicus University in Toruń, Collegium Medicum in Bydgoszcz

Adres:

Instytut Psychologii, ul. Leopolda Staffa 1, 85 867 Bydgoszcz

Misja lecznictwa uzdrowiskowego dotyczy diagnozy, leczenia i rehabilitacji. Ciągły wzrost liczby chorych z powodu wielu schorzeń motywuje zarówno lekarzy, jak i terapeutów do poszukiwania nowych podejść w procesie leczenia i rehabilitacji. Jednym z możliwych rozwiązań jest połączenie metod leczenia uzdrowiskowego z zasobami teoretycznymi i praktycznymi psychosomatyki. Ważne jest traktowanie zdrowia człowieka w sposób holistyczny, dlatego też w lecznictwie uzdrowiskowym jednym z głównych celów jest zainicjowanie zmiany dotychczasowego stylu życia oraz przemodelowanie nawyków. Zmiana stylu życia, nawyków daje szansę na powstrzymanie u wielu pacjentów procesów chorobowych, tym samym załagodzenie objawów i skrócenie czasu potrzebnego do zdrowienia. Zgodnie z tym po-

dejściem został przeprowadzony przez nas program ograniczenia palenia papierosów wśród pacjentów uzdrowiskowych. Program był wynikiem współpracy między Głównym Inspektorem Sanitarnym a Krajowym Konsultantem w dziedzinie balneologii i medycyny fizykalnej Uzdrowiskowego Szpitala w Ciechocinku. Program miał nie tylko charakter edukacyjny, ale również wdrożeniowy i diagnostyczny. Wieloczynnikowość programu wyrażała się w oddziaływaniu na sferę psychiczną i fizyczną chorego, palącego papierosy. Obok edukacji zdrowotnej i psychoedukacji stosowano u chorych ćwiczenia fizyczne – relaksacyjne (m. in. Joga), odpowiednią dietę oraz inhalację i farmakoterapię dla osób tego potrzebujących. Wszyscy uczestnicy podani byli badaniom lekarskim oraz wykonywali testy oceny depresji i jako-

ści życia.

Można uznać, że w uzdrowisku panują idealne warunki do zmiany zachowań i utrwalania tych zmian, co stanowi klucz do lepszego zdrowia, do lepszej jakości życia.. Uważamy, że zastosowanie oddziaływań psychosomatycznych jest przede wszystkim możliwe dzięki wprowadzaniu takich programów w lecznictwie uzdrowiskowym

The mission of health – resort treatment is focused on medical posthospital treatment and rehabilitation. Continuous increase of patients suffering from many diseases motivates physicians and therapists to search for new approaches in treatment and rehabilitation. Link between cure treatment's methods as well as theoretical and practical resources of psychosomatics is the one of possible solutions. A holistic approach to patients' health and well-being is crucial, therefore the main aim of health treatment is to initiate changes in patients' life style and unwell habits re-modelling. Changes in the life style and habits give the opportunity to stop many pathological processes and to alleviate negative consequences of the disease. According to this approach we carried out a program dedicated to reducing smoking among cure treatment's patients. The program was a result of cooperation between The Main Medical Inspectorate the consultant to the Minister of Health on balneology health resort medicine at Dom Zdrojowy Spa Hospital in Ciechocinek. The program included psychological and physical influence on smoking patients. It consisted of health and psychological education, physical and relaxing activities (yoga) as well as inhalation, pharmacological therapy (if needed) and appropriate diet.

Medical examination and psychological tests (rating depression and quality of life) were performed.

Places like health – resort treatment are beneficial to change habits, behavior and to make them solid. We claim that psychosomatic influences are possible due to intro-

ducing similar programs in health – resort treatment.

Dane kontaktowe autora (adres do korespondencji, e-mail, telefon):

prof. Roman Ossowski

Katedra Społecznej Psychologii Zdrowia, Rehabilitacji i Zarządzania

Instytut Psychologii

Ul. Leopolda Staffa 1, 85 867 Bydgoszcz

Telefon:052 3708447

E-mail: psyche@ukw.edu.pl