

A PECMH nemzetközi konferencia bemutatása egy gyermekgyógyász szemével

DR. TORY VERA

Lelki Egészség a Perinatális Időszaktól a Kora Gyermekekorig – Prevenció és Klinikai Gyakorlat. Tapasztalatok és javaslatok gyűjtése a 2021–2027-es programozási időszak tervezéséhez címmel került megrendezésre az első regionális európai konferencia e témában 2019. május 8–11. között Budapesten, a Hotel Flamenco szállodában.

A konferencia a perinatális, csecsemő- és kora gyermekkori lelki egészség, a szülőség és a szülői lelki egészség, valamint a korai időszakhoz (gyermektervezéshez, gyermekvállaláshoz, várandóssághoz, szüléshez és korai fejlődéshez) kapcsolódó tudományos, preventív és klinikai, valamint társadalmi kérdéseket vitatta meg.

A témakörben ez volt az első regionális európai konferencia.

A konferencia szakmai szervezését a Gyermekért és Családért Alapítvány, a Segíts Gyorsan Alapítvány, a Heim Pál Országos Gyermekgyógyászati Intézet, a Semmelweis Egyetem EKK Mentálhigiéné Intézet és a Magyar Pszichiátriai Társaság végezték, a konferencia elnöki tisztségét Prof. Kurimay Tamás látta el.

A konferencián szinte minden releváns szereplő: egészségügy és kapcsolódó területei, család- és ifjúságügy, oktatásügy, szociális terület, valamint a fejlesztéspolitikai szakemberei részt vettek, elősegítve az interdiszciplináris eszmecserét. Tizenkilenc országból érkeztek résztvevők, köztük nemzetközi szervezetek képviselői és a terület neves szakemberei. A konferencián több mint 220 előadás hangzott el 400 résztvevő előtt. A konferencia plenáris előadói között szerepelt – a felsorolás nem teljes körű – Prof. Kai von Klitzing, a World Association of Infant Mental Health elnöke, Prof. Philip Gorwood, az Európai Pszichiátriai Társaság elnöke, Prof. Anita Riecher-Rössler, a Bázeli Egyetem tanácskezelője, a magyar származású Éva Hédervári-Heller és Hans-Peter Hartmann professzorok Németországból, Prof. Jane Barlow, Dawn Canon, John Oates, és



Dr. Angelika Wieck az Egyesült Királyságból, Prof. Csépe Valéria az MTA TTK Agyi Képző Központból, Dr. Pászthy Bea és Dr. Szabó Miklós a Semmelweis Egyetemről, Dr. Lazeri Ledia, a WHO Magyarországi Iroda vezetője, valamint a magyar származású Prof. Gabor Keitner, aki a családi működés és a depresszió híres kutatója az Egyesült Államokból. Pre-congress workshopokat tartottak Dr. Angelika Wieck az Egyesült Királyságból, valamint Prof. Varga Katalin és Andrek Andrea Magyarországról.

A konferencia fővédnöke és védnöke szerepét Herczegh Anita, a köztársasági elnök felesége és Prof. Dr. Kásler Miklós, az emberi erőforrások minisztere vállalták el.

Horváth Ildikó, EMMI, egészségügyért felelős államtitkár a család és az egészség összefüggéséről „Három generációval az egészségért”, míg Beneda Attila, EMMI, család- és népesedéspolitikáért felelős helyettes államtitkár a demográfiai helyzet lehetséges javításáról, „Hogyan tudja az állam segíteni a kívánt gyermekek megszületését?” tartott gondolatébresztő plenáris előadást.

Az alábbiakban a konferencia néhány, a gyermekgyógyászok számára fontosnak gondolt üzenetéből, valamint hasznos hazai és nemzetközi tapasztalatokból válogattam, idézve az szerzők absztraktjaiból. Az konferencián elhangzott előadások absztraktja elérhető a <https://pecmh.eu/hu/> címen.

Néhány gondolat a key note előadóktól.

Anita Riecher-Rössler a korai beavatkozás jelentőségét emelte ki a perinatális mentális megbetegedésekben. „A lelki megbetegedések, különösen a hangulati és szorongásos megbetegedések nagyon gyakoriak a perinatális időszakban. Az anyák mintegy 10%-a szenved depressziótól a várandósság alatt és a szülést követő első évben.” Kiemelte azt is, hogy sokszor a társadalmi elvárások, szégyenérzet, bűntudat, stigmák késleltetik a segítségkérést. Rendkívüli jelentősége van a társadalmi edukációnak, a szakemberek képzésének. Így a perinatális mentális megbetegedések megelőzése, korai kezelése társadalmi érdek. A perinatális mentális megbetegedés súlyos hosszú távú következményekkel járhat mind az anyára, mind a gyermekre, ezen keresztül az egész családra.

Angelika Wieck a kedélybetegségek és pszichózisok várandósság és szoptatás alatti gyógyszeres kezeléséről tartott előadást. Az anya mentális betegsége és annak gyógyszeres kezelése egyaránt károsan befolyásolhatja a magzat és az újszülött fejlődését. Sokszor nincs optimális megoldás, hiszen a kezeletlen anyai mentális betegség éppúgy káros a magzat és az újszülött egészségére, mint az esetleges gyógyszer-mellékhatások. Fontosnak tartotta kiemelni, hogy a „tények őszinte feltárása, az anya korábbi betegségtörténetének figyelembevétele és a nem gyógyszeres kezelés lehetőségeinek maximális kihasználása javíthatja a terápia eredményességét, és csökkenti a kockázatot. A várandósság előtti tanácsadás az anya pszichózisa vagy súlyos kedélybetegsége esetén a várandósság tervezésével kínálhat optimális kimenetet az anya és újszülöttje részére egyaránt.”

Key notes előadóink *kerekasztal-beszélgetéséből* képet kaphattunk a perinatális lelki egészséget támogató szolgáltatások megszervezésének előnyeiről és nehézségeiről.

Ötből egy várandós nő szenved mentális egészségügyi gondokkal, ami jelentős teher az anya, a család és a társadalom számára. A megfelelően képzett és gyakorlott személyzet ezen édesanyák kezelésében rendkívül fontos. Az első speciális, az anyák és az újszülöttek mentális ellátását célzó központok Angliában jöttek létre, és azóta több európai országban, így Franciaországban, Németországban, Ausztráliában és az USA-ban is működnek. A Szent János Kórházban 15 éve működik az Együtt Baba-Mama-Papa program, amely Közép-Kelet-Európában egyedülálló, nemzetközi mércével mérve is jelentősnek számít. Az apák bevonása szintén világviszonylatban is elsők között történik.

„A gyerekek mintegy 17%-a szenved mentális megbetegedéstől a korai gyermekkorban, 6 éves korig. Kétéves kor alatt az érzelmi és mozgásszabályozás betegségei (7%), valamint az evési problémák gyakoriak (25%), ami gyerekek 2%-ában perzisztál is” – tudtuk meg *Kai von Klitzing* a mentális megbetegedések kora gyermekkori gyakoriságáról szóló előadásában.

Kiemelendő, hogy 2016-ban megjelent a Zero to Three (Washington D.C., USA) szervezet kiadásában készült DC:0-5™, ami kifejezetten fejlődés fókuszú, kora gyermekkori fejlődési és lelki egészségzavarok osztályozására szolgáló új klasszifikációs rendszer. A kötet – *DC:0-5™: A csecsemő- és kora gyermekkori lelki egészség és fejlődés zavarainak diagnosztikai klasszifikációs rendszere* (Medicina, 2019) tavasz óta magyar fordításban is elérhető a könyvesboltok polcain. A konferencián külön workshop foglalkozott a témával.

A konferencia érintette a koraszülöttek és szüleik nehézségeit, mentális problémáit is. A koraszülésre nem csak organikus betegségek, fertőzések hajlamosítanak, a várandós nőt ért különböző stressz szituációk, traumás életesemények és egyéb pszichoszociális körülmények ugyancsak hozzájárulnak.

Balaton Agnes kiemelte, hogy „a koraszülés prevenciót segítő adekvát módszerek hatékonyak, így hosszabb távon csökkenthető a koraszülöttek, kis súlyú újszülöttek aránya és mindazok a terhek, amelyek további egyéni, családi és társadalmi krízishez vezethetnek. A magas rizikójú csoport számára a várandósgondozás időszakában biztosítani kell a szakemberek elérhetősége mellett a pszichés támogatás lehetőségét is.”

Koraszülés után is számos váratlan helyzet, stressz, félelem, aggodalom, bűntudat zúdul az anyukákra és az egész családra. Hatalmas jelentőségű a koraszülöttek ellátásában a Magyarországon bekövetkezett szemléletváltozás, amit *Szabó Miklós* előadásában hallottunk. A baba- és a családbarát környezetek kialakításával és új gondozási módszerek bevezetésével, a szoptatás elősegítésével, inkubátorok mellett az édesanyák éneklésre ösztönzésével, szülői szervezetek létrehozásával a szülők részesei lettek babájuk gondozásának, kezelésének, csökkentve ezzel szorongásukat, félelmeiket.

A koraszülöttek nyelvi fejlődéséről *Csépe Valéria* plenáris előadásában beszélt. Bemutatta azokat a legfőbb eredményeket, amelyek a koraszülött gyermekek nyelvi fejlődésének neurokognitív korrelatívumai alapján a legfontosabbnak tekinthetők. „A kutatócsoport legújabb

adatai azt mutatják, hogy az agykérgi hallási feldolgozás, a születést megelőző 15 hétben igen aktív. A koraszülés, a neurális funkció érésének megszakadása a szóhangsúly feldolgozásában, azaz a szavak szegmentálásának fontos mechanizmusában vezet késéshez. Ezek alapján olyan intervenciós módszerek javasolhatók, amelyek a hallókéreg területeinek érését támogatják, kiegyenlítve ezzel a tipikus lefolyású várandósság azon utolsó tíz hetének megszakadását, amelyben az agykéreg, különösen pedig a hallókéreg változásai a korábnál sokkal gyorsabbak, s amely változásokat erősen befolyásolnak az anyaméh által szűrt beszédjellemzők, köztük a prozódia.”

Számos előadást hallhattunk a korai kötődésről, mely alapján bizonyítottan látszik, hogy bár fontosak a korai tapasztalatok, nem determinálják megváltoztathatatlanul a későbbi életet, a korrekcióra van lehetőség. A korai kötődésben történő kisiklásokra, a regulációs zavarok kezelésére kiváló és nemzetközileg is elismert módszer többek között az integrált szülő-csecsemő konzultáció.

Mi is az integrált szülő-csecsemő/kisgyermek konzultáció? „Egy módszer, egy képzés, egy szakmai csoport a szülői és kora gyermekkori lelki egészségért” hangzott el a konferencián *Németh Tünde* gyermekgyógyásztól, aki az integrált szülő-csecsemő konzultáció módszertanát a Berlinben dolgozó Prof. Dr. Hédervári-Heller Évával együtt adaptálta Magyarországra a 2000-es évek elején. Ma már országsszerte több mint 100 konzulens dolgozik minden fontos szektorban. A konzulensek magyarországi szakmai csoportja www.iszcsk.com címen érhető el.

A csecsemő- és kisgyermekkori regulációs zavarokról, valamint az integrált szülő-csecsemő/kisgyermek konzultáció és terápia (ISZCSK) módszeréről tartott előadást *Hédervári-Heller Éva*. Kiemelte, hogy „a szülő-csecsemő/kisgyermek konzultáció és terápia egy kora gyermekkori prevenciós és intervenciós módszer, tudományosan megalapozott metódus a pszichés és pszichoszomatikus megbetegedések (regulációs zavarok) gyógyítására, de legalábbis enyhítésére csecsemő- és kisgyermekkorban.”



A leggyakrabban előforduló regulációs zavar az evészavar, melynek nehézségeiről, hátteréről, és egyre emelkedő előfordulásáról *Molnár Judit Eszter* számolt be. Az anya fókusza sokszor az evésre irányul, érzelmi állapotát, szülésélményét, várandósságát, a környezet által támasztott elvárásokat táplálkozásban számszerűsíthető kontrollban valósítja meg. Az édesanyákban nagy az életben tartás, a gondoskodás vágya, ezért, ha gyermekük nem megfelelően táplálkozik, sokszor anyaságukban bizonytalanodnak el. Sajnos, az evészavarok egy része belszervileg teljesen egészséges csecsemők/kisdedek esetében is odáig fajulhat, hogy negatív gastroenterológiai leletek mellett is tartós szondatáplálás, később PEG behelyezésére kerül sor. Ez átmenetileg megoldást jelenthet, ám ahogy az előadásban is elhangzott, „a szonda folyamatos használata, a tárgygyá tevés pszichés aktusa, mélyen érinti valamennyi résztvevőt. A PEG még nagyobb távolságot teremt. A jelenség megértése új lehetőség a segítők számára. A bizalom helyreállítása eleven áramlást hoz a kapcsolódásban. Az evés több mint a szükséges anyag gyomorba juttatása: csecsemőként nővünk bele, hogyan is kebelezzük be, tesszük fogyaszthatóvá a világot a magunk számára.” Evészavarban szenvedő gyermekeknél legfontosabb, hogy az evés élménnyé váljon.

A későbbi életkorban előforduló evészavarról két neves szakembertől hallhatunk.

Philip Gorwood az anorexia nervosa iránti érzékenység eredetéről beszélt. Az anorexia nervosa egy komplex, súlyos megbetegedés, a betegek 1%-a hal meg évente, fele öngyilkos lesz, fele egészségügyi következményekben. A betegségnek nincs specifikus gyógyszeres kezelése, ezért különösen fontos a lehetséges patomechanizmus tisztázása.

Pászthy Bea az anorexia nervosa komplex, család alapú kezeléséről tartott előadást.

Az anorexia nervosa leggyakrabban a serdülőkorban kezdődik, általában a 14–16 éves korosztályt érinti, azonban nem ritka a korai pubertáskori kezdete sem.

Az AN a legnagyobb mortalitású pszichiátriai betegség. Az anorexia nervosára jellemző személyiség tényezők: túlkontrolláltság, perfekcionizmus, teljesítményorientáltság, alacsony önértékelés, kényszeresség, megfelelési vágy, a testképzavar. Fontos ezen tünetek korai felismerése, hogy a gyermekek az alapellátó helyből minél korábban szakellátó helyre kerülhessenek. „A pszichoszomatikus betegségértelmezés térhódításával az anorexia nervosa terápiája is ennek megfelelően komplex. A szomatikus tünetek

és szövődmények stabilizálásával együtt intenzív pszichoterápia, családterápia (leginkább hatékony) veszi kezdetét. Az európai protokollok speciális evészavar részlegek kialakítását szorgalmazzák, ahol a szomatikus és pszichiátriai diagnosztika és gyógykezelés egyszerre történhet.”

Regulációs zavarok ellátásával több centrumban is foglalkoznak Magyarországon. Egy szimpózium ezen centrumok bemutatását célozta.

A terápia, kivizsgálás és kezelés multidiszciplináris jellegű. A Kora Gyermekekori Evés-Alvászavar Ambulancia *Scheuring Noémi* vezetése alatt működik a Heim Pál Országos Gyermekgyógyászati Intézetben 2017. január óta.

Scheuring Noémi elmondta, hogy „a 3 év alatti kisgyermek ellátása multidiszciplináris szemlélettel, team-munkában történik. Az organikus háttér kutatása az elsődleges, emellett diagnosztikai munkánkat a funkcionális és egyéb faktorok feltérképezése is kiegészíti. Tevékenységünk pontosan meghatározott folyamat szerint működik, ennek révén is kapcsolódnak az egyes szakmai területek – orvos, pszichológus, fejlesztésben jártas gyógypedagógus, dietetikus, mentálhigiénés szakember, csecsemő-gyermek szakápoló – egymáshoz.”

Továbbá más-más algoritmusban működik regulációs zavarokkal foglalkozó ambulancia a Szegedi Gyermekklinika és a Szent János Kórház Gyermekosztályán.

A Bethesda KIDSz 2012-ben kezdte meg a kora gyermekkori intervenciót és gyógypedagógiai tanácsadást, szoros együttműködésben a Bethesda Gyermek Kórházzal – tudtuk meg *Topolánszkyne Zsindely Katalin* előadásában.

A Budapesti Korai Fejlesztő Központ komplex diagnosztikai folyamatát bemutató előadásában *Gaszner Andrea* kiemelte „a hétköznapi életben észlelhető, a szülők által jelzett fejlődésbeli és/vagy viselkedésbeli nehézségek hátterében meghúzódó alapproblémát próbáljuk felderíteni. Emellett központunk vizsgálati szemléletének hangsúlyos része a gyermekek erőforrásainak, erősségeinek feltérképezése, megfogalmazása is. Törekvésünk, hogy a szülők egyenrangú partnernek érezhessék magukat a gyer-

meük további sorsát érintő kérdések megbeszélésében, és hogy a számukra helyes döntések meghozatalához a lehető legtöbb szükséges információ a rendelkezésükre álljon.”

Mentális betegséggel küzdő édesanyák, apák kezelése mind fekvőbeteg, mind ambuláns ellátás formájában működik a Szent János Kórházban „Együtt – Baba-Mama-Papa Program” (BMP) néven. A program két alapítója, *Németh Tünde* és *Kurimay Tamás* a plenáris ülésen, szimpóziumon, valamint a team több tagja workshopokon számoltak be a BMP Programban részt vevő különböző diszciplinák tapasztalatairól. A program a szakellátások együttműködése útján valósul meg. A munkacsoportot pszichiáter, pszichoterapeuta szakorvosok, gyermekorvosok, szupervizorok, pszichológusok, integrált szülő-csecsemő konzulensek, szociális munkások és diplomás pszichiátriai, valamint gyermekszakápolók alkotják. A betegek kezelése és gondozása néhány héttől több hónapig is tarthat. Az országban itt valósult meg először az anya és gyermek együttes ápolása, ami biztosítja a gyermek stabil fejlődését, a kötődés kiépülését, az anya gyorsabb gyógyulását, valamint az anyai érzés és kompetencia kialakulását.

A program hatékonyságát, sikerességét jelzi, hogy a program beindulása után alig kellett gyermeket a családból kiemelni, a többség a szüleikkel maradt. Egyes esetekben súlyos pszichiátriai betegséggel is képessé vált az anya arra, hogy – családja támogatásával – gyermekét ellássa, így elkerülve a gyermek állami gondozásba helyezését.

Az „Együtt – Baba-Mama-Papa Program” üzenete a gyermekorvosok, védőnők felé az, hogy az újszülött látogatása, vizsgálata során fordítsanak figyelmet az édesanya mentális állapotának megfigyelésére is, és a fent felsorolt tünetek észlelésekor jelezzék a problémát a családnak, nyújtsanak segítséget abban, hogy az édesanya eljusson a megfelelő szakemberhez. Kiemelten fontos figyelmet fordítani az anya-gyermek interakcióra és a családi támogatás minőségére. A kóros mentális állapot korai felismerése és kezelése lényegesen javítja a gyors gyógyulás esélyeit.

A programmal párhuzamosan a gyermekosztályon külön foglalkozunk mind ambuláns, mind bent fekvő ellátásban regulációs zavarok kezelésével.

Nemzetközi résztvevőkkel tartott (*Barlow, J; Von Klitzing, K; Rapazote, R; Golden, A; Németh, T; Tarun, D; Chiara, S*), gyakorlatra fókuszáló kerekasztal-megbeszélésnek lehettünk részesei „Infant and early childhood mental health from EU and global perspectives – Service pathways to promote infant and early childhood mental health”.

A konferencia során több műhelylyel, szülői csoporttal, segítő egyesülettel ismerkedhettünk meg, melyek a családok egységének megsegítését, az elfogadást, a gyermekek fejlődésének segítését tűzte ki célul a változatos módszereken, dalokon, meséken, játékokon át.

A témában az első regionális, interdiszciplináris megközelítést alkalmazó konferencia kiválóan szolgálta a szakmai tapasztalatcserét, a szakmai kapcsolat építését, felkészülési lehetőséget adott 2021–2027-es Európai Unió programokban való részvételhez.

A konferencia egyik fő üzenetét *John Oates* workshopján közösen megalkotott szülősegről szóló összefoglaló adta.

TV-n, rádión, a közösségi médiában a szülők számos különböző és gyakran egymásnak ellentmondó információval találkozhatnak a gyermek fejlődéséről és szükségleteiről, amelyek jelentősen hozzájárulnak a szülői hiedelmek és téves gyakorlat kialakulásához. A fokozott családi mobilitással és a családi kapcsolatok gyengülésével, a konkrét gyakorlatok, szokások a következő generációnak való továbbadása zavart szenved, így megnő a szerepe a médiának.

A workshop alkalmával arra törekedtünk, hogy közös alapokat teremtsünk, amely a szülőknek nyújt tanácsokat, segíthetnek a szülői gondolkodásmódban, csökkentik a kétségeket és bizonytalanságokat.

Úgy vélem, ez a szakmai konferencia hiánypótló volt. Terveink szerint a közös gondolkodásra, egymás szakmai munkájának megismerésére a következő években is lesz majd lehetőség mind nemzetközi, mind hazai szinten.