



# Як я хворів на Covid-19 та на вершині спутаної свідомості придумав тест на «емоції/раціональність», або до чого тут результати «II Конгресу з міжнародною участю «ПСИХОСОМАТИЧНА МЕДИЦИНА XXI СТОЛІТТЯ: РЕАЛІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ»?

*Oleg Chaban*

Як хворів? Так як і всі хворіють. Немає про що тут говорити. Одним словом, відчуття, наче цілий день важко фізично працював на полі, ввечері напоїли літром найгіршого у світі самогону, а потім, коли я напівпритомний повз у сторону дому, ще хтось вдарив мішком картоплі по голові.

А от до спутаної свідомості – на жаль це було, як і сінкопе на вулиці. Добрі люди не пройшли повз інтелігентного професора, який лежить на узбіччі. Дякую, люди. Все це не цікаво. Цікавіше інше – в цьому стані я вигадав дивний тест, який одразу у зміненій свідомості я назвав: «Мораль/раціональність». Це ж треба, щоб таке у задурманену ковідом голову прийшло.

Суть фантазії наступна: уявіть, що ви капітан міжгалактичного космічного корабля, який виконує місію людства – пошук планети для переселення землян. Ваш космічний корабель вже багато десятиріч подорожує у космосі та на ваше повідомлення з нетерпінням очікує людство. Але... трапляється непередбачуване. В одному з секцій корабля трапляється пожежа. Там в цей момент знаходиться лише троє людей: Ви - капітан корабля, від якого залежить життєздатність всього корабля і виконання місії людства, ваш друг – інженер, лише від якого залежить зв'язок із Землею, і ваша кохана дружина (чоловік, якщо ви жінка – капітан). Двоє ваших дітей, також космонавти, на цьому ж кораблі і вони в безпечному місці. У вас є можливість відсікти палаючий модуль від корабля і тим самим запобігти катастрофи на всьому кораблі, але зможуть покинути цей модуль лише двоє за цей короткий час. Третій загине. Ваше рішення?

А до чого тут Конгрес, який ми успішно провели, запитаєте ви? А ви подумайте, що нашими ідеями та принципами психосоматики ми намагалися викрутитися з ситуації безпомічності соціальної медицини, яка так яскраво проявилася у ситуації пандемії і яку, абсолютно логічно, головний редактор наукового журналу The Lancet Річард Хортон запропонував переіменувати: «Ми повинні розглядати Covid-19 не як пандемію, а як «синдемію» - термін, що поєднує в собі слова «синергія» і «пандемія».

Такі захворювання, як Covid-19, не слід розглядати окремо. З одного боку, є SARS-CoV-2 (вірус, що викликає Covid-19). З іншого - низка хронічних хвороб. І ці два елементи взаємодіють у контексті глибокої соціальної нерівності» (<https://www.bbc.com/ukrainian/features-54918458>).

Психосоматичний конгрес виявився, на наше здивування, дуже успішним. Оцініть лише



статистичні цифри: II Науковий конгрес з міжнародною участю

«ПСИХОСОМАТИЧНА МЕДИЦИНА XXI СТОЛІТТЯ: РЕАЛІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ» - 5-7 листопада 2020 року (Київ, Україна). Організатором конференції виступила кафедра медичної психології, психосоматичної медицини та психотерапії НМУ імені О.О. Богомольця, в особі кураторів - Чабана Олега Созонтовича та Хаустової Олени Олександрівни. За підтримки: Всеукраїнської асоціації психосоматичної медицини та Асоціації неврологів, психіатрів і наркологів України. До трансляції приєдналось понад 2800 спеціалістів сфери охорони здоров'я. Переглядів за статистикою каналу Ютуб - 20 500. Нас слухали спеціалісти з понад 500 населених пунктів, у тому числі представники Швейцарії, Білорусії, Азербайджану, Польщі та країн Балтики. Представники 75 медичних спеціалізацій. Понад 410 спеціалістів займаючих керівні посади.

У рамках конференції було прочитано 64 доповіді, у тому числі 4 майстер-класи з набуттям практичних навичок. Лектори з Канади, Ізраїлю, Великобританії та Сполучених Штатів Америки ділилися із слухачами своїм досвідом.

Спеціалізації слухачів конгресу:

Медицина невідкладних станів, Паразитологія, Променева терапія, Трансфузіологія, Лабораторні дослідження фізичних факторів навколишнього середовища, Сурдологія, Генетика медична, Геріатрія, Мікробіологія і вірусологія, Судово-психіатрична експертиза, Гематологія, Дієтологія, Нефрологія дитяча та доросла, Сексопатологія, Ревматологія, Епідеміологія, Клінічна біохімія, Клінічна імунологія, Радіологія, Пульмонологія дитяча та доросла, Ендоскопія, Рентгенологія, Алергологія доросла та дитяча, Нейрохірургія, Психофізіологія, Фізіотерапія, Бактеріологія, Ультразвукова діагностика, Неонатологія, Ортопедія і травматологія дитяча та доросла, Фтизіатрія дитяча та доросла, Отоларингологія Дитяча та доросла, Ендокринологія, Гігієна праці, Гігієна харчування, Загальна гігієна, Гігієна дітей та підлітків, Стоматологія, Онкологія, Лікувальна фізкультура і спортивна медицина, Рефлексотерапія, Організація і управління охороною здоров'я, Клінічна лабораторна діагностика, Офтальмологія, Хірургія, Анестезіологія дитяча та доросла, Гастроентерологія дитяча та доросла, Дерматовенерологія дитяча та доросла, Кардіологія дитяча та доросла, Акушерство і гінекологія, Урологія, Дитяча гінекологія, Наркологія, Інфекційні хвороби дитяча та доросла, Терапія, Загальна практика - сімейна медицина, Педіатрія, Неврологія дитяча та доросла, Дитяча психіатрія, Психіатрія доросла, Психологія, Психотерапія.

Я перепрошую, що привожу всю цю обширну статистику учасників конгресу. Але, погодьтесь, навряд чи Ви чи я згадаємо будь який інший науковий форум, де збираються настільки різні спеціалісти. Логічне питання: для чого?

Тематика нашого конгресу в цьому році: «Досягнення й перспективи психосоматичної медицини XXI століття», «Психонейроімуноендокринологія в сучасній медицині», «Вікові та гендерні аспекти психосоматичної медицини», «Як зберегти здоров'я в сучасному світі: чи збігаються погляди лікаря та пацієнта?», «Впровадження психосоматичного підходу в реальну клінічну практику», «Реалізація психосоматичного підходу в реальній клінічній практиці»,

Як бачите, у такому широкому загалі завжди можна знайти свої інтереси. Власне тому ми побачили таку активність наших колег.

Конгрес відкрив ректор Національного медичного університету імені О.О. Богомольця, доктор медичних наук, професор Кучин Ю.Л. (Київ, Україна). Він звернув увагу на значення емоційного стану пацієнта для ефективного лікування його соматичної проблеми. Особливо це має значення коли у світі виникла грандіозна проблема під назвою «пандемія».

Виступи завідувача кафедри медичної психології, психосоматичної медицини та психотерапії



Національного медичного університету імені О.О. Богомольця, Президента ГО «Всеукраїнська асоціація психосоматичної медицини», доктор медичних наук, професор Чабан О.С. (Київ, Україна), Представника Всесвітньої Психіатричної Асоціації від Східної Європи (Zone 10 - Eastern Europe World Psychiatric Association (WPA), завідувач кафедри психіатрії і медичної психології Білоруського Державного Медичного Університету, доктор медичних наук, професор Скугаревський О.О. (Мінськ, Білорусь), Заступника директора з наукової роботи ДУ «Інститут неврології, психіатрії та наркології НАМН України», Віце-президент ГО «Асоціація неврологів, психіатрів і наркологів України», доктор медичних наук, професор Марута Н.О. (Харків, Україна) були присвячені актуальним питанням емоційних проблем пацієнтів психіатричного та соматичного профілів.

У своїй доповіді «Психосоматика: генетика, чи епігенетика», я намагався показати як епігенетичні фактори сучасності потужно впливають на соматичний стан пацієнта і на скільки значим є емоційний фон і емоційний дрейф для формування соматичного відреагування.

Професор Марута Н.О. доповіддю “Вплив COVID-19 на психічне здоров’я населення» проаналізувала актуальну проблему сьогодення – вплив пандемії на психічний стан людей. Були показані оригінальні власні дослідження психічного здоров’я населення України у ситуації переживання пандемії.

Професор Скугаревський О.А. (Мінськ, Білорусь) у цікавій доповіді «Психосоматические аспекты боли... размышления психиатра» показав незвичні аспекти больової поведінки та формування болю з точки зору психіатра, також були озвучені мішені терапії болю з позиції психіатрії.

Професор Хаустова О.О. у своїй доповіді «Консультаційна психіатрія - як продовження психосоматичної медицини: сучасні тенденції розвитку» освітила концептуальні засади психосоматичної медицини, які також є динамічними та включають нові знання науки, у тому числі і нейронаук.

Проф. Joseph Zohar (Ramat Gan, Israel) у своїй доповіді “Neuroscience-based Nomenclature (NbN2R)” Нова номенклатура психотропних засобів» привів абсолютно нові дані по доступності електронної версії номенклатури психотропних засобів та можливістю її використання вже сьогодні.

Три дні конгресу були інтенсивно наповнені цікавими доповідями та майстер класами наших колег.

Особливо запам’яталися такі яскраві та цікаві доповіді: «Інфомедія - нова реальність чи чергове обличчя епохи інформатизації?» проф. Маркова М.В., (Харків, Україна), «Сучасна модель надання персоніфікованої допомоги хворим на стрес асоційовані розлади», проф. Кожина Г.М., (Харків, Україна), «Нозологічна приналежність наскрізних проявів психосоматичної патології, або що таке вегетативна дисфункція» проф. Хаустова О.О., асис. Сак Л.В., Прохорова О.В., (Київ, Україна), «Цереброваскулярні захворювання - у фокусі когнітивна дисфункція» проф. Міщенко Т.С., (Харків, Україна), «Практичні питання перспективних напрямків діагностики і терапії деменції» проф. Омелянович В.Ю., (Київ, Україна), «Депресія та соматизація: клініко-патогенетичні варіанти хронічного больового синдрому» проф. Коростій В.І., (Харків, Україна), «Патологічне коло тривоги і депресії у психосоматичних хворих» доц. Долишня Н.І., (Львів, Україна), «Егоцентризм та розвиток психосоматичної патології» проф. Пилягіна Г.Я., (Київ, Україна), «Management of Psychocutaneous Disorders (Менеджмент психосоматичних захворювань шкіри)» Dr. Mohammad Jafferany, (Saginaw, MI, USA).

Окрема тема, яка викликала неабияке зацікавлення була присвячена психічному стану медичних працівників (робота нашої кафедри з активною участю асистента кафедри Асонова



Д.О. та проф. Хаустової О.О.) та «Вигорання лікарів поліклінічної служби в умовах пандемії COVID-19» проф. Абдряхімова Ц.Б., (Київ, Україна), лікаря Клебан Я.І. та асистента Клебан К.І. (Київ, Україна); «Оцінка впливу пандемії COVID-19 та епідемії ВІЛ на психологічне здоров'я населення України» доц. Висоцька О.І., (Київ, Україна) проф. Хаустова О.О., асистент Франкова І.О., (Київ, Україна).

Конгрес був наповнений фундаментальними лекціями наших зарубіжних колег. Особливу зацікавленість викликала пленарна лекція «Predictive biomarker of antidepressant treatment outcomes in patients with major depressive disorder» (Біомаркери, що прогнозують терапевтичну відповідь на лікування антидепресантами при депресії) Nikita Nogovitsyn, MD, MSc, PhD, Postdoctoral Researcher, Department of Psychiatry and Behavioural Neurosciences, McMaster University, St. Joseph's Healthcare (Hamilton, Canada).

Також шоста пленарна лекція «Prediction of PTSD in the Immediate Aftermath of Trauma» (Чи можливо передбачити ПТСР одразу після травми) Isaac R. Galatzer-Levy, chief scientific officer, AiCure, NYU School of Medicine (New York, USA).

Не менш цікавим досвідом виявився «психосоматичний калейдоскоп» останнього дня роботи конгресу, і тут хотілося б відмітити чудові доповіді «Модель спільного прийняття рішення лікар-пацієнт під час пандемії. Реальність, чи міф?» доц. Науменко Г.М., (Київ, Україна) та «Складна особистість у психосоматичній практиці: особливості діагностики» доц. Асанова А.Е., (Київ, Україна), «Соматичні симптоми при психічній травматизації в дитячо-підлітковому віці (погляд через призму спеціалізованої та загальномедичної практики)» асистент Марценковський Д.І., (Київ, Україна); «Розлади адаптації як предиктор психосоматичних розладів у іноземних студентів, що навчаються англійською мовою» доц. Стрельникова І.М., (Харків, Україна) .

А ще було 28 стендовий доповідей, які можна було прочитати на інтерактивній дошці конгресу, майстер класи по опрацюванню стресу згідно нового гайдлайну НАТО (проф. Чабан О.С., асистент Франкова І.О.) та багато чого цікавого.

Ми пішли на певний експеримент: оголосили про проведення флешмобу та попросили, ще до початку конгресу, усіх бажаючих відповісти на доволі складне екзистенційне питання «Перш ніж померти я хочу...»

Ми навіть не очікували, що отримаємо скільки відповідей. Всі відповіді без жодного рецензування (це було головною умовою) ми розмістили в інтернет матеріалах конгресу. Наші мрії – як наші спонукання. Наші спонукання – наші дії. В цьому також велика ідея психосоматики.

Ну що ж, конгрес нам і Вам вдався. Ми раді що виявилися цікавими та корисними один одному.

А до чого тут тест описаний мною вище– запитаєте Ви? Відповідь проста – біологічна медицина – це раціональність, це жорстка доказова доцільність, психотерапія – це емоції і почуття. А ми десь посередині – намагаємося об'єднати всіх, тому що космічний корабль мусить виконати свою місію і без втрат, навіть моральних.

Хочете знати, як я відповів би на свій тест? Я однозначно відмовився б виконувати це завдання і попросив би спочатку пролікувати свою голову від інтоксикації.