



FOTÓ: BULLA BEA

# A gondoskodás meghatározó az életünkben

PROF. DR. KURIMAY TAMÁS, PSZICHIÁTER

Akadnak, akik továbbviszik ősök, apjuk mesterségét. És akadnak, akik a hivatásuk megszállottjává válnak, életük végéig tanulnak, tanítanak, közben mindig új dolgokba kezdenek. Prof. Dr. Kurimay Tamásra a fentiek mind igazak, és persze mindemellett férj, apa és nagypapa, aki számára fontos a család.

**Az országban egyetlen hely van, ahol mentálisan betegé lett édesanyák a csecsemőjük mellett gyógyulhatnak. A Szent János Kórház pszichiátriáját ön vezeti, ezen belül működik a baba-mama-papa program. Mit tudhatunk a részlegről?**

– Budai Családközpontú Lelki Egészség Centrum a neve az egykori pszichiátriai osztálynak, ahol öt részlegben gyógyítunk különféle pszichés betegségeket. Ezek közül egy a baba-mama, más néven együtt program, a kismamákat és az újszülötteket egyaránt ellátjuk, ugyanabban az épületben. Speciális munkacsoportunkban dolgoznak a munkatársaim, és ha mód van rá, a konzultációba az édesapát, a nagyszülőket is bevonjuk. A közös döntés legtöbbször pszichoterápia, ami kiegészül gyógyszeres kezeléssel. Ez hatékony, és általában megoldott a kismamák hazatérés utáni gondozása, utánkövetése is.

**Kik kerülnek ide?**

– Akik a szülés környéki – perinatális – időszakban betegszenek meg. Tíz kismama közül nyolc átéli az úgynevezett baby blues, ami nem több, mint két hétig tartó átmeneti fáradékony-ság, lehangoltság. Ám ha ez tovább tart, erős szorongással, önváddal, alvászavarral jár együtt, már gyermekági depresszióról beszélünk, ami száz anyából tizenötöt érinthet. És nagyon más kategória a gyermekági pszichózis, ami súlyos betegség, hallucinációkkal, érzéki csalódásokkal. Az ilyen kismama nem tartja magát alkalmasnak a gyereknevelésre, gyakran önmagától szeretné megmenteni a kisbabáját. Nem csoda, hogy a három kategóriát összekeverik a laikusok, hiszen olykor az orvosok is felcserélik. A pszichózis ezerből egy-két édesanyát érint.

**A környezet miként reagál egy kismama betegségére?**

– A társadalom gyakran kegyetlenül megbélyegzi azt, akinek mentális problémája van. Régen az ilyen kismamát elszakították az újszülöttjétől, a tejét elapasztották. Lélektelen, hibás gyakorlat volt. Mi itt nem csupán az elme betegségével, orvosi, biológiai, lelki szempontjaival foglalkozunk, hanem figyelünk a lelki, kapcsolati, környezeti hatásokra, a beteget körülvevő családra, a genetikára is. A baba-mama-papa programban gyerekorvosok, szülész-nőgyógyászok, pszichiáterek, pszichológusok és szakdolgozók gyógyítanak együtt, nagy összefogással.

**Úgy tudom, a terhességi depressziót ma a védőnők már szűrik.**

– Valóban, több-kevesebb eredménnyel. A lélekismeret kultúráján lenne mit javítani, és nem csupán a várandósokkal kapcsolatban. Minden betegségnél, de különösen a mentális problémáknál az egész családot figyelembe kellene venni.

**Nem volt aggodás az induláskor?**

– Némi fenntartás volt, rémtörténeteket mi is hallottunk, de német minta alapján indítottuk a programot, és megtapasztaltuk, hogy ott működik. Dr. Németh Tünde gyerekgyógyász kolléganő, akivel kezdtük, tapasztalt, családbarát programban szocializálódott orvos, és a kezdetektől rendszerekben, hálózatokban gondolkodtunk. Visszatérve a kérdésre, tény, hogy a csecsemőgyilkosságok nagy részében föllehet a pszichózis. Évtizedekkel ezelőtt ezt nem vizsgálták, az elkövető anyát be-börtönözték, nem nagyon számított, hogy zavart tudatállapotban követte el a tettét. Ma, ha fölkeres bennünket egy anya, aki korábban átélt egy perinatális krízist, és jelzi, hogy ismét gyereket szeretne, teamünk a családot is bevonva mindenben segíti. Így ha ismét előfordul a zavart, veszélyeztető állapot, a kismama védett körülmények között, felkészült orvosok mellett gyorsan átmegy a krízisen, majd otthon szépen neveli a gyermekét.

**Volt egy időszak, amikor választanom kellett, orvos leszek vagy élsportoló, sportkarrierrel.**

**Feltűnt, hogy gyakran emlegeti a család szerepét.**

– Mert rendkívül fontos, a perinatális időszakról kezdve a gyermekkorig. Rengeteget foglalkoztam családokkal, a szakterületem a családterápia, meggyőződésem és szemléletem, hogy a mentális betegségeket mindig családi összefüggésben kell nézni. A gondoskodás szerepe óriási! Az általam nagyra tartott professzor – Böszörményi-Nagy Iván – mondta gyakran, hogy az ember az egyetlen élőlény, aki gondoskodás nélkül elpusztul, és akinek az életében meghatározó ez. A gondoskodással viszont a szülő felé keletkezik egyfajta adósság, amit vagy visszaadunk, vagy a gyermekeinknek adjuk tovább. Ennek több generáción át így kellene működnie a családokban.

**Önöknél így működött?**

– Igen. Bár én sajnos korán elvesztettem édesapámat, aztán édesanyámat is.

**Miért lett orvos?**

– A családban több orvos volt, anyai ágon nagymama gyerekorvos, a nagypapa tisztí főorvos volt, édesapám pedig nagy

nimbuszú, kiváló traumatológus sebész. Azt láttam, hallottam gyerekként, hogy gyógyítanak.

– Ezek szerint szülői terelgetés hatására?

– Nem, mert mire felvételt nyertem az orvosira, édesapám már nem élt. Viszont az egyetem alatt bejártam az ő egykori munkahelyére, a Honvéd Kórházba, és hamar rájöttem, a sebeszet nem megy. Éreztem, nem olyan ügyes a kezem, hogy a nyomdokaiba lépjek, az árnyéka pedig nem akartam lenni. Az, hogy a pszichiáteri pályára sodort az élet, a véletlennek köszönhető. Igaz, a Honvédban az ott dolgozók a medikusi éveim alatt észrevették, hogy jókat beszélgetek a betegekkel, öngyilkosokkal, akik magasból ugrottak, és túléltek. És volt egy időszak, amikor választanom kellett, orvos leszek vagy élsportoló, sportkarrierrel, de ezt eldöntötte helyettem egy üzleti gyulladás. Neurológus szerettem volna lenni, de nem bántam meg, hogy a pszichiátria felé sodort a véletlen.

– Az emberek keverik a kettőt. Miért?

– Mert a két szakterület betegeit sokáig egy szakma gyógyította. Ideg- és elmeorvosoknak nevezték.

– Mit gondol arról, hogy akadnak, akik úgy vélik, a pszichológusok, pszichiáterek lelke is sérült valahol?

– Ezt hallottam már én is, és ebben van némi igazság. Ahhoz, hogy valaki a lélekkel foglalkozzon, sokfelől érkezhet motiváció, az egyik lehet az is, ha a saját lelke hangos. A mi munkánkhoz át kell esni egy önismereti folyamaton, lecsendesíteni a hullámokat.

– A kijelentéssel, hogy a pszichiáter kezében hatalom van, egyetért?

– Ha a tudás hatalom, akkor minden orvos kezében hatalom van. Ma orvos és beteg közt legtöbbször partneri a viszony.

– De más a belgyógyász, a sebész hatalma. A pszichiáter küldhet zárt osztályra, bolondokházába.

– Az régen volt. Ma zárt osztály, mint olyan, az én felfogásomban nem létezik.

– De tudjuk, hogy van.

– Vannak olyan állapotok, amikor valaki közvetlen veszélyt jelent önmagára vagy másokra, akkor nyilván meg kell védeni. Ilyenkor a magyar törvények szerint korlátozható a mozgástere, amiről egy független szakmai és jogi szemle dönt. A korlátozás a lehető legrövidebb ideig tart, figyelembe véve a beteg állapotát és érdekeit. A kezelés pedig a kölcsönös méltóság megtartása mellett, együttműködésre törekedve történik. Gyakran van értelmezési vita a jogvédők és a szabályok alkalmazói között is, de az a fajta zárt osztály, amire ön gondol, nincs.

– Rendszerben, de ha nincs, akkor az ön- és közveszélyes elmebetegek is szabadon sétálhatnak az utcán?

– Olyan sem fordulhat elő. A közvetlen veszélyeztető magatartás a definíció. És aki veszélyt jelent önmagára, a környezetére, azt kezelni, gyógyítani kell.

– Az édesapja korai elvesztésének szerepe van abban, hogy a fő szakterülete a családterápia lett?

– Nem hinném. Békés, jó családban nőttem fel, egyetlen gyerekként. Édesapám a munkája – még a szombat munkanap volt –, az ügyeletek miatt rengeteg időt távol töltött, bármikor jöhetett érte autó, és vitték a műtőbe. De ha velünk volt, pótolta mindent, kedves, meleg légkört teremtve.

– Nagyon más volt az ön gyerekkora, mint a lányaié?

– A változásoknak köszönhetően én sokkal több időt tölthettem a gyerekeimmel. A két nagylányom sportolt,

Anita válogatott teniszező volt, így került ki Amerikába, Philadelphiában él a családjával, történész, és nála van két unokám. Dóra asztaliteniszező serdülő és ifjúsági Európa-bajnok volt, ő New Yorkban él, és sportpszichológiával foglalkozik. Szofi, a kicsi tizenkét éves – ő a második házasságomból született –, és remekül táncol. Mindig próbáltam jó apa lenni, számomra fontos a család.

– Kit tekint mesternek, példaképnek?

– Többeket. Említhetem mentoromként a Kútvolgyiben Füredi Jánost és Pécsről Ozsváth Károly professzorokat. Nagyon sokat tanultam a Pennsylvaniában élő professzortól, Böszörményi-Nagy Ivántól, aki remek családterapeuta volt.

– Európai statisztikákban olvasható, hogy a kontinensen minden negyedik ember depressziós. Itthon?

– Nálunk is ez az arány, és ha nem kezeljük a depressziót, nagyon sokba kerül, óriási gazdasági terhet ró a társadalomra. És akkor a szenvedélybetegekről – köztük az internetjátékfüggőkről –, a népesség egy százalékát kitevő skizofréniával és a rengeteg demenciával élőről, meg egyéb kórképekről még nem is beszéltünk.

– Hogy és hol pihen az orvos, aki gyógyít, könyvet ír, előadást tart, akinek ennyire összetett a munkája?

– Hát erre most mit tudok mondani? Úgy érzem, néhány éve a szakma csúcsán vagyok, és ezt szeretném élvezni, szeretnék minél többet letenni az asztalra. A pihenés, persze tudom, kell, ezért hetente kétszer szorítok időt teniszezésre, olykor a családdal túrázunk a közeli budai hegyekben, nyaranta pedig lemegyünk a Balatonhoz. Hajó már nincs, de rengeteg barátunk ajánlja föl: gyere, vidd el az enyémet!

– Ezek szerint barátokra is jut idő?

– Van egy gimnáziumi mag, úgy nevezzük, hogy Mókus csapat. A Rákóczi-gimnáziumban végeztem, ott sportoltam, kapus, kapitány voltam a kézilabdacsapatban, és a barátságok azóta tartanak. Mindenki befutotta a maga

karrierjét, velük gyakran találkozunk. Persze a legfontosabb a család. A lányaim, a feleségem, aki klinikai szakpszichológus, az ELTE egyetemi oktatója, és igazi társ, akivel az élet minden területén találkozunk, van közös hangunk. És persze jó belefolyjni a tágabb nagycsalád mindennapjaiba is, és nyaranta jó kimenni a Szigetre, leülni, és hallgatni a zenét.

Árvai Magdolna

## NÉVJEGY

- 1954-ben, Budapesten született.
- Pszichiáter, addiktológus, szupervizor, pszichoterapeuta, pszichiátriai rehabilitációs szakorvos.
- 1979: a Semmelweis Egyetem Általános Orvostudományi Karán végzett.
- 1994: az orvostudomány kandidátusa – PhD.
- Nős, három lánya, két unokája van.
- 2001-től a Szent János Kórház Pszichiátriai Osztályának osztályvezetője.
- 1986-ban öt hónapot töltött az University of Pennsylvanián.
- Számos hazai és nemzetközi szakmai szervezet tagja, vezetője, egyebek mellett a WHO kormányzati szakértője, az Európai Pszichiátriai Társaság elnökségi tagja.
- Számos könyv szerzője, szerzőtársa, szakterülete a perinatális pszichiátria és kapcsolódó családterápiák, valamint a sporttal, fizikai aktivitással kapcsolatos kérdéskörök.
- Kítüntetései: Európai Családterápiás Díj (2001), Böszörményi-Nagy Iván-díj, Batthyány-Strattmann László-díj (2007), Hollós István-díj (2008), Miniszteri elismerés, Miniszterelnöki oklevél (2011).