

odborný časopis

SOciální služby

cena: 69 Kč / 3 €

Ukončení nepřiměřené
medicínské intervence
aneb Případ paní K.

Posttraumatická
stresová porucha

Speciální příloha

Kdo jsou nejlepší pečovatelky roku 2024?



Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky
www.apsscr.cz • www.socialnisluzby.eu

ročník: XXVII.
březen 2025

Po katastrofické události nejprve vzniká akutní reakce na stres. Ta může mít několik podob, které se různí opět podle individuální dispozice jedince.

Příběh č. 3: Se skvělým příkladem PTSD se můžeme setkat v knize významného amerického lékaře Victora Heisera (1), který líčí svůj zážitek z průtrže prehrady v Johnstownu roku 1889, kdy voda zničila jejich město a utonuli v ní jeho rodiče a přátelé: „Ze svého stanoviště spatřil jsem vysokou stěnu postupující neuvěřitelnou rychlostí ulicí souběžnou s údolím. Nevypáдалo to ani jako voda; byla to temná hmota, v níž vířily domy, vozy, stromy a zvířata. Když se stěna přivalila tokem k Washingtonově ulici, dům mého dětství byl před mýma očima rozdrčen jako vaječná skořápka a mohl jsem vidět, jak zmizel...“

Byl jsem zvědav, jak dlouho bude trvat, než se dostanu na onen svět... právě v okamžiku, kdy jako zázrakem jsem se octl na střeše domu naší sousedky, začaly se stěny bortit... Klesal jsem dolů i se střechou, ale zachránil jsem se tím, že jsem se vyšplhal po šikmé ploše vzhůru a než se dům úplně rozpadl, vynořil se další dům vedle mne. Zachytil jsem se kymácejícího okraje střechy a tíha vlastního těla zvolna umrtvovala svalstvo mých paží. Ještě po létech vracely se mi sny, v nichž jsem vždy znovu a znovu prožíval strašlivý pocit, že visím na okraji střechy s nehty zarytými hluboko do deštěm změkklých šindelů s vědomím, že se nakonec přece jen musím vzdát. Když konečně svaly povolily, klesal jsem bezmocně do prázdná. Ale byl jsem znovu zachráněn...“

Dr. Heiser přišel tehdy o oba rodiče a veškerý majetek a zůstal na světě zcela sám, protože jiné příbuzné neměl. Přesto se mu podařilo s velkým úspěchem vystudovat medicínu, stal se lékařem Námořní nemocniční služby a později expertem na boj s infekčními nemocemi (cholera, mor, malárie aj.) v mnoha zemích světa.

» Léčení

Příběh dr. Victora Heisera je příkladem konstruktivního zvládnutí PTSD. Ne každému se to podaří. Moje kamarádka (z příběhu č. 1) naopak upadla do chronické deprese, která s velkou pravděpodobností

přispěla k jejímu malignímu onemocnění a úmrtí. Obě tyto tragédie pak měly za následek sebevraždu jejího manžela. I takové životní osudy jsou. Proto diagnózu PTSD nelze podceňovat a je třeba ji zavčas léčit, a ještě lépe jí předcházet. V každém případě považuji za správné postiženým lidem nabídnout nejen psychoterapeutickou pomoc, ale také léky. Mnozí říkají, že léky nepotřebují, že těžkosti zvládnou sami. Někteří lidé léky odmítají zásadně, že jsou to „jedy“. Nicméně podávání mírných dávek léků po určitou omezenou dobu je pro organismus jen minimálně zatěžující, zatímco život v protražovaném stresu je daleko nebezpečnější. Nebezpečné a naprosto nevhodné je také domácí „léčení“ alkoholem, k němuž někteří utíkají. Ale o tom zase příště.

Literatura:

- 1. Heiser V. *Odyssea amerického lékaře*. Praha: Julius Albert 1938, s. 8.
- 2. Kar N., Jagadisha, Sharma PSVN, et al. *Mental Health Consequences of the Trauma of Super-Cyclone 1999 in Orissa*. *Indian Journal of Psychiatry* 2004; 46(3): 228–237.
- 3. Kučerová H. *Reakce pacientů psychiatrické ambulance na povodeň v roce 1997*. *Česká a slovenská psychiatrie* 1999; 95(7): 476–472.
- 4. Kučerová H. *Bolest v psychiatrii*. Praha: Galén 2018, s. 38–62.
- 5. O'Donnell ML., Varker T., Creaser M., et al.: *Exploration of Delayed-Onset Posttraumatic Stress Disorder After Severe Injury*. *Psychosomatic Medicine* 2013; 75(1):68–75.
- 6. Pyari TT., Kutty V., Sarma PS. *Risk factors of posttraumatic stress disorder in tsunami survivors of Kanyakumari District, Tamil Nadu, India*. *Indian Journal of Psychiatry* 2012; 54: 48–53.
- 7. Veveřa J., Zajícová M., Král P. *Práce se stresem*. *Vesmír* 2021; 100(2): 88–92.

Nicméně podávání mírných dávek léků po určitou omezenou dobu je pro organismus jen minimálně zatěžující, zatímco život v protražovaném stresu je daleko nebezpečnější. Nebezpečné a naprosto nevhodné je také domácí „léčení“ alkoholem, k němuž někteří utíkají.

Poradna konceptu Bazální stimulace



Na dotazy čtenářů odpovídá **PhDr. Karolína Maloňová, Ph.D.**, certifikovaná lektorka a supervizorka, jednatelka INSTITUTU Bazální stimulace podle Prof. Dr. FRÖHLICHA, s. r. o.

Dotaz:

Pracuji v dětském denním stacionáři. Mezi našimi klienty máme jednoho chlapce, který je velmi hyperaktivní. Ráda bych ho zklidnila. Můžete mi poradit, které techniky bazální stimulace by byly vhodné? Absolvovala jsem u vás základní i nastavbový kurz. Děkuji za odpověď.

M. K., pracovník v sociálních službách

Odpověď:

Ke zklidnění dítěte s hyperaktivitou doporučuji z konceptu Bazální stimulace dvě techniky. Somatickou zklidňující stimulaci a Masáž stimulující dýchání. V Bazální stimulaci se snažíme jít s klientem „společnou cestou“, to znamená v „jeho rytmu“. Proto u obzvláště hyperaktivních dětí začínáme nejprve s technikou Masáže stimulující dýchání, a to přes oděv. Během aplikace techniky jsme v pohybu spolu s dítětem. Pokud je dítě neklidné a pohybuje se, pohybujeme se s ním, chodíme za ním a masáž provádíme při společném pohybu. Časem se dítě většinou zastaví, zklidní a nechá si masáž chvíli aplikovat. Pokud se ovšem zase začne pohybovat, nechte ho. Příště možná bude interval zklidnění delší. Postupně docílíte díky kontaktu na zádech prostřednictvím Masáže stimulující dýchání alespoň chvilkového zklidnění dítěte. Poté můžete zkusit navázat somatickou zklidňující stimulací. Z praxe znám případy, kdy tento postup pomohl výrazně zklidnit děti s hyperaktivitou.