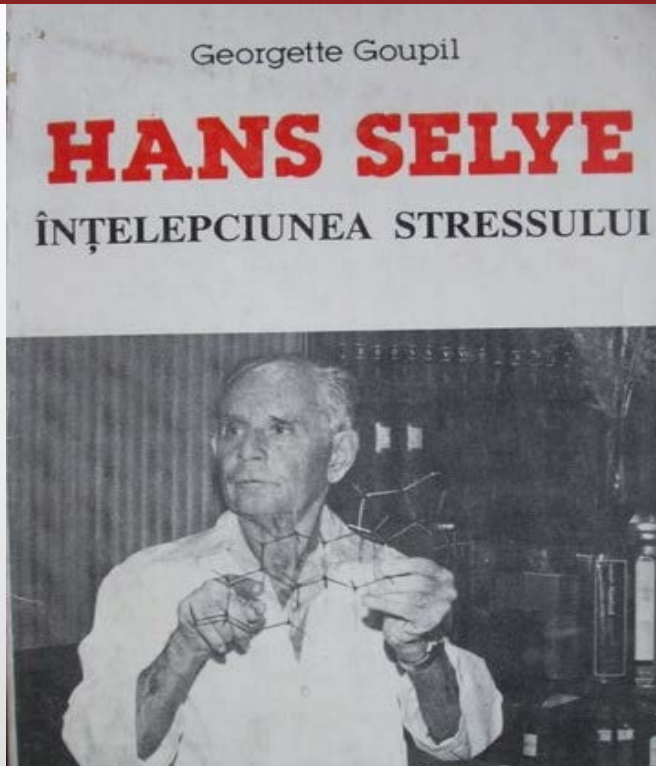


# STRESUL DIN BOALA ONCOLOGICĂ

*Phd. Psih. Ramona Schenker*



# CE ESTE STRESUL?



*Hans Hugo Bruno Selye (1907-1982)  
a fost un biochimist canadian de origine austro-  
ungară, cel care a introdus în știință noțiunea de  
stres.*

**1977-** pune bazele teoretice și practice ale sindromului general de adaptare (**General Adaptation Syndrome - GAS**).

Când i s-a cerut să prezinte *în Franța* o conferință pe această temă, s-a constatat că în limba franceză nu exista nici un cuvânt care să redea noțiunea de stress, așa că, francezii l-au născocit: **Le stress**.

La fel s-a întâmplat și când i s-a cerut să țină o conferință *în Germania*. Neexistând un astfel de cuvânt în germană, i s-a spus, simplu: **Der Stress**.

# CE ESTE STRESUL?



RESISTANCE



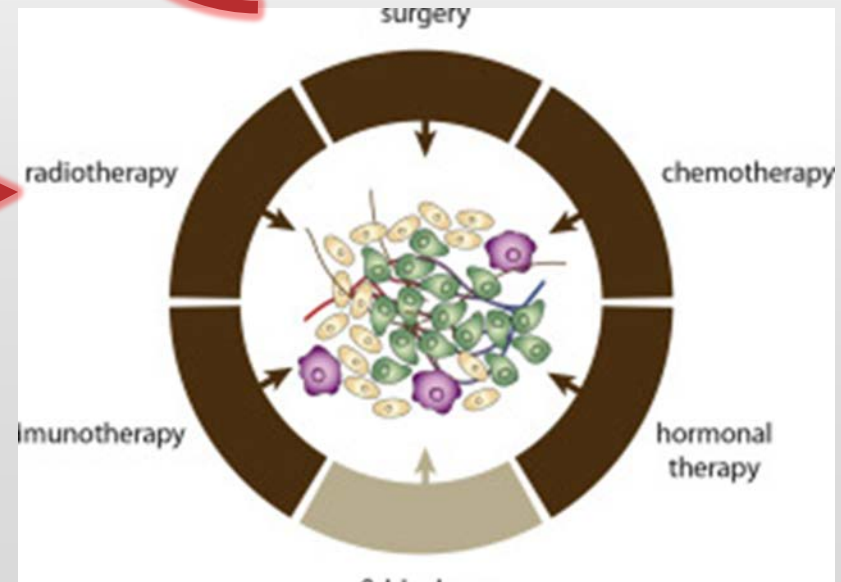
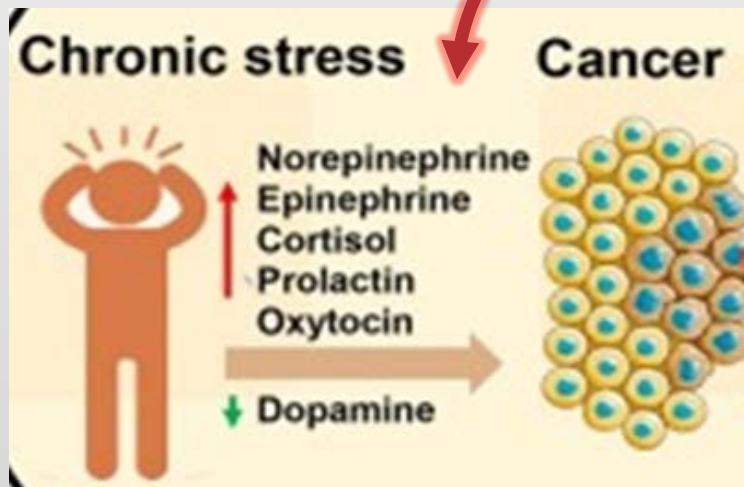
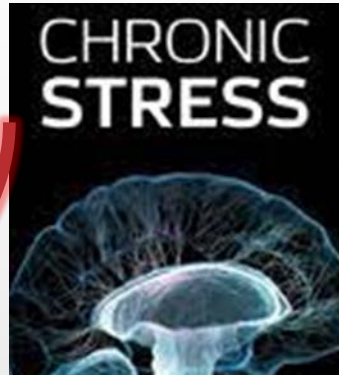
EXHAUSTION



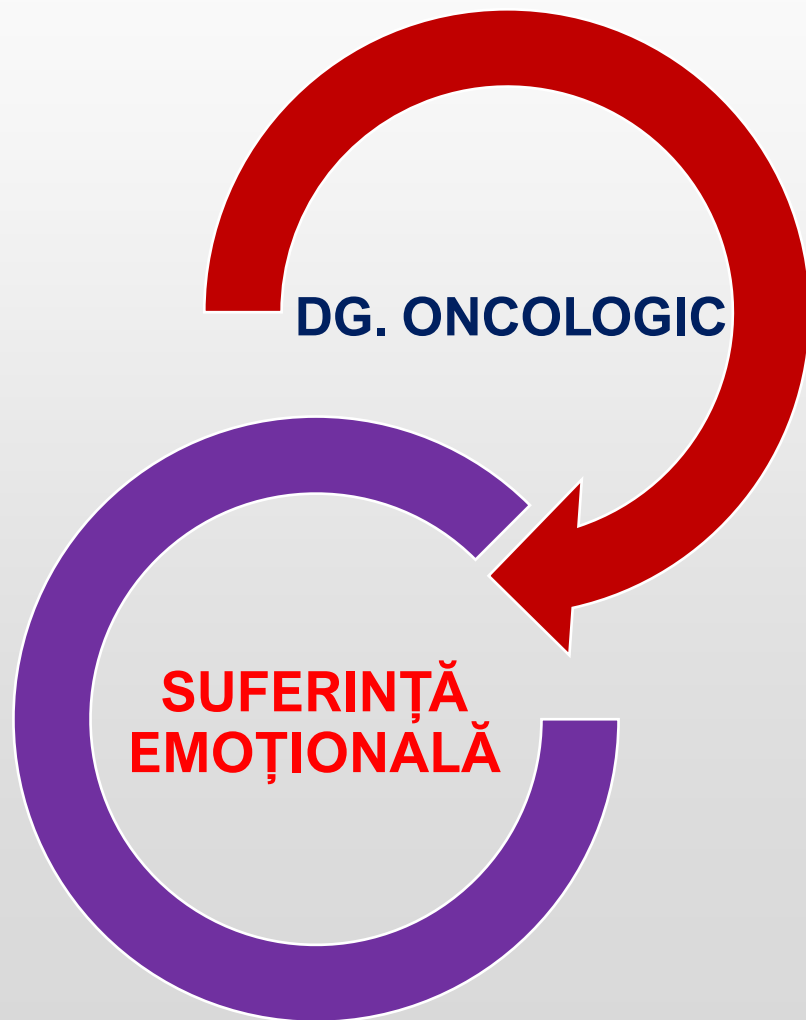
Concepția lui era că:

- ❑ La prima confruntare cu un stresor sub forma noutății sau a amenințării, organismul manifestă o *reacție de alarmă*.
- ❑ Aceasta este urmată de o *etapă de recuperare sau de rezistență* în timpul căreia organismul se repară singur și stochează energie.
- ❑ Dacă evenimentele cauzatoare de stres continuă, se instalează *epuizarea*- ceea ce a devenit cunoscut ca și *sindrom burn-out* ( *pierderea tonusului vital, aplatizarea emoțională și receptivitate scăzută față de nevoile celorlalți* ).

# STRESUL DIN BOALA ONCOLOGICĂ



# STRESUL DIN BOALA ONCOLOGICĂ

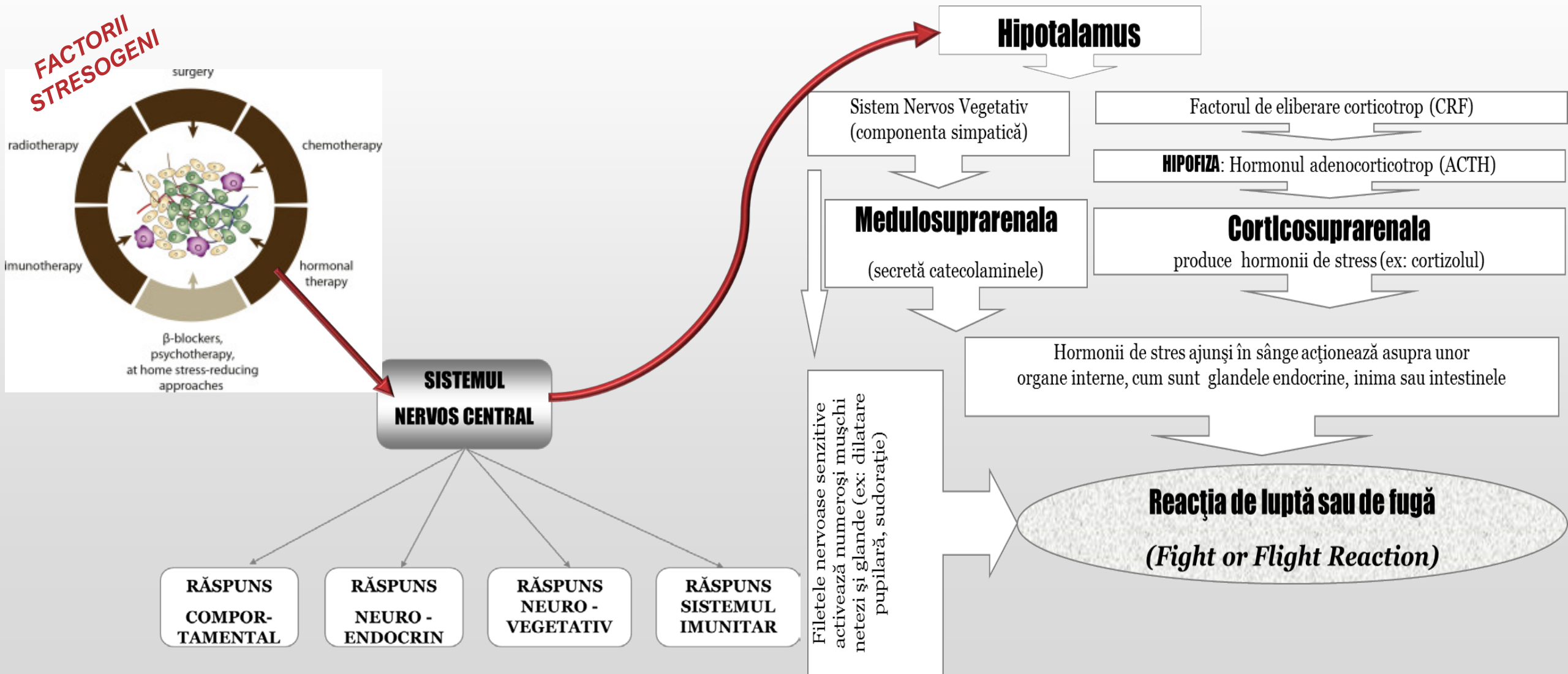


Din punct de vedere psihologic, diagnosticul oncologic face parte din categoria ***bolilor cu prognostic sumbru.***

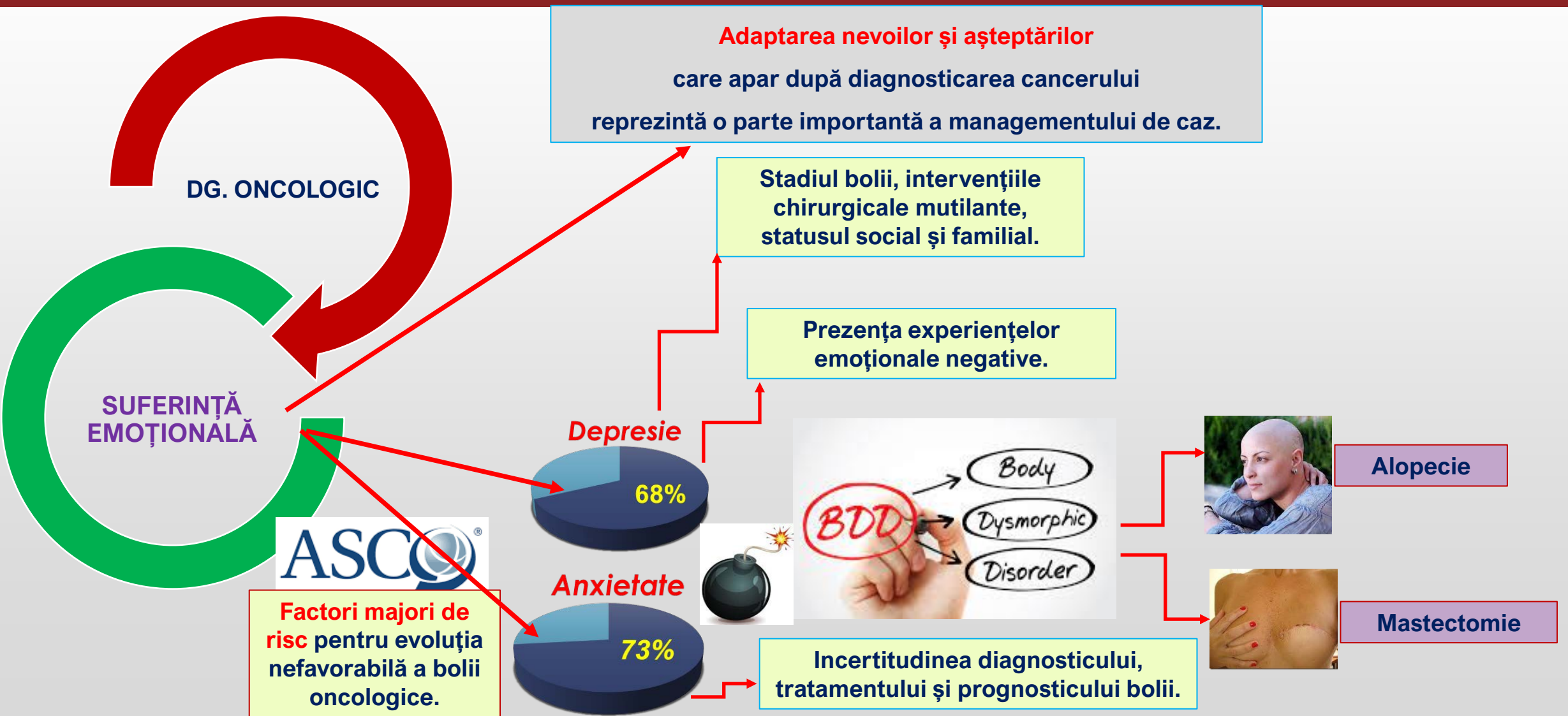
Societatea în care trăim are câteva idei larg răspândite despre cancer, idei care inevitabil apar la primirea diagnosticului:

- Cancerul înseamnă moarte;
- Cancerul nu poate fi ținut sub control;
- Tratamentul cancerului este foarte agresiv, are numeroase efecte secundare neplăcute și nu are ca finalitate vindecarea.

# STRESUL DIN BOALA ONCOLOGICĂ



# STRESUL DIN BOALA ONCOLOGICĂ

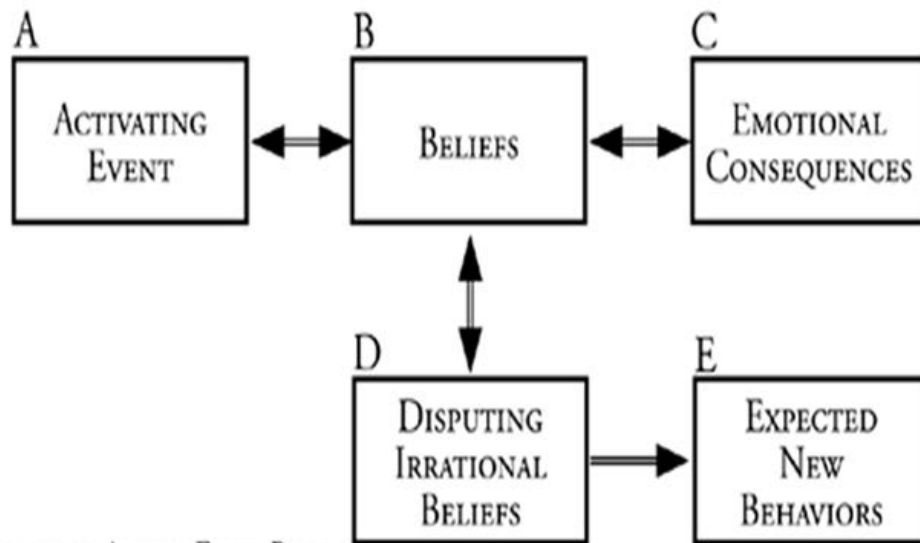


# STRESUL DIN BOALA ONCOLOGICĂ

Exista 6 credințe comune tuturor pacienților oncologici denumiți în practica curentă

„**CEI 6 D**” din oncologie care generează stres:

## RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY



SOURCE: ALBERT ELLIS, PH.D.

- **D**rum spre moarte;
- **D**ependență de familie, doctor, personal de îngrijire;
- **D**esfigurare, pierderea imaginii de sine; pierderea/schimbarea în funcția sexuală;
- **D**eprecierea capacității de muncă;
- **D**istrugerea (întreruperea) relațiilor personale;
- **D**urerea din stadiile terminale ale bolii.



# STRESUL DIN BOALA ONCOLOGICĂ

CANCERUL

BOALA TRISTEȚII

Starea de *tristețe constantă și prelungită*, în *oncologie* este însoțită și de alte simptome emoționale:

- Deznădejdea: *Mă simt fără speranță.*
- Inutilitatea: *Este sentimentul că întreaga viață și-a pierdut orice semnificație sau valoare.*
- Vinovăția: *Sunt o persoană rea și merit această pedeapsă a cancerului.*
- Gânduri suicidare: *Viața nu merită trăită.*

ȚI POATE  
SCHIMBA  
VIAȚA

# STRESUL DIN BOALA ONCOLOGICĂ

**Acceptarea este  
cel mai rapid mijloc  
de a înlătura frica.**

# STRESUL DIN BOALA ONCOLOGICĂ

