

A határtalan elme korlátai

Január 23-26. között Győrben, mintegy 1300 szakember részvételével tartotta XVIII. Vándorgyűlést a Magyar Pszichiátriai Társaság. A Társaság elnöke, Lehoczky Pál így fogalmazott beköszöntőjében: „... sok tudományos adatunk van az elme határtalanságáról az egyén, az egészséges és a beteg ember szintjén. Sok tapasztalat és kísérletes bizonyíték arról, hol húzódnak és hol nem húzódnak határok az idegrendszer kapacitásában, a működési kapcsolatokban, az agyi struktúrákban. Naponta megéljük az összekapaszkodó elmék, a terápiás szövetségek varázslatos, a mindennapi gyakorlatban is működő, felszabadító, korlátokat szétfeszítő mechanizmusát... Gyakran megélnünk munkánk során varázslatos pillanatok. Szembesülünk azzal, milyen sokat és mégis milyen keveset tudunk az elme működéséről. Vállaljuk korlátainkat, mert azok egyúttal kiszámíthatóságot is adnak. Szétfeszítjük korlátainkat, mert a régiek olykor már akadályozóak. Van mit mondanunk egymásnak elméről, elmegyógyásatról, elméletről, gyakorlatról, határtalanságról, korlátokról...”

Az érdeklődők 200 előadás között válogathattak. Bár a pszichiáterek a depresszió okait, kezelésének hatékony módszereit kutatják, egybehangzóan az öröm megélésének fontosságára hívják fel a figyelmet. E kettősséggel foglalkozott Kálmán János a Kék madár: hova száll? című előadásában, az örömképességről, a hedóniáról és annak negatív párjáról, az örömről való képesség hiányáról, az anhedóniáról beszélt, amely már depresszióhoz vezethet. A gondolatmenetet Bánki M. Csaba folytatta: Ritmusban az örömmel címmel. Az örömhány-szindróma része többek között a hangulatzavar, az evési zavar, az impulzus- és figyelemzavar. A kezelés célja az, hogy a depressziós beteg újra tudjon örülni, hogy képes legyen megint a boldogságot keresni – s hogy ez sikerül-e, az attól függ, mennyi erőfeszítést vállal az öröm megszerzéséért. Agyunkban kimutatható a negatív érzések „helye” éppúgy, mint az öröm központja. Ehhez kapcsolódott A zene mint örömforrás címmel Janka Zoltán előadása, aki arról beszélt, hogyan hat a zene a limbikus rendszerre. A kellemes zene által keltett érzések korrelálnak az EEG-vel mérhető agyi hullámokkal, ezért hatékony a depressziósoknál a zeneterápia, hiszen a metabolikus utakat befolyásolja.

PÁNCÉL, JELMEZ, MASZK...

Ki így, ki úgy, de sokan elbújnak a világ elől – akár szó szerint, akár képletesen. Az egyik legnagyobb közhelye való „mai rohanó világ” a lelketlenség, a felszínesség és a közöny életterülete, ahol az érzékeny ember páncélt „növeszt”, jelmezt hord vagy maszkot visel. Bőrbetegségek esetében különösen fontos, hogy testünk jó minőségű, gazdag hatóanyagokat tartalmazó készítményekkel érintkezzen, hiszen a fokozatos javulás növeli az önbizalmat, a lélek regenerálódását.

Minden száraz bőrnél átgondolhatjuk azt a kérdést: kapunk-e elég érintést, simogatást, babusgatást? A beteg, érzékeny bőr minden esetben fokozottabb figyelmet, állandó, mindennapi ápolást igényel. Az érintett bőrfelületnek a tünetmentes időszakban is több zsírozásra, alaposabb hidratálásra és tápanyagokra van szüksége, hogy a betegség jelei ne erősödjenek fel. Ha a bőr napi ápolását elhanyagoljuk, jelentős súlyosbodásuk esetén a tüneteket már többnyire csak szteroid tartalmú szerekkel lehet kordában tartani. Így a bőrgyógyász elsődleges célja a tünetmentes időszak megnyújtása, hosszabb távon a bőr gondos hidratálása – lehetőleg szteroidmentes – kenőcsök használatával. Az ekcémás, atópiás és érzékeny bőr többnyire szalicilsavmentes készítményeket tolerál, mert esetükben a bőr megnyugtatója a legfontosabb.

Bár nem egyszerű, de törekedni kell a stressz csökkentésére is, tudatosan használva a relaxációs technikákat, tudatosan lassítani a tempón. Lelkünket terápiás eszközökkel, finom módszerekkel ápolhatjuk, de fizikai testünk fizikai gondozást igényel. Fokozott odafigyeléssel a bőr meghálálja a gondoskodást, s így talán már a léleknek is könnyebb dolga van, hogy leve(he)sse páncélját.



A Psorioderm® termékcsalád 2012-ben elnyerte a Magyar Termék Nagydíj® címet



Pikkelysömör?
Szeborrea?
Ekcéma?

Bizza magát
a természet
erejére!

A Psorioderm® termékcsalád:

- ✓ speciálisan pszoriázisos, szeborreás és ekcémás bőr napi ápolására lett kifejlesztve
- ✓ 20-féle gyógynövénykivonattal, vitaminnal, ásványi anyaggal és holt-tengeri sóval táplálja és javítja a bőr komfortérzetét
- ✓ nem tartalmaz szteroidot, mesterséges színezéket és illatanyagot

EP!

Egészségpénztári számlára adómentesen elszámolható*



A termékcsalád tagjai:

- Krém 50/100/200 ml
- Testápoló 250 ml
- Sampon 250 ml
- Tusfürdő 250 ml
- Úticsomag



Psorioderm®
- TETŐTŐL TALPIG MINDENNAP!

A Krém már szalicilsavmentes, **SZENZITÍV** változatban, gyermek, felnőtt, érzékeny és atópiás bőrre is!



Gyártatja és forgalmazza: Pezomed Kft.,
Infonál: +36-42-402-008
E-mail: psorioderm@pezomed.com
www.psorioderm.com • www.eventuspharma.com

*Az elszámoló pénztárak köréről kérdezze gyógyszerészét!

Keresse a Psorioderm termékcsaládot a gyógyszertárakban és az Eventuspharma webáruházban!