

Book Reviews

Ганева, Зорница (2013). *Още нещо за рака на гърдата*. София, България: Елестра. 321 стр. ISBN 978-619-90129-2-5.

Рецензия за книгата: „Още нещо за рака на гърдата“ от Зорница Ганева

Book Review: Zornitza Ganeva's "Something More About Breast Cancer"

Ирина Тодорова (Irina Todorova)*^a

[a] Научен център „Психология и здраве“, София, България (Health Psychology Research Center, Sofia, Bulgaria).

Psychological Thought, 2014, Vol. 7(1), 102–105, doi:10.5964/psyct.v7i1.94

Published (VoR): 2014-04-30.

*Corresponding author at: P.O. Box 238 1113 Sofia, Bulgaria. E-mail: ilgt1@comcast.net



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0>), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Зорница Ганева ни представя подробен преглед на историята на психоонкологията, започващ преди дори въвеждането на този термин. С този преглед авторката ни дава възможност да оценим както дългия път, изминат от медицината, така и първоначалното осъзнаване, че ракът е комплексно явление с биопсихосоциални измерения. Книгата също така ни дава възможност да локализираме подходите си към лечението на заболяването, стратегиите за общуване между медицинските специалисти и пациентите, и грижите за пациентите в исторически и международен план.

Също така, книгата прави преглед на актуалните теоретични модели, които задават теоретичните рамки на съвременните изследвания в областта на психоонкологията, включително моделите на скръбта, психосоциалния стрес и стратегиите за справяне с него, теориите на качеството на живот и ролята на социалната подкрепа. Самата необходимост от няколко теоретични модела, говори за многоаспектността и сложността на състоянието и преживяването на рака. Някои от тези модели са и в основата на оригиналните емпирични изследвания, проведени от авторката в България. Тези изследвания са представени подробно, с ясно методологично описание, с психометрични характеристики на адаптираните скали и подробен статистически анализ – така че е възможно тяхното повторение и разширение от други изследователи.



Ценен аспект на книгата е, че предоставя примери на хора с подобни преживявания. Книгата съдържа цитати от пациенти, споменава лични истории, и най-вече обобщава много аспекти на тяхното преживяване чрез анализирания емпиричен материал. По този начин жените могат да видят примерни ситуации, подобни на техните, както и да извлекат изводи за това какво биха могли да направят, за да се справят със заболяването и с последиците от лечението му. Най-вече, макар и да знаят това покрай грижите и вниманието на своите близки, книгата още веднъж им показва, че те не са сами. Има много други хора, които са минали и минават по този път, споделят общи мисли, тревоги и радости с тези хора, макар и непознати. Разбират, че има и авторка, чиято научна работа е насочена към това да привлече внимание към заболяването, към личните и семейни преживявания на пациентите и да допринесе за адекватно третиране на психосоциалните измерения на заболяването.

За медицинските специалисти и психолозите, книгата също предлага много полезни примери и практически насоки за това как най-удачно да се съобщава диагнозата, да се оказва адекватна психологическа подкрепа на пациентите и максимално да се работи за подобряване на качеството на живота им. Тези изводи са приложими както при поставянето на диагнозата и по време на лечението, така и година и повече след това, когато жените са преминали през лечението, възстановили са се от заболяването и са се върнали обратно към ежедневието си.

Ценно е не само това, че в книгата се отделя внимание на личното емоционално преживяване, но и това, че тя не спира дотук. Напротив, тя разглежда и екзистенциалните измерения на диагнозата, и възприемането на собственото тяло, което е променено от лечението. Тя разглежда и семейната среда, сложните динамики и промени на връзката с партньора, както и ролята на социалната среда в по-общ план. Голяма част от литературата в областта на психоонкологията не успява да постигне този комплексен поглед върху заболяването. Тази литература, която изолира личностни и тясно психологични измерения, без да ги постави в техния културален и социален контекст или в контекста на здравната система, може да доведе до неоснователно, макар и неумишлено, вменяване на отговорност за заболяването и съответно на вина. Връзките между скалите, измерващи личностните характеристики и психологическото състояние от една страна, и характеристиките на заболяването, от друга, обикновено са корелационни. С други думи, те не показват причинно-следствени връзки, но се интерпретират сякаш го правят. Интерпретират се все едно психичното здраве, личностните характеристики или нагласи са довели до заболяването. В световната литература интересът към т.н. личност тип „С“ (предразположена към рак/ cancer) беше много интензивен в един определен период, след което отмина, тъй като не бе солидно потвърден. Като цяло, връзката между личностните характеристики и появата или излекуването на рака, например чрез модулиране на функцията на имунната система, е много спорна и непотвърдена (Segerstrom, 2003).

В книгата си Зорница Ганева не използва подобен спорен подход – тя много човешки говори за психологическите последици от заболяването рак и конкретно рака на гърдата, като критично се отнася към подходите, които могат да доведат до чувство за вина у пациентите. Психосоциалните последици от заболяването са безспорни, като пациентите и техните близки преживяват шок, тревожност, потиснатост, страх от първоначалната диагноза, а и страх от рецидиви. Изследванията на авторката показват, че диагностицираните жени имат по-ниска оценка за текущото си състояние в сравнение със здравите и са по-самотни. Но същевременно, жените с тази диагноза са с по-оптимистична нагласа, и с по-висока самооценка от здравите жени в контролната група. Също така, шест месеца след операцията, те се справят със стреса също толкова адекватно, колкото и здравите жени; а три години след операцията жените с диагноза рак

на гърдата имат същите нива на сила и енергия (по скалите за качество на живота) както здравата контролната група.

Последиците са сложни и, според изследването, те зависят от характеристиките на заболяването и лечението – например дали гърдата е оперирана частично или цялостно, дали са засегнати лимфни възли, колко време е минало след операцията, на какъв стадий е диагностицирано заболяването и др. Така например, колкото е по-напреднал стадият на заболяването, толкова е по-вероятно пациентите да извлекат смисъл от него. Последиците могат да продължат дълго, а някои дори и да се засилят. Промените в тялото и външния вид вследствие на операциите, химиотерапията и лъчетерапията се понасят тежко от жените. Не само това, но изследването показва, че възприемането на собственото тяло се влошава шест месеца след операцията на гърдата, а на това рядко се отделя внимание от страна на специалистите. Всичко това показва сложността на последиците и води до извода, че за жените би било важно да получат психосоциална подкрепа, която е адекватна за стадия на заболяването им и състоянието им. Тази подкрепа би могла да бъде във формата на организирани групи за взаимопомощ, индивидуални консултации с психолог, по време на общуването със медицинските специалисти или в ежедневието им общуване.

Същевременно, негативните последици са нормални и не е необходимо да бъдат травмиращи или да се смятат за непреодолими; т.е. няма основание тези реакции на дистрес да бъдат патологизирани (Palmer, Kagee, Coyne, & DeMichele, 2004). Точно обратното, макар и първоначално предизвикваща дистрес, диагнозата се приема, пациентите се справят и живеят пълноценно, включително намирайки смисъл и обогатявайки живота си. Изследването показва, че те имат сравнително високи стойности на психично благополучие, самооценка, енергия и оптимизъм, особено известно време след операцията. Жените преодоляват шока, адаптират се, самите те подкрепят и мотивират другите, а и околните научават много за тях и за себе си. Книгата допринася за нормализирането на психологическите последици на диагнозата рак, включително отчаянието, яда и потиснатостта. Книгата ни насочва да чуем страховете и отчаянието, изпитвани при тази диагноза, без нито да ги игнорираме чрез „връзването им в розова панделка“, нито да изпадаме в безнадеждност. Същевременно, книгата ни показва как би могло с разбиране да се облекчи пътя през лечението и възстановяването, както и че тази диагноза също може да бъде свързана с позитивен опит и да води до осмисляне и благодарност към живота.

Финансиране

Авторите не са получили финансиране, което да докладват.

Конфликт на интереси

Авторите декларират, че не съществува конфликт на интереси.

Благодарности

Авторите не са получили помощ/подкрепа, която да докладват.

Литература

Ganeva, Z. (2013). *Oshte neshto za raka na gardata* [Something more about breast cancer]. Sofià, Bulgaria: Elestra EOOD.

- Palmer, S. C., Kagee, A., Coyne, J. C., & DeMichele, A. (2004). Experience of trauma, distress, and posttraumatic stress disorder among breast cancer patients. *Psychosomatic Medicine*, *66*(2), 258-264. doi:10.1097/01.psy.0000116755.71033.10
- Segerstrom, S. C. (2003). Individual differences, immunity, and cancer: Lessons from personality psychology. *Brain, Behavior, and Immunity*, *17*(1, Suppl.), 92-97. doi:10.1016/S0889-1591(02)00072-7

About the Author

Irina Todorova, PhD is the founder and Director of the Health Psychology Research Center in Sofia (www.healthpsychologycenter.org). She is a Clinical Associate Professor at Northeastern University, Boston, USA. She was President of European Health Psychology Society (EHPS - www.ehps.net) from 2008 to 2010 and serves on the Editorial Board of "Psychology and Health" and "Health Psychology Review".