

# Psihičke bolesti više nego ijedne druge prati stigma i izopćenost

Izostanak prepoznavanja, liječenja i podrške osobama sa psihičkim poremećajima može imati tragične posljedice. Pri tome veliku ulogu imaju obilježavanje i odbacivanje. Stigma je sama po sebi "druga vrsta ludila", kako je definira Stephen Hinshaw, poznati američki klinički psiholog. Piše **SUZANA CIBOCI**

**V**iše od 450 milijuna ljudi u svijetu boluje od mentalnih poremećaja, a u Hrvatskoj su na vrhu po broju dana provedenih u bolnici. Dugotrajno liječenje, smanjena produktivnost, bolovanja, psihološko i egzistencijalno opterećenje pojedinca, obitelji, društva... ukazuje da im je potrebna pomoć i podrška najbližih, ali i cijele zajednice. Osobe sa psihijatrijskim bolestima preplašene su, očajne, zbunjene, negativno obilježene, odbačene... Izostanak prepoznavanja, liječenja i podrške osobama sa psihičkim poremećajima može imati tragične posljedice. Broj samoubojstava među njima je velik. Na svaki počinjeni suicid dolazi oko osam pokušaja samoubojstva i još tri puta veći broj onih koji o suicidu intenzivno razmišljaju.

Pri tome veliku ulogu imaju obilježavanje i odbacivanje osoba sa psihič-

kim bolestima. Stigma je sama po sebi "druga vrsta ludila", kako je definira Stephen Hinshaw, poznati američki klinički psiholog sa Sveučilišta u Kaliforniji, jer potiče negiranje ljudskog potencijala, a šutnja i sram dovode do samostigme, koja opet ima razarajuće djelovanje i isto tako umanjuje ili potpuno ubija samopoštovanje. U današnjem društvu osobe s mentalnim bolestima vrlo često nailaze na osudu, što dovodi do gubitka njihovih temeljnih sloboda - od nemogućnosti glasovanja do, primjerice, automatskog gubitka prava na skrb za vlastitu djecu.

## Bolest kao najveća tajna

Stephen Hinshaw objavio je više od 350 znanstvenih radova o stigmati povezanoj sa psihijatrijskim bolestima, a posljednja njegova knjiga priča je o stigmati s kojom se suočavala njegova obitelj. Osobnu i obiteljsku patnju

opisao je u knjizi "Druga vrsta ludila - putovanje od stigme do nade", koja je nedavno prevedena na hrvatski i objavljena u izdanju Tim pressa.

Naime, njegov otac Virgil Hinshaw, eminentni predavač na Odsjeku za filozofiju Sveučilišta Hall u Berkeleyu, cijenjen u društvu, omiljen među studentima i kolegama, uzoran otac i suprug, bolovao je od psihijatrijske bolesti koja je skrivana kao najveća tajna. Stephen je za nju doznao tek na prvoj godini fakulteta. Njegov je otac sa 16 godina nakon prve manične epizode, kada je umalo poginuo jer je bio uvjeren da može letjeti, dobio pogrešnu dijagnozu shizofrenije, pa ona prava - bipolarni poremećaj - i nije bila liječena. U njegovim maničnim i depresivnim epizodama pojavljivali su se simptomi psihoze koji su uključivali halucinacije i sumanutosti. Čuo je glasove koji su ga pozivali da spasi svi-

jet od fašista, a u razdobljima između epizoda manije, kada je bio arogantan i pun bijesa, funkcionirao je potpuno uredno. Ali američki su psihijatri tijekom većeg dijela 20. stoljeća vjerovali kako bilo koji psihotični simptom ukazuje na shizofreniju, pa je manično-depresivna psihoza (kako se tada imenovao bipolarni poremećaj) rijetko bila dijagnosticirana. Sedamdesetih godina prihvaćena je točnija europska dijagnostika pa se dijagnoza bipolarnog poremećaja počela pravilno dijagnosticirati, a poremećaj je tri do četiri puta češći od shizofrenije.

Nitko nije mogao naslutiti kako se u

obitelji Hinshaw nešto čudno događa. Majka je skrivala da je tata na liječenju, i po pola godine, i od djece, i od obitelji, i od prijatelja i od kolega. Govorila bi da je na odmoru, na kongresu, na putu, kod rođaka...

## Tata je na putu, kongresu...

Te skrivene stigme (grč. obilježje ili znak) mogu biti naročito problematične jer pojačavaju napetost i nesigurnost te potiču duboku izolaciju cijele obitelji, a pojedinci suočeni s psihičkim oboljenjima žive u strahu da su ta

nastavak na sljedećoj stranici

**SVJEDOČANSTVO AMERIČKOG PSIHologa  
HINSHAWA POTRESNO JE: NITKO NIJE MOGAO  
NASLUTITI DA SE U NJIHOVOJ OBITELJI NEŠTO  
ČUDNO DOGAĐA. ISTINA SE SKRIVALA OD SVIH...**



Istock

## Stigma po asocijaciji - nije pogoden samo oboljeli nego i obitelj, pa čak i liječnici

Udruge za samopomoć i podršku te unapređenje mentalnog zdravlja danas su ključan dio brige o mentalnom zdravlju. Iako sami po sebi ne mogu iskorijeniti ni stigmatu ni samostigmatu, oni pomažu da oboljeli i njegova obitelj kvalitetnije žive. Naime, i obitelji se suočavaju sa subjektivnim teretom koji je često povezan sa sramom i poniženjem.

- Oko jedan posto populacije Hrvatske pogođeno je shizofrenijom. Stigmatizacija i izolacija su pritom, nažalost, svakodnevno iskustvo pogođenih i njihovih najbližih. Jedva je koja druga bolest povezana s toliko predrasuda i mitova kao shizofrenija - ističu u riječkoj udruzi Zajedno, koja provodi "Antistigma-program shizofrenih bolesnika", u koji je uključeno 80-ak zemalja. Cilj je ukloniti stigmatu s oboljelih i njihovih obitelji. Stephen Hinshaw objašnjava što je stigma po asocijaciji. - Kao supruga čovjeka koji je 1950-ih, kada se o tome šutjelo, s vremena na vrijeme poludio, mama je svaki dan proživljavala stigmatu po asocijaciji. Psihijatre nije bilo briga što ona ima reći, a potpora obitelji gotovo da i nije bila dostupna u tadašnjem sustavu mentalnog zdravlja. Mama je s pravom mislila da ako itko sazna pravu istinu, našu će se obitelj početi izbjegavati zbog "moralne mane", najveće moguće nesposobnosti. Jednostavno bismo izgubili svoj društveni položaj. Stigma po asocijaciji nije samo problem obitelji. Sjetite se svih stručnjaka koji se bave mentalnim bolestima. Uvriježeno je mišljenje da oni život provode radeći s luđacima. Klinički psiholozi su na dnu ljestvice, a psihijatrija se uglavnom smatra nepoželjnom specijalizacijom. Financiranje mentalnog zdravlja i dalje je niže od onog za "fizičke" bolesti - upozorava Hinshaw. I doc. dr. Domagoj Vidović kaže da to osjeća kao psihijatar. - Vidite po drugim bolnicama da su psihijatrijski odjeli vrlo često u podrumima, u prostorima koji nisu renovirani, da se za psihijatrijske bolesnike odvajaju potpuno neadekvatni prostori. S druge strane i nas psihijatre doživljavaju kao da, eto, nismo mogli ništa drugo u medicini pa smo završili u psihijatriji - kaže doc. Domagoj Vidović.

njihova obilježja vidljiva.

- Primjećuje li tko? Ako tajna da sam duševno bolestan, da sam luđak, izađe na vidjelo, svi će me izbjegavati. Jedino je rješenje sve tajiti. Stigma stvara sram i šutnju. S tim se pitanjima i odlukama i danas prečesto susreću osobe s mentalnim bolestima - naglašava Stephen Hinshaw.

Pedesetih godina prošlog stoljeća mentalne su bolesti bile krajnje stigmatizirane jer su asociirane na potpunu nesposobnost kao i na ozbiljan rizik za nasilje. Prema istraživanjima stavova, naglašava Hinshaw, i danas su tri obilježja na dnu ljestvice društveno prihvatljivih: beskućništvo, drogiranje i mentalne bolesti.

- Javnost ne želi imati kontakt s takvim pojedincima i pokazuje snažnu želju za socijalnom distancom. Štoviše, u upitnicima korištenima u tim istraživanjima ispitanici često ublažavaju negativne stavove kako ih se ne bi smatralo zadržima. Njihovi privatni stavovi su, zapravo, puno gori - ističe Hinshaw.

## Društvo ipak napreduje

Doc. dr. sc. Domagoj Vidović, psihijatar u Klinici za psihijatriju Vrapče, objašnjava zašto teško prihvaćamo mentalne bolesti.

- Mentalne bolesti više nego ijedne druge prati mističnost, stigma, strah od gubitka kontrole, položaja, ugleda u društvu, stečenih povlastica, pozicija... S druge strane, dugo je vladalo uvjerenje da su psihičke bolesti neizlječive i da se teško mogu držati pod kontrolom. Do prije sedamdesetak godina nije bilo sustavnog liječenja težih psihijatrijskih bolesti, nije bilo ni lijekova, što zapravo znači da kad bi se netko razbolio od teže psihičke bolesti, npr. shizofrenije, bolest je imala svoj kronični tijek sa svim svojim manifestacijama, bez značajnih poboljšanja. Postojale su i bolnice ciljano građene samo za neke vrste bolesti - za psihijatrijske bolesti i za tuberkulozu. I jedne i druge bolesnike je trebalo zatvoriti, udaljiti od okoline. I danas ima bolnica gdje su psihijatrijski odjeli smješteni u podrumu ili udaljeni od centralne zgrade. To su pokazatelji kako su psihički bolesnici i dalje stigmatizirani - kaže dr. Vidović. On je doktorirao na temu stigme i samostigme, a upoznao je i dr. Hinshawa.

- Danas je stigma ipak značajno manja, društvo je puno otvorenije i



Ranko Šušvar/Hanza Media

## Dr. Vidović: Ne generaliziranju

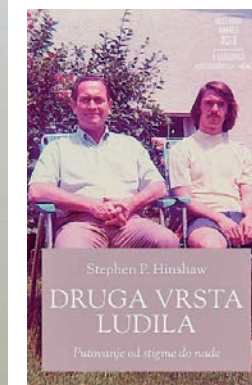
Stigmatizacija je kad nekoga obilježavamo kao manje vrijednog jer ima neko obilježje, kao što su druga boja kože, drugačija seksualna orijentacija, a diskriminacija je onemogućavanje osobe da participira u aktivnostima koje su drugim osobama (bez stigmatizirajućih obilježja) dostupne (školovanje, zapošljavanje, sudjelovanje u sportskim, kulturnim, društvenim aktivnostima...) - Zadnjih desetljeća značajno smo napredovali u nastojanjima uklanjanja diskriminacije. Smatram kako je pomogla i raširena pojava PTSP-a. Kako je velik broj ljudi obolio od PTSP-a, često su se postavljala pitanja smiju li oni voziti auto, posjedovati oružje i sl. Poruka je psihijatra da se svaki slučaj treba pojedinačno razmotriti, pregledati i onda donijeti odluka, a nikako ne generalizirati - kaže doc. dr. sc. Domagoj Vidović.

uglavnom odbijali s njom razgovarati. Tijekom 50-ih psihijatrijska struka uopće nije htjela informirati članove obitelji o kakvim se bolestima točno radi. Bi li onkolog ili kardiolog naredio pacijentu da ne priča o svojoj bolesti članovima obitelji, uključujući i djecu? Takvo što je nepojmljivo. Sa sjetom na licu tata mi je priznao da, kad smo Sally i ja bili mali, nije znao što bi nam rekao o svojim psihotičnim epizodama i hospitalizacijama. Pitao je liječnike ne bismo li trebali barem nešto znati, pogotovo kad smo postali zreliji. No njegov je glavni psihijatar na ta pitanja uvijek imao isti odgovor: "Nikad sa svojom djecom ne pričajte o mentalnoj bolesti. Bilo kakvo saznanje o tome zauvijek bi ih uništilo. Mentalne su bolesti bile toliko sramotne da se zabrana svih razgovora o toj temi smatrala terapijskom" - piše Hinshaw u svojoj knjizi.

A stvarna terapija osoba s mentalnim bolestima uključivala je ozbiljno zanemarivanje i okrutnost. O bolnici Norwalk, gdje je Hinshaw stariji boravio, kasnije su izašla na vidjelo mučna svjedočenja o prisilnoj medicaciji i krajnjoj dehumanizaciji.



Stephen Hinshaw i njegova knjiga "Druga vrsta ludila", koja govori o očevoj bolesti i stigmatizaciji s kojom je godinama živjela njegova obitelj



ih naovamo stavovi javnosti prema mentalnim bolestima uglavnom ostali isti, što znači da ljudi i dalje uglavnom ne žele biti blizu takvih osoba. U usporedbi s razdobljem prije 60 godina, danas tri puta više ljudi vjeruje da su mentalne bolesti nezaobilazno povezane s nasiljem - ističe Stephen Hinshaw.

To što osobe sa psihijatrijskim poremećajima povezujemo s nasiljem isto je dio stigme, kaže doc. Vidović, jer je samo vrlo mali postotak psihičkih bolesnika sklon nasilju.

- Ono što je također važno je da osoba koja razvije neki psihički poremećaj razvije i samostigmu te sebe počinje doživljavati kao manje vrijednu, manje poštovanu, ima osjećaj da je izgubila neki dio svog identiteta, da ne vrijedi i počinje se povlačiti, samu sebe obezvređuje i dugoročno si nanosi znatnu štetu. Zato je u liječenju važno raditi na uklanjanju samostigme, treba im ukazivati kako su bez obzira na psihičku bolest vrijedan dio društva. Primjerice, ne možemo isključiti iz svijeta rada tisuće onih koji imaju neki psihički poremećaj. Stigmu možemo smanjiti javno-zdravstvenim akcijama i inicijativama te uspješnim liječenjem naših pacijenata - kaže doc. dr. Vidović. Istraživanja pokazuju, naglašava, da je samostigma značajan teret i uvelike utječe na razinu suicidalnosti i depresije kod oboljelih od shizofrenije. Visoka razina samostigme u slučaju mentalnih bolesti često dovodi do izbjegavanja traženja pomoći i ranog napuštanja terapije, ako se ona ikada i počne. Stephen Hinshaw upozorava da psihijatrijski bolesnici postanu uvjereni da je srž problema njihova slabost i moralna mana. I sam je tome svjedočio. Unatoč tome što je njegov otac kasnije dobio pravu dijagnozu i učinkovitije liječenje, a Stephen ga je redovito obavještavao o znanstvenim radovima, novim spoznajama o bipolarnom poremećaju - genetskom poremećaju koji uzrokuje iracionalne uspone i padove, on je o sebi i dalje mislio da je luđak, da je jedan od njih, a ne jedan od nas. Nečovječno hospitaliziran sa 16, razvio je identitet na osjećaju duboke moralne mane, a stigma je bila stalni pratilac. Kasnije hospitalizacije dodatno su ga ponizile. Ništa više nije moglo promijeniti ono što je mislio - da je drugačiji, lud i ne u potpunosti čovjek.

## Naprosto nisam jedan od vas

- S jedne strane danas znamo više o mentalnim bolestima nego prijašnje generacije. Psihologija je redovan predmet u mnogim srednjim školama, a mentalne bolesti nisu više toliko tabu. Danas puno više ljudi može ispravno prepoznati simptome anksioznog i afektivnog poremećaja, psihotičnih poremećaja te mentalnih bolesti u djetinjstvu. No istodobno nekoliko opsežnih istraživanja pokazuje da su od 1950-

**PRIMJEĆUJE LI TKO? AKO TAJNA DA SAM LUD IZAĐE NA VIDJELO, SVI ĆE ME IZBJEGAVATI. JEDINO JE RJEŠENJE SVE TAJITI. S TAKVIM PITANJIMA I ODLUKAMA SUSREĆE SE VEĆINA OBOLJELIH**