

Psiko-Onkoloji Onkoloji Hastalarına Psikolojik Yaklaşım

Dr. Mecit ÇALIŞKAN

HNH Psikiyatri İdari ve Eğitim Sorumlusu

- Kanser hastaları tanı, tedavi ve hastalığın ileri evrelerde çeşitli ve değişik, ruhsal ve davranışsal tepkiler gösterirler.
- Bazı tepkilerin bir kısmı normal hatta uyuma yöneliktir. Bu tür tepkiler aile ve tedavi ekibi tarafından anlayışla karşılanmalı hatta destek görmelidir.
- Bozuk ve uyum bozan tepkiler ise genellikle psikiyatrik değerlendirme ve tedavi gerektirir.

Kanser Sonrası Ortaya Çıkan Tepkiler

- Kişiden kişiye farklılık gösterir.
- İkinci aşamada en yaygın tepki şoke olma ve inanmamadır.
- Gerçeği reddetme, gerçeğin yarattığı kaygı, panik ve çaresizlik duygularına karşı geliştirilmiş bir savunmadır.
- Kızgınlık ve isyan. (Niye ben?)
- Tepki: Yok olma tehdidi, kayıp algısı, ayrılık ve ölüm düşünceleri gibi bunaltı bozukluğunun temel belirtilerini gösterir.
- Uyum dönemi: Hastanın gerçeği kabullenip enerjisini ve ruhsal gücünü yeni yaşamına yönelttiği uyum dönemidir. Hastalığı ile birlikte yaşamaya çalışır, güven ve denge arayışı içindedir.

Tanıyı söylemeli mi söylememeli mi?

- Kendisi hakkındaki gerçeği öğrenmek her insanın en temel ve doğal hakkıdır.
- Hasta hakları konusundaki yasal ve tıbbi düzenlemeler de söylenmesi yönündedir.
- Temel sorun nasıl söylenmesi gerektiđidir.
- Gerçeği inkar etme ihtiyacı içinde olan hasta tanı söylense de söylenmese de inkar edecektir.
- Söylenmese de zaten bir çok hasta sözsüz iletişim ve ortama ilişkin unsurlardan bu sinyali almaktadır.

Nasıl söylenecek?

- Hastayı bilgilendirme empati, ilgi, anlayış ve destek esasına dayandırılmalıdır.
- Hasta umudunu kaybetmeyecek, tedavisini kabul etme ve sürdürme fırsatı verecek biçim ve çerçevede bilgilendirilmelidir.
- Hastanın tolere edebileceği şekilde ve süreçte söylenmelidir.

Kanserde Psikolojik Tepkiler

Tanı Öncesi

Normal-uyuma yönelik

1. Kanser olasılığı ile ilgili kaygılı bekleyiş

Uyumu bozan

1. Kanser tanısı konmadan hastalık belirtileri geliştirme
2. Hastalık olasılığının inkar edilmesi ve tedavide gecikme

Tanı Aşaması

Normal-uyuma yönelik

1. Şoke olma
2. İnanamama
3. Başlangıçta kısmi inkar
4. Kaygı
5. Kızgınlık, isyan, suçlayıcı duygular
6. Depresif mizaçlı uyum

Uyumu bozan

1. Kesin inkar, tedaviyi reddetme
2. Ölümün kaçınılmaz olacağı düşüncesi ile tedaviyi reddetme

Tedavi Aşaması

Normal-uyuma yönelik

Cerrahi tedavi:

1. Cerrahi girişimin geciktirilmesi
2. Cerrahi dışı tedaviler
3. Beden imajı değişikliğine bağlı kayıp tepkisi

Radyoterapi:

1. Işın tedavisinin yan etkilerinden korkma
2. Terkedilme korkusu

Kemoterapi:

1. Yan etkilerden korkma
2. Beden imajı değişiklikleri
3. Kaygı, izolasyon eğilimi, hafif depresif duygu durum
4. Alturuistik duygular (Organlarını bağışlama)

Uyumu bozan

1. Cerrahi girişim sonrası reaktif depresyon
2. Beden imajı değişiklikleri ve uzamış ciddi yas reaksiyonu

Tedavi Sonrası

Normal-uyuma yönelik

1. Normal baş etme düzeneklerine ve hastalık-tedavi sınırları içinde yaşama dönüş
2. Nüks korkusu

Uyumu bozan

1. Şoke olma
2. İnanamama
3. Kısmi inkar
4. Kaygı
5. Kızgınlık
6. Depresif duygu durum

Hastalığın Seyir ve İlerlemesi

Normal-uyuma yönelik

1. Yeni bilgi araştırma ve çeşitli tedavi olasılıklarına dönük arayış ve konsültasyonlar

Uyumu bozan

1. (Majör) Depresyon

Terminal-Palyatif Dönem

Normal-uyuma yönelik

1. Terk edilme korkusu, ağrı, bilinmezlik korkusu, varoluşçu endişeler
2. Ölüm düşüncesine bağlı kişisel yas duygusu ve kabullenme

Uyumu bozan

1. Depresyon
2. (Akut) Deliryum

Kanser Hastasında Depresyon Belirtileri

- İlgi ve zevk azalması / kaybı
- Sıkıntı, bunaltı, halsizlik
- Ağlama, karamsarlık
- Uyku bozuklukları
- İştahta artma/azalma
- Aşırı sinirlilik
- Bedensel şikayetler

Kanser Hastasında Depresyon Belirtileri

- Unutkanlık / konsantrasyon güçlüğü
- Evlilik problemleri, ilişki problemleri
- Gerginlik, huzursuzluk
- İçe kapanma
- Ölüm korkusu
- Alkol kullanımı
- İntihar düşüncesi / girişimi

Kanser Hastalarında Depresyon Riskini Arttıran Faktörler

- Depresif bozukluk ya da alkolizm geçmişı
- Kanser ileri evrede olması
- Sosyal destek azlığı
- Ağrının kontrol edilememesi
- Tedavide kullanılan bazı ilaçlar (kortikosteroidler ve bazı kemoterapi ilaçları gibi) ve eşlik eden diğer hastalıklar

Kanser Hastasında İntihar Riskini Arttıran Faktörler

- Hastalığın ileri evrede olması
- Hastalığın kötü seyretmesi
- Kontrol edilemeyen ağrı
- Depresyon, umutsuzluk
- Deliryum
- Engellenmişlik hissi

KANSERE BAĞLI ANKSİYETE BOZUKLUĞU

A. OTONOMİK VE BEDENSEL BELİRTİLER

- İştahsızlık, ishal, ağız kuruluğu, baygınlık, kızarma sık idrara çıkma, boğazda düğümleme, bulantı, uyuşma, titreme, çarpıntı, hipertansiyon, aşırı terleme
- Sinirlilik, kas ağrıları, solukluk, huzursuzluk, sıcak basması, kilo kaybı, baş dönmesi, cinsel işlev kaybı, karın ve göğüs ağrıları

KANSERE BAĞLI ANKSİYETE BOZUKLUĞU

B. ANKSİYETENİN PSİKOLOJİK BELİRTİLERİ

- Huzursuzluk, gerginlik, endişe, kaygı, korku, irritabilite
- Sabırsızlık, sıkıntı, uykuya dalamama, yerinde duramama, konsantrasyon güçlüğü,
- Kendini patlayacakmış gibi hissetme
- Delirecekmiş gibi olma
- Kontrolünü yitirme
- Derealizasyon, depersonalizasyon

YAŞLILIK VE KANSER

- Yaşlılarda kronik hastalıkların yaygınlığı daha fazladır.
- Fiziksel kapasite azalmaya başlar
- Sosyal hayat yavaşlar
- Emeklilik?
- Aile ve çevrede kayıplar artar
- Yeni bir yaşam dönemine uyum gerekir

KADIN VE KANSER

- Meme kanseri en sık görüldür %15
- Psikolojik bozukluklar
 - Anksiyete
 - Depresyon
 - Öfke
- Yaşam biçiminde yapılan değişiklikler
- Korkular ve endişeler (mastektomi ve ölüm)

Mastektomili Hastalarda Psikososyal Zorlanmalar

- Ölüm korkusu
- Geleceğe yönelik belirsizlik endişeleri
- Hastalığın tekrarlayacağı endişesi
- Ayrılık kaygısı
- Temel işlevlerini kaybetme endişesi
- Vücut organ ve bölümlerinin hasar görme endişesi
- Görünümünde değişme ve kötüleşme
- Sevgi, ilgi ve desteği kaybetme korkusu
- Kendini eksik hissetme (cinsellik, çekicilik)

Histerektomi

- Kadın rahminin alınması anlamına gelir
- Histerektomide dışarıdan görünen organ kaybı yoktur. Ancak kadın olma özelliğine ilişkin endişelerin psikolojik yansımaları belirgindir
- Hormonal bozukluklara bağlı olarak da psikiyatrik komplikasyonlar görülür
- Sosyal desteğin az olması, 40 yaşın altında olunması, çocuk isteyen kadınlarda histerektomi sonrası depresyon gelişimini arttırır
- Bu operasyon öncesinde yapılacak olan psikiyatrik değerlendirmeler ve operasyon sonrası sağlanacak psikiyatrik destek, hasta için önemlidir.

Kemoterapinin Yan Etkileri

- Kanser ilaçları, hücre çekirdeği içindeki DNA'yı parçalayıp kanser hücrelerinin bölünmesini engeller.
- Hastalara genelde birkaç ilaç bir arada verilir.
- Tedavi birkaç hafta veya birkaç ay boyunca uygulanır.
- İlaç kullanımı sırasında bulantı, kusma, saç dökülmesi, ağız yaraları, enfeksiyona açık olma gibi yan etkiler görülür
- Bu durum hastanın hayat düzenini bozar

Kemoterapinin Yan Etkileri

- Kemoterapi sırasında aşağıdaki yöntemler hastaya kaygıyı azaltabilir
 - Tedaviden önce hastayı fazla bekletmeme
 - Hastaların olumsuz beklentilerini azaltmak
 - Psikolojik destek sağlamak
- Kemoterapi tedavisi gören hastalarda genellikle depresyon iki nedenden olur
 - Kanser tedavisine reaksiyon olarak
 - Sitetoksik ilaçların beyin kimyasını değiştirmesiyle oluşur

Radyoterapinin Yan etkileri

- Kanserli hücrelerin yanında sağlıklı hücrelerin de bir kısmı kurutulduğundan radyoterapinin çeşitli yan etkileri vardır
- Bu yan etkiler tümörün nerede olduğuna ve ne kadar doz verildiğine göre değişir
- Yüksek dozda ışın verilen bölgede yara açılması ve halsizliğe neden olur
- Cinsel bölgelere uygulanan radyoterapi kısırlığa neden olabilir

Psiko-Onkolojik Uygulamada Etik Konular

- Hasta-Hekim ilişkisinde empati ve bilgilendirme esastır
- Mahremiyet ve gizlilik ilkesine saygı gösterilir
- Hastanın izni ve bilgisi dışında hiçbir şekilde açıklanamaz
- Hasta-Hekim ilişkisinde duyguların serbestçe ifade edilmesi bir diğer ilkedir
- Hekim, yakın, saygılı, empatik durumları ile hastanın bu duygu ve düşünceleri açıklamasına izin verir
- Hastalığın ne olduğu, tedavi programı ve seçenekleri konusunda hastayı bilgilendirir
- Bu anlamda, hekim aynı zamanda eğitici ve öğreticidir

*Sabrınız için
teşekkürler*

*Sağlık ve mutluluk
dileklerimle...*

