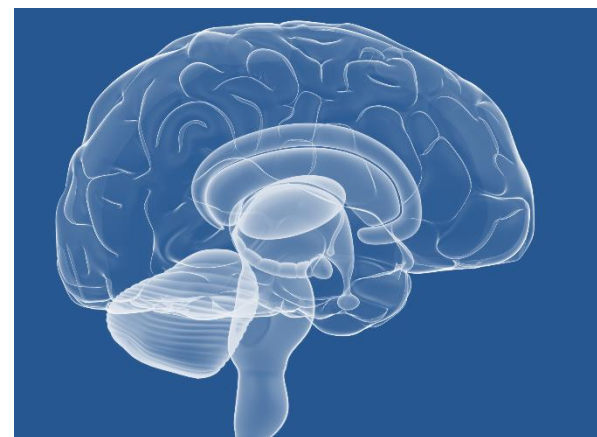
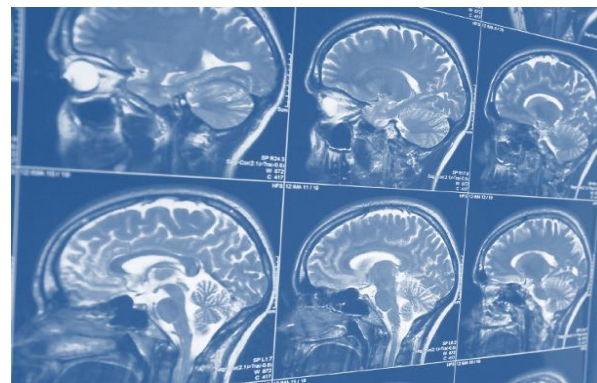


Rezervy v psychosociální podpoře pacientů s karcinomem prostaty

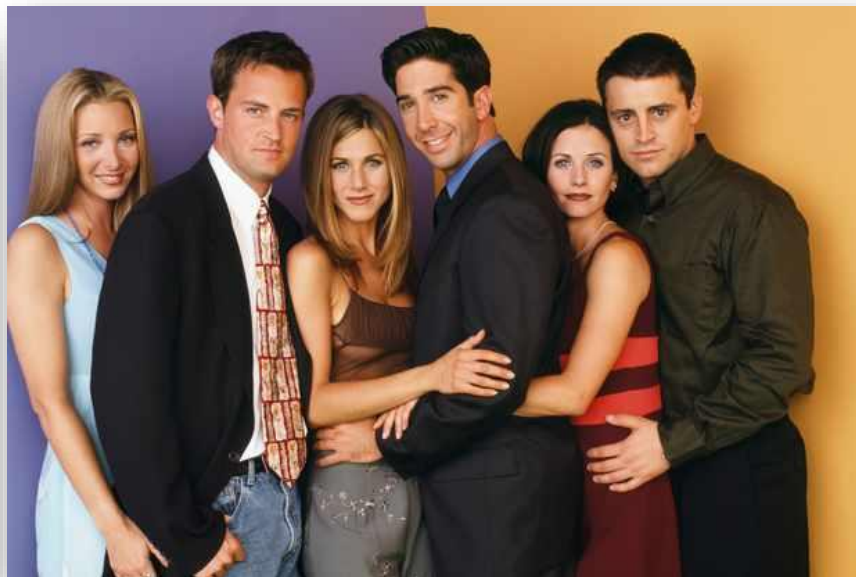
*...a jejich možný vliv na kvalitu života
člověka a jeho adherenci k terapii*

PhDr. Ing. Martin Pospíchal, Ph.D.

- Česká lékařská společnost, psychoonkologická sekce
- Univerzita Karlova, katedra psychologie



Celý život žijeme ve vztazích



Na straně jedné, jsou to problémy v těchto blízkých vztazích, které nás zatěžují nejvíce...

Z psychologické praxe:

Problémy ve vztazích jsou nejčastějším důvodem k návštěvě psychologa.



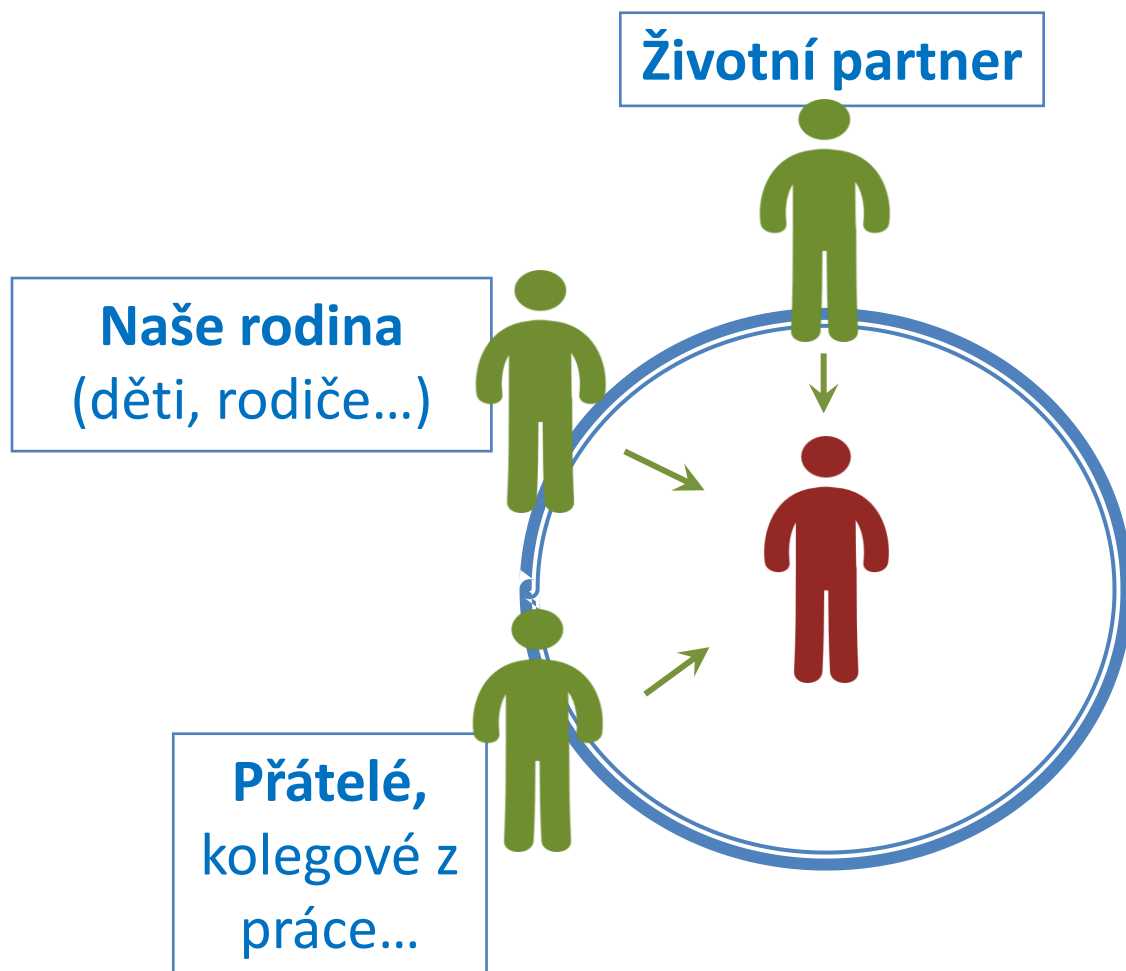
...na straně druhé, je to právě opora blízkých, která nám v náročných životních situacích dokáže hodně pomoci.

Z psychoonkologické praxe:

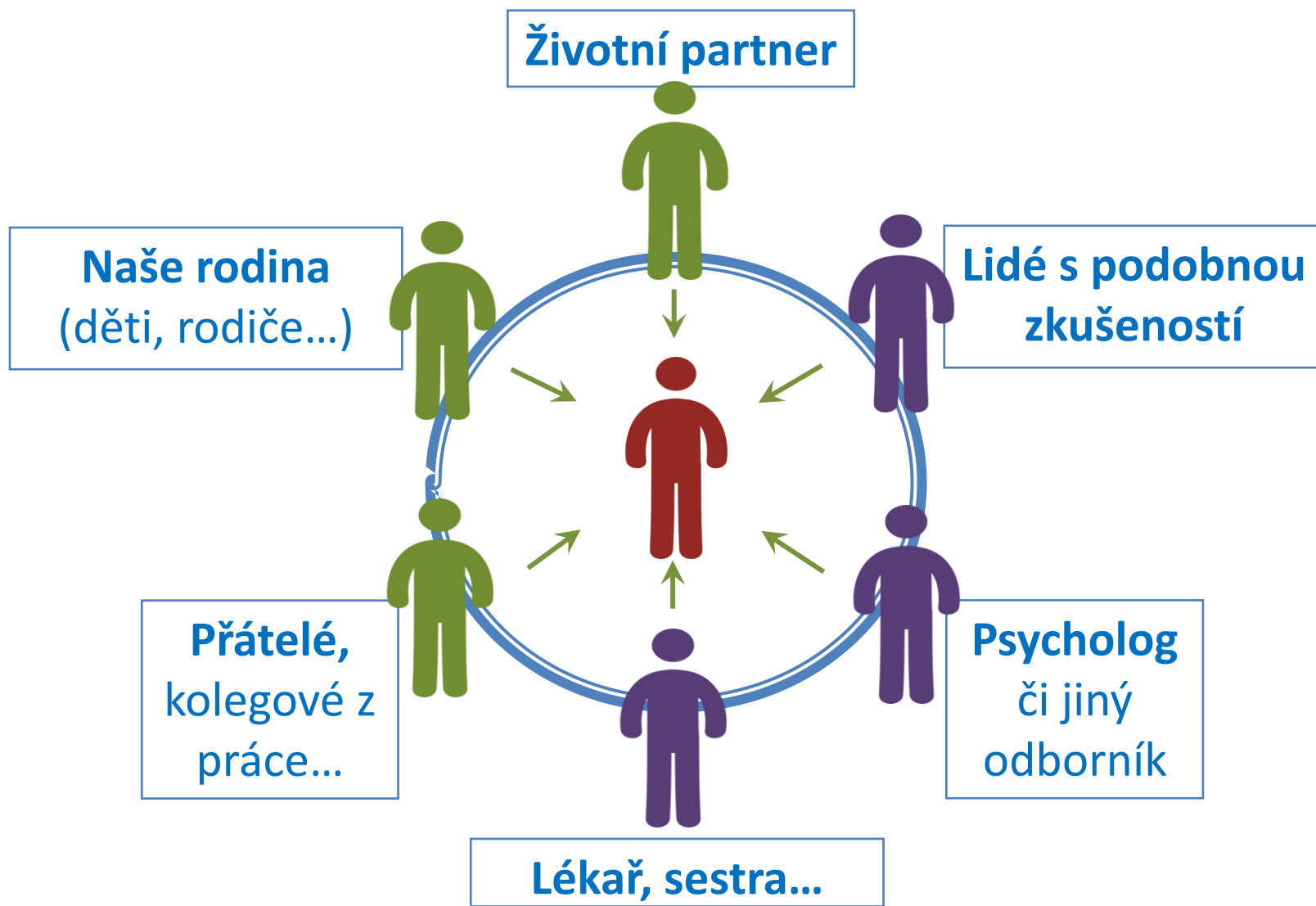
Pokud má člověk dobře fungující „sít“ blízkých lidí, zvládá náročné životní situace lépe a s **menším dopadem na jeho tělesné zdraví i psychiku.**



Kruh opory našich blízkých



Kruh opory našich blízkých ...při onkologické nemoci



Kruh lidské opory může být „skutečným léčivým kruhem“



HARVARD RADIATION
ONCOLOGY PROGRAM

HARVARD RADIATION ONCOLOGY PROGRAM
Azer A. (Boston) 2013

Studie provedená u 734 889 pacientů ukázala pozitivní vliv (delší život a lepší uzdravení) u těch onkologických pacientů, **kterí měli oporu v blízkém člověku.**

Zdroj: <http://jco.ascopubs.org/content/31/31/3869.short>

Umí ale pacienti po rakovině prostaty tuto oporu čerpat?

Příklad: Rozdíl mezi ženami a muži v čerpání psychosociální opory.

Problémy spojené s rakovinou prostaty nesdílejí s nejbližšími, **často se uzavírají** a svoje břemeno si nesou sami. Cítí se **osamoceni**.

Problémy spojené s rakovinou prostaty **příliš neřeší se svými kamarády a přáteli**. Téma je „tabuizované“ (ztráta mužnosti, souvislost se sexualitou apod.)



Pacientky po rakovině prsu **zakládají výrazně více patientských organizací**, ve kterých se sdružují.

1 : 15 až 20 sdružení žen v ČR

Pacientky po rakovině prsu jsou **schopné říci si o odbornou psychologickou pomoc**.

1 : 7-10 v psych. praxi

Osamělost a naše zdraví



THE OHIO STATE UNIVERSITY, Jeremka M. L. (Ohio), 2013

Pokud jsou **osamělost pociťující lidé** vystaveni zvýšenému stresu, produkuje jejich organismus **více zánět podporujících látek (IL-6)**.

Zdroj: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23630220>



CORNELL UNIVERSITY, Daniel P. Ngueyen (New York), 2013

Negativní role **chronického zánětu (IL-6) u rakoviny prostaty**.

Zdroj: <https://bjui-journals.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/bju.12452>



THE UNIVERSITY OF IOWA, Constanzo E. S. (Iowa), 2005

Pociťovaná opora ze strany blízkých lidí souvisí s **nižší hladinou látek podporujících chronický zánět (IL-6)**.

Zdroj: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15954082>

Umí ale pacienti po rakovině prostaty tuto oporu čerpat?

Příklad: Rozdíl mezi ženami a muži v čerpání psychosociální opory.

Problémy spojené s rakovinou prostaty nesdílejí s nejbližšími, často se uzavírají a svoje břemeno si nesou sami. Cítí se **osamoceni**.

Problémy spojené s rakovinou prostaty **příliš neřeší se svými kamarády a přáteli**. Téma je „tabuizované“ (ztráta mužnosti apod.)



Často emoce neventilují (včetně obav, smutku a dalších). Emoce nejsou **zpracovány** a se mnohdy mohou měnit v **hněv**.

Pacientky po rakovině prsu **zakládají výrazně více patientských organizací**, ve kterých se sdružují.

1 : 15 až 20 sdružení žen v ČR

Pacientky po rakovině prsu jsou **schopné říci si o odbornou psychologickou pomoc**.

1 : 7-10 v psych. praxi

Nezpracované emoce a možný efekt na naši biologii

UNIVERSITY
OF MIAMI



UNIVERSITY OF MIAMI

Penedo F.J. (Miami), 2006

Existuje souvislost mezi potlačováním hněvu a bojeschopností imunitních buněk.

Zdroj: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16581368>



Concordia
UNIVERSITY

CONCORDIA UNIVERSITY

Barlow M. A. (Canada), 2019

Existuje souvislost mezi hněvem a rozvojem chronického zánětu v těle (resp. zvýšení produkce IL-6).

Zdroj: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31070399>

Projevená emoce a možný efekt na naši biologii



UNIVERSITY OF RIJEKA (Croatia)
UNIVERSITY OF TILBURG (Netherland)
UNIVERSITY OF PITTSBURGH (USA)

Pláč může mít pro naše tělo očistný a ozdravný účinek (včetně uvolňování endorfinů a oxytocinu).

Zdroj: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4035568/>



THE UNIVERSITY OF ZURICH
Heinrichs M. (Swiss), 2003

Oxytocin – „hormon lásky“

Jeho produkci vyvolává pocit blízkosti našich „milovaných“, dotyky, hlazení.

Při pocit'ované opoře blízkých se uvolňuje hormon oxytocin, který tlumí účinky stresu (včetně útlumu stresového hormonu kortizolu) a **stimuluje imunitní systém.**

Zdroj: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14675803>

Umí ale pacienti po rakovině prostaty tuto oporu čerpat?

Příklad: Rozdíl mezi ženami a muži v čerpání psychosociální opory.

Problémy spojené s rakovinou prostaty nesdílejí s nejbližšími, **často se uzavírají** a svoje břemeno si nesou sami. Cítí se **osamoceni**.

Problémy spojené s rakovinou prostaty **příliš neřeší se svými kamarády a přáteli**. Téma je „tabuizované“ (ztráta mužnosti apod.)

Kombinace těchto faktorů může vést k riziku **depresivního prožívání**.



Často emoce neventilují (včetně obav, smutku a dalších). Emoce nejsou **zpracovány** a se mnohdy mohou měnit v **hněv**.

Pacientky po rakovině prsu **zakládají výrazně více patientských organizací**, ve kterých se sdružují.

1 : 15 až 20 sdružení žen v ČR

Pacientky po rakovině prsu jsou **schopné říci si o odbornou psychologickou pomoc**.

1 : 7-10 v psych. praxi

Možné vlivy na adherenci k léčbě



UNIVERSITY of MISSOURI
Manning M. (Columbia), 2011

U pacientů s vyšší mírou depresivního prožívání je vyšší pravděpodobnost, že **nebudou dodržovat léčebné postupy**.

Zdroj: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2686627/>

Umí ale pacienti po rakovině prostaty tuto oporu čerpat?

Příklad: Rozdíl mezi ženami a muži v čerpání psychosociální opory.

Problémy spojené s rakovinou prostaty nesdílejí s nejbližšími, **často se uzavírají** a svoje břemeno si nesou sami. Cítí se **osamoceni**.

Problémy spojené s rakovinou prostaty **příliš neřeší se svými kamarády a přáteli**. Téma je „tabuizované“ (ztráta mužnosti apod.)

Kombinace těchto faktorů může vést k riziku **depresivního prožívání**.



Často emoce neventilují (včetně obav, smutku a dalších). Emoce nejsou **zpracovány** a se mnohdy mohou měnit v **hněv**.

Pacientky po rakovině prsu **zakládají výrazně více patientských organizací**, ve kterých se sdružují

1 : 15 až 20 sdružení žen v ČR

Pacientky po rakovině prsu jsou **schopné říci si o odbornou psychologickou pomoc**.

1 : 7-10 v psych. praxi

Spolupracujeme s „první chlapeckou
patientskou organizací“

Spolupracujeme s



ASOCIACE MUŽŮ SOBĚ

Projekt MysliProtiRakovině

Cyklus přednášek a seminářů

**Možnosti psychologické prevence onkologického
onemocnění pohledem vědy**



Ústav aplikované psychologie ČR, z.ú.



www.linkos.cz/pacient-a-rodina/mysliprotirakovine

Seminář na téma:

ROZHOVOR S NEJBLIŽŠÍMI A PŘÁTELI



PROJEKT

„MysliProtiRakovině“



Pacient a rodina



PhDr. Eva Tošnerová

www.linkos.cz/pacient-a-rodina/mysliprotirakovine/webcasty/

Seminář na téma

SCHOPNOST VYJÁDŘIT **EMOCE** POMÁHÁ



PROJEKT

„MysliProtiRakovině“



Pacient a rodina



MUDr. Petra Steyerová

www.linkos.cz/pacient-a-rodina/mysliprotirakovine/webcasty/

Co se zmiňovanými problémy můžeme udělat společně?

- Přiznat, že **takový jev existuje**.
- Říci, že takto to má **více mužů** – že v tom nejsou sami.
- Říci, že pokud budou **pracovat i na psychice**, tak to může pomoci...
 - ...kvalitě jejich **vztahů**
 - ...kvalitě jejich **života**
 - ...a zdá se, že (na bázi evidence base) také na kvalitě **fyzického zdraví**
- Příchod karcinomu prostaty **zasahuje život muže na více úrovních**, kterým je třeba věnovat zvýšenou pozornost:
 - sexuální dysfunkce, pokles testosteronu, pokles libida,
 - dopad toho všeho na partnerský život (a nejen ten sexuální),
 - statut „muže“, často včetně jeho pozice živitele – dopad na sebevědomí.
- **Slovy pacienta:** *„Karcinom prostaty či varlat je snad nejhorší diagnóza, která může muže potkat. Ne snad pro svou prognózu, ale pro svou intimitu.“*
...to může vést i k odkládání prevence apod.

Děkuji za pozornost



PRO VÍCE INFORMACÍ www.linkos.cz

Projekt MysliProtiRakovině

PhDr. Ing. Martin Pospíchal, Ph.D.

martin-pospichal@centrum.cz

Rezervy v psychosociální podpoře pacientů s karcinomem prostaty

*...a jejich možný vliv na kvalitu života
člověka a jeho adherenci k terapii*

PhDr. Ing. Martin Pospíchal, Ph.D.

- Česká lékařská společnost, psychoonkologická sekce
- Univerzita Karlova, katedra psychologie

