



# GUTTENGER ANNA

KLINIKAI SZAKPSZICHOLÓGUS REZIDENS

## Klinikai szakpszichológia

### A KRÓNIKUS FÁJDALOM PSZICHÉS VONATKOZÁSAI

A krónikus fájdalom korszerű szemlélete szerint a fájdalom élményét testi-lelki-környezeti kölcsönhatások alakítják ki. A tartósan fennálló fájdalom kihat az érzelmi-hangulati életre, és csökkenheti az aktivitást. Ez fordítva is igaz; ugyanis pszichés jelenségek (pl. figyelem, hangulati állapot) befolyásolják a fájdalom megélését. A fájdalomnak vannak tehát megfogható pszichológiai vonatkozásai, ez azonban nem jelenti azt, hogy a fájdalmat „lelki okokra” vezetnénk vissza. Okok helyett testi-lelki kölcsönhatásokat vizsgálunk.

### MIKOR KÉRJEN IDŐPONTOT?

Klinikai pszichológiai vizsgálatra szakorvosi javaslattal jelentkezhet be. Ezt kezdeményezheti Ön, illetve az Önt vizsgáló orvos is a Munkacsoportban. Javasolt a klinikai pszichológiai kivizsgálás, amennyiben az alábbi tünetek közül egy, vagy több tartósan fennáll a krónikus fájdalommal összefüggésben: hangulatát, alvását, napközbeni éberségét, motivációját, szexuális életét érintő panaszok, szorongás, tartós stresszállapot, nehézségek a feladatok ellátásában, a személyes kapcsolatok ápolásában.

### A VIZSGÁLAT MENETE

Az időpont egyeztetését követően (a Munkacsoport általános kérdőívén túl) egy kérdőívcsomag kitöltésére kérjük, amit emailben küldünk el Önnek. Az első találkozóra a kérdőív visszaküldését követően kerül sor. Az első interjú során a fájdalommal összefüggő pszichés panaszok felmérése, és anamnéziszfelvétel történik. Ez alapján, amennyiben szükséges, további pszichodiagnosztikai alkalmakat (általában 1-3 további ülést) beszélünk meg. A pszichodiagnosztikai folyamat során célunk a krónikus fájdalom kialakulására hajlamosító, a lefolyását meghatározó, és a fennmaradásában szerepet játszó hiedelmek, viselkedéses jellemzők és környezeti tényezők komplex felmérése. Ez alapján tudjuk meghatározni a pszichoterápiás ellátás szükségességét, és annak formáját. A diagnosztikai és az egyéni terápiás alkalmak 50 percesek.

### PSZICHOTERÁPIÁS LEHETŐSÉGEK

A krónikus kismedencei fájdalom pszichoszociális vonatkozásainak kezelésében bizonyítottan hatékony kognitív-viselkedésterápiás eszközöket alkalmazunk, egyéni és csoportos formában. Csoportjaink időszakosan indulnak, ezekről részletes tájékoztatást a pszichodiagnosztikai folyamat végén adunk. A pszichoterápia lehet elsődleges ellátás, de gyógyszeres, műtéti, vagy fizioterápiás kezelés mellett is végezhető. A komplex kezeléssel kapcsolatos javaslatot a Munkacsoport tagjai közösen fogalmazzák meg.

A pszichodiagnosztikai vizsgálatokat és intervenciókat klinikai szakpszichológus szupervízora mellett végzem.

### PROFIL

Urológiai betegségekkel, és krónikus kismedencei fájdalommal összefüggő pszichés panaszok kivizsgálása és kezelése, szorongásos-és hangulatzavarok kivizsgálása és kezelése.

### KAPCSOLAT

Semmelweis Egyetem  
Urológiai Klinika  
1082 Budapest, Üllői út 78/B

Semmelweis Egyetem ÁOK  
Klinikai Pszichológiai tanszék  
1091 Budapest, Üllői út 25. I. EM.

IDŐPONTKÉRÉS:  
06/30-877-0624  
guttenger.anna@semmelweis.hu