

# PSIHOLOŠKA DIMENZIJA U SEKUNDARNOJ PREVENCIJI KORONARNE BOLEST

---

Dubravka Kruhek Leontić, Inge Heim, Vladimir Jonke,  
Mirjana Jembrek-Gostović

Poliklinika za prevenciju kardiovaskularnih bolesti i  
rehabilitaciju "Srčana", Zagreb



# BIHEVIORALNA KARDIOLOGIJA

---

## BIHEVIORALNA MEDICINA

=> interdisciplinarno područje usmjereno na razvoj i integraciju znanja i tehnika bihevioralne i biomedicinske znanosti koje se odnose na razumijevanje zdravlja i bolesti, te primjena tih znanja i tehnika u prevenciji, dijagnostici, tretmanu i rehabilitaciji bolesnika.

- prvi puta se spominje na konferenciji u Yale-u 1977. godine

## BIHEVIORALNA KARDIOLOGIJA

- uključuje područje **preventivne kardiologije i psihosomatske medicine**, a usmjerena je na rad na tradicionalnim čimbenicima rizika i na psihološkim čimbenicima rizika za nastanak i razvoj koronarne bolesti srca. Pritom podrazumijeva interdisciplinarni pristup i tim stručnjaka na čelu s liječnikom-kardiologom.

# BIHEVIORALNA KARDIOLOGIJA



# ČIMBENICI RIZIKA ZA NASTANAK I NAPREDOVANJE KORONARNE BOLESTI

---

## KLASIČNI ČIMBENICI:

- dob, spol, naslijeđe
- hipertenzija
- hiperlipidemija
- dijabetes
- pušenje
- pretilost
- tjelesna neaktivnost

**75% varijance mortaliteta od  
KVB**

## PSIHOSOCIJALNI ČIMBENICI:

### => EMOCIONALNI

- depresivnost
- anksioznost
- hostilnost
- srdžba

### => KRONIČNI STRES

- nedostatak socijalne podrške
- nizak SES
- napetost na poslu
- bračni ili obiteljski stres

**? % varijance mortaliteta  
od KVB**

# PODRŠKA PSIHOLOGA U PROMJENI KLASIČNIH ČIMBENIKA RIZIKA

---

## 1. prevladavanje barijera koje ometaju usvajanje novih navika

(psihološke, biološke, bol, niska socijalna podrška, neodgovarajuća komunikacija s liječnikom, predrasude)

## 2. osiguravanje vanjske podrške za održavanje novih, pozitivnih navika i zdravstvenog ponašanja

(edukacija, razvoj novih vještina, telefonski kontakti i provjere, uključivanje članova obitelji u provedbu i kontrolu pozitivnih promjena)

## 3. motiviranje bolesnika za namjerno i dosljedno provođenje novonaučenih obrazaca ponašanja

(rad na pozitivnim emocijama vezanim uz nove navike, razvoj osjećaja svrhovitosti novog ponašanja)

# PSIHOSOCIJALNI ČIMBENICI RIZIKA

## - EMOCIONALNI -

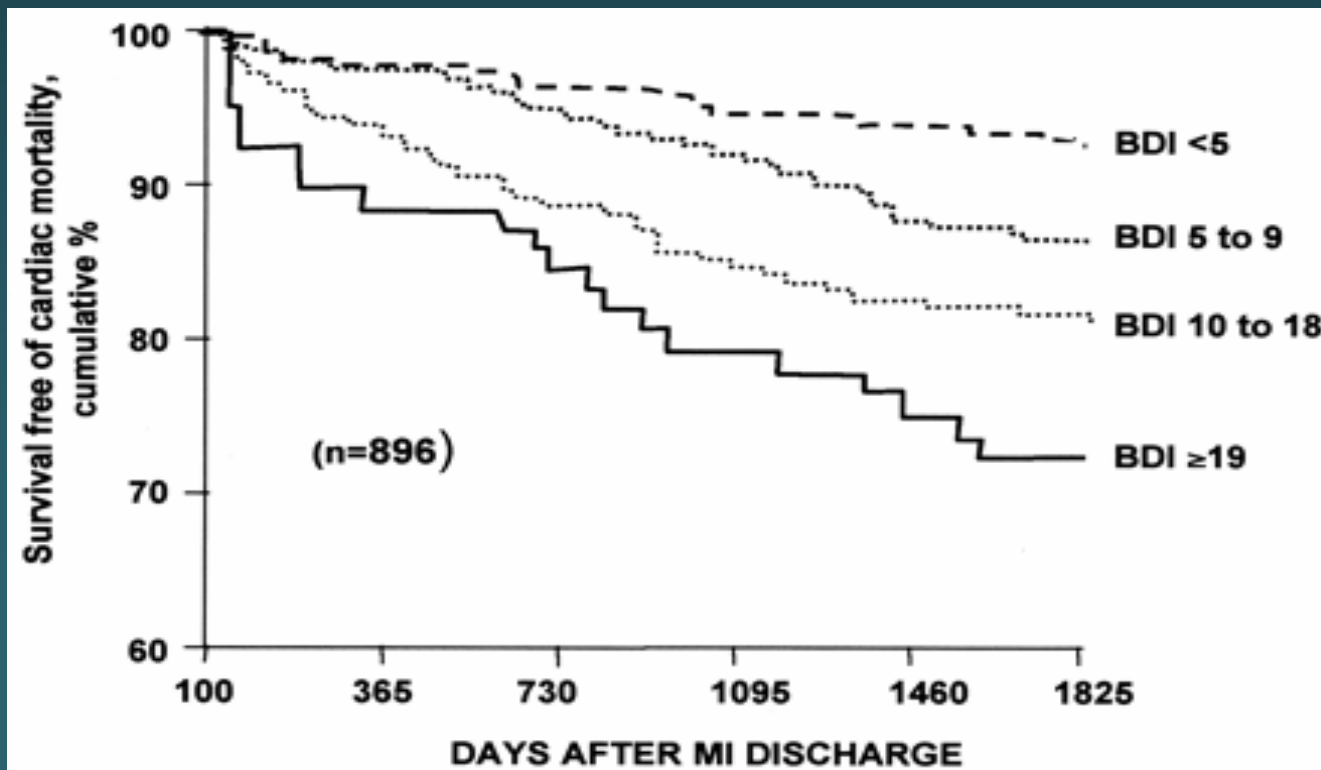
---

- **DEPRESIVNOST**

- potištenost, neraspoloženje, nemogućnost doživljavanja zadovoljstva/ugode, psihomotorna usporenost ili agitiranost, poremećaj sna (hiper- ili insomnia), nedostatak energije i motivacije za aktivnost, poteškoće koncentracije, neodlučnost...
- u općoj populaciji prevalencija je 2-3% M; 5-10% Ž (klin. značajna depr.)
- u populaciji koronarnih bolesnika prevalencija depresije je 17-37%, a depresivnog raspoloženja još oko 20-25% (ovisi o trenutku procjene, metodi, dobi i spolu bolesnika)
- studije MIND-IT, SADHART, ENRICHD i druge ukazuju da je depresivno raspoloženje jaki prediktor novih koronarnih događaja i kardijalnog mortaliteta kod koronarnih bolesnika

# PSIHOSOCIJALNI ČIMBENICI RIZIKA - EMOCIONALNI -

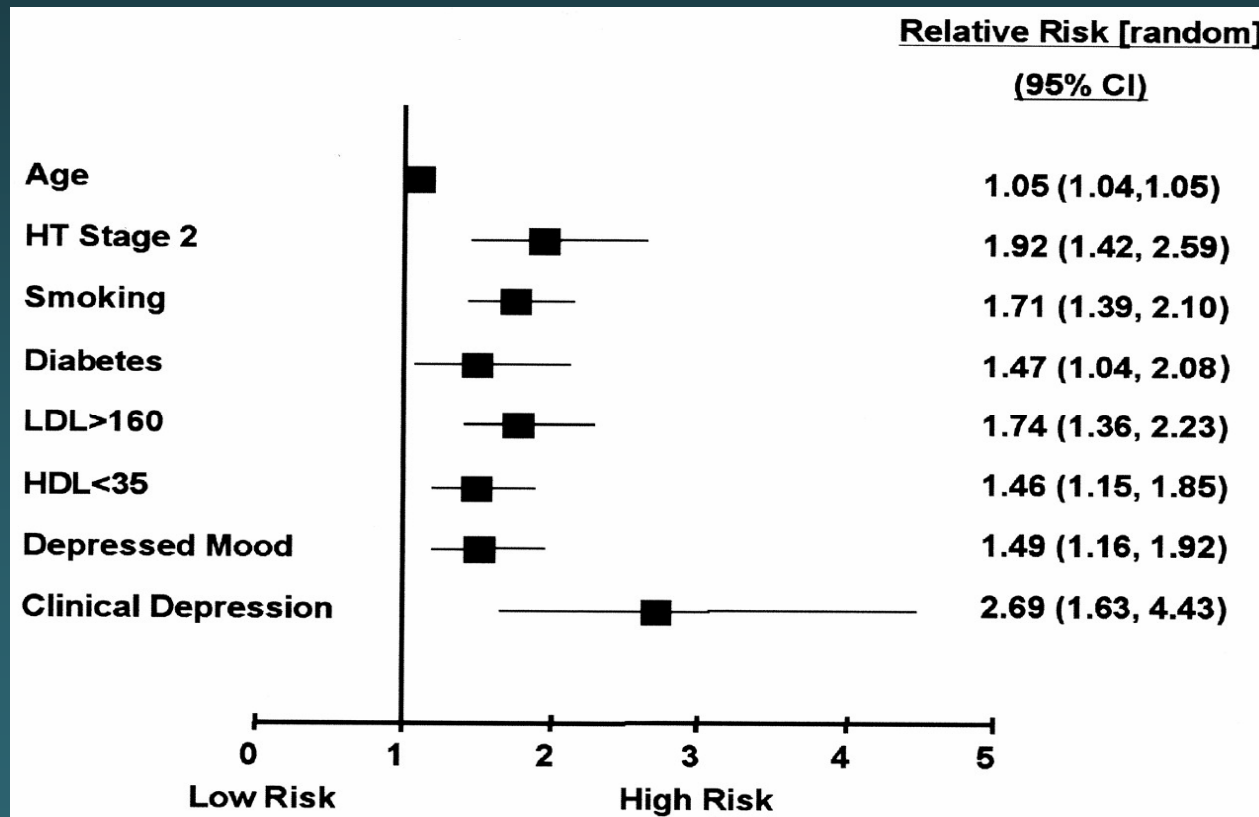
- **DEPRESIVNOST** (nastavak)
  - ishod je nepovoljniji što je stupanja depresivnosti veći (počevši od klinički neznčajne promjene raspoloženja; Rozanski i sur., 2005.)



# PSIHOSOCIJALNI ČIMBENICI RIZIKA

## - EMOCIONALNI -

- **DEPRESIVNOST** (nastavak)
  - usporedba s klasičnim čimbenicima rizika



# PSIHOSOCIJALNI ČIMBENICI RIZIKA

## - EMOCIONALNI -

---

- **ANKSIOZNOST**

- zabrinutost, napetost, tjeskoba
- prevalencija u općoj populaciji **1-8%** (ovisno o specifičnom obliku poremećaja)
- prevalencija u populaciji koronarnih bolesnika **24 - 31%**
- prema najnovijim istraživanjima (Woldecherkos i sur., 2007.) čini se da je anksioznost koja se zadržava i/ili povećava (unutar 5 godina) nakon akutne faze koronarne bolesti značajan prediktor pojave ponovnog infarkta miokarda i smrti; 5-ogodišnji mortalitet u grupi visokoanksioznih bolesnika **2x** je veći u odnosu na niskoanksiozne bolesnike
- implikacije za praksu - višekratna dijagnostika

# PSIHOSOCIJALNI ČIMBENICI RIZIKA

## - EMOCIONALNI -

---

- **HOSTILNOST I KRONIČNA SRDŽBA**
  - hostilnost = neprijateljski stav, kriticizam, ljutnja, nepovjerenje, cinizam
  - "ostatak" od Friedmanovog i Rosenmanovog A-tipa ličnosti koji nije potvrđen istraživanjima
  - novija istraživanja (Angerer i sur., 2000.) pokazuju da bi upravo cinizam i srdžba mogli biti prediktori ubrzane ateroskleroze

# PSIHOSOCIJALNI ČIMBENICI RIZIKA

## - PSIHOSOCIJALNI STRES -

---

- **NEDOSTATAK SOCIJALNE PODRŠKE**

- istraživanja dosljedno pokazuju podudaranje između niske socijalne podrške i nepovoljnih ishoda koronarne bolesti (bez obzira na teretski okvir i definiciju ishoda)

- najšire gledano, može se podijeliti na dvije kategorije:

1. **širina socijalne mreže** (veličina, struktura i učestalost kontakata; obitelj/partnerski odnos ili ne)
2. **funkcionalna podrška** (doživljaj podrške, osjećaj da je podrška dostupna)

=> rezultati istraživanja na zdravoj populaciji i na oboljelima pokazali su da postoji inverzni odnos funkcionalne podrške i negativnih kliničkih ishoda (smrtnost, hospitalizacija i sl)

# PSIHOSOCIJALNI ČIMBENICI RIZIKA

## - PSIHOSOCIJALNI STRES -

---

- **NIZAK SOCIOEKONOMSKI STATUS**

- nizak SES je kompozitni kronični izvor psihičkog stresa
- određen je ekonomskim resursima, zaposlenošću, uvjetima na poslu, obrazovanjem i stambenim statusom

=> longitudinalne studije (Marmot, 1997.) ukazuju na nepovoljan odnos niskog SES-a i kardijalnih ishoda

- objašnjenja kreću od loših životnih navika i veće zastupljenosti čimbenika rizika, pa sve do patofizioloških mehanizama (kortizol, HPA-os)

# PSIHOSOCIJALNI ČIMBENICI RIZIKA

## - PSIHOSOCIJALNI STRES -

---

- **NAPETOST NA POSLU**

- shvaća se kao kronični stres

- 2 vodeća teorijska modela:

1. "iscrpljivanje na poslu" - Karasek i sur., 1981.

- zahtjevan rutinski posao bez kreativnosti (visoki zahtjevi, niska sloboda)

2. model "neravnoteže napora i nagrade" - Siegrist i sur. 1996.

- ograničen na Europu

- napor je određen objektivnim parametrima i subjektivno, a nagrada u terminima plaće, beneficija i sigurnosti

=> oba modela podjednako dobro predviđaju povezanost radnog stresa i nepovoljnih kardijalnih ishoda

# PSIHOSOCIJALNI ČIMBENICI RIZIKA

## - PSIHOSOCIJALNI STRES -

---

- **BRAČNI ILI OBITELJSKI STRES**

- po karakteru je i to kroničan stres

- različito se definira u istraživanjima; uglavnom se odnosi na subjektivne kategorije (npr. zadovoljstvo brakom/partnerskim odnosom; kvaliteta braka)

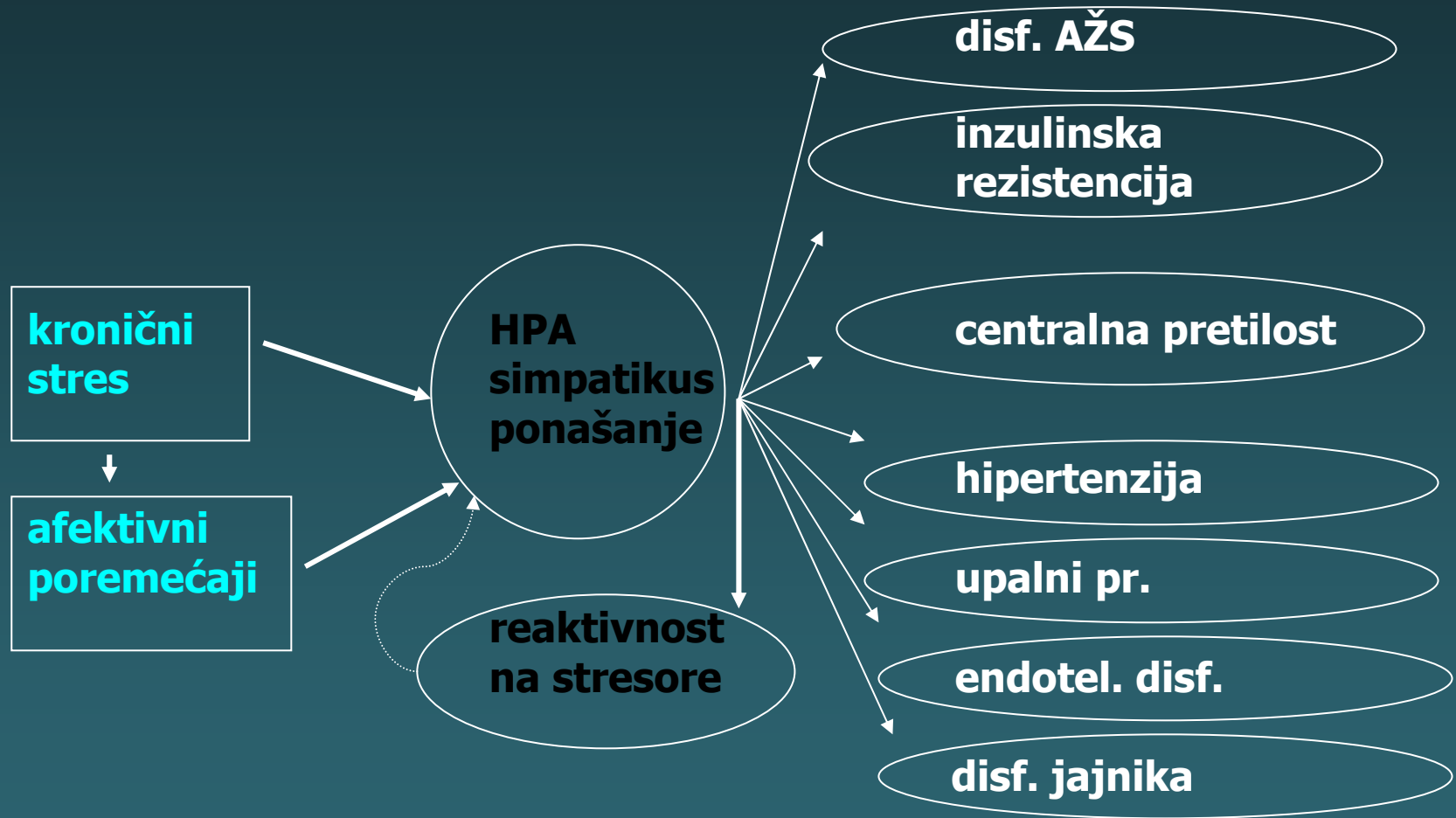
- češće je istraživan na ženama

=> istraživanja na zdravoj i oboljeloj populaciji ukazuju na "aterogenost" bračnog stresa

=> longitudinalno praćeno (11 god.), bolja je prognoza bolesnica koje nisu u braku nego onih u lošem braku, u terminima progresije plaka na karotidama (Gallo i sur., 2003.)

# PSIHOSOCIJALNI ČIMBENICI RIZIKA

- mogući patofiziološki mehanizmi utjecaja kroničnog stresa i emocionalnih poremećaja na koronarnu bolest -



# PODRŠKA PSIHOLOGA U PROMJENI PSIHOSOCIJALNIH ČIMBENIKA RIZIKA

---

- **identifikacija čimbenika rizika** (dijagnostika)
  - razgovor
  - testiranje
- **kognitivno-bihevioralni tretman**
  - individualno savjetovanje i/ili tretman
  - grupni rad
- **upućivanje psihijatru ili neurologu**
  - psihoterapija
  - farmakoterapija

# PROTEKTIVNI PSIHOSOCIJALNI ČIMBENICI

---

- **fleksibilnost ponašanja u stresnim situacijama** (adaptabilnost)
- **vitalnost** = energija+entuzijazam+veselje+osjećaj svrhovitosti+osjećaj vlastite vrijednosti+zanimanje za svijet oko sebe
- **emocionalna kompetencija** (prikladnost emocionalne ekspresije ovisno o situaciji)
- **sposobnost praštanja**
- **optimizam**

=> potenciranje protektivnih emocija i crta

# PSIHOLOŠKA DIMENZIJA U SEKUNDARNOJ PREVENCIJI KORONARNE BOLEST

---

## UMJESTO ZAKLJUČKA:

- rehabilitacijski tretmani koronarnih bolesnika koji uključuju i psihosocijalne intervencije uspješniji su od onih koji ih ne uključuju
- poboljšanja se ne odnose samo na psihičko stanje bolesnika, slijedenje liječničkih uputa, kvalitetu života i opće zadovoljstvo, nego i na medicinske parametre i prognozu koronarne bolesti
- nema smjernica za psihosocijalne intervencije u rehabilitaciji i sekundarnoj prevenciji koronarnih bolesnika.