

Psychosomatická medicína v rukách všeobecného lekára

11.9.2026 - | Slovenská spoločnosť všeobecného praktického lekárstva

Psychosomatická medicína je medicínsky odbor, ktorý sa zaoberá vzájomnými vzťahmi medzi psychickými, telesnými a sociálnymi faktormi ovplyvňujúcimi zdravie a chorobu. Psychosomatická konzultácia nie je alternatívou ani náhradou štandardnej lekárskej starostlivosti. Rozširuje medicínsky pohľad na pacienta o bio-psycho-sociálne súvislosti jeho zdravotného stavu a vytvára priestor na podrobnejšie skúmanie faktorov, na ktoré v bežných podmienkach ambulantnej praxe často nezostáva dostatok času.

Za ideálnych podmienok pacient prichádza do psychosomatickej ambulancie na odporúčanie svojho všeobecného lekára, ktorý naďalej zostáva hlavným koordinátorom jeho zdravotnej starostlivosti. Psychosomatická ambulancia preto funguje oddelene od ambulancie všeobecného lekára a jej cieľom je doplniť medicínsky pohľad o psychosociálny kontext, nie nahrádzať úlohu všeobecného lekára.

Odhaduje sa, že približne 20-50% pacientov, ktorí vyhľadávajú ambulanciu všeobecného lekára je na podklade psychosomatických ťažkostí.

Pacienti s pretrvávajúcimi telesnými ťažkosťami predstavujú významnú časť každodennej praxe všeobecného lekára. Napriek pokroku diagnostických možností zostáva u časti pacientov intenzita subjektívnych ťažkostí neprimeraná objektívnemu nálezu alebo symptómy pretrvávajú napriek adekvátnej diagnostike a liečbe základného ochorenia. Takéto klinické situácie predstavujú diagnostickú, terapeutickú aj komunikačnú výzvu a môžu byť zdrojom frustrácie pacienta aj lekára.

Príklad z praxe

Pacient 36 ročný, po úmrtí otca pred rokom. Navštívil svojho všeobecného lekára pre poruchy spánku a tráviace ťažkosti. Dominovali bolesti brucha a chudnutie. Okrem starostlivosti VLD absolvoval komplexné GAE vyšetrenie. Všetky výsledky vyšetrení boli v norme. Po roku od ťažkosti a bez subjektívneho zlepšenia navštívil psychosomatickú ambulanciu. V terminálnom štádiu chcel byť silný a pri umierajúcom otcovi nedával najavo emócie. Tak isto emócie neprejavoval ani po úmrtí otca, lebo chcel byť oporou rodine. Na sedení si sám uvedomil, že má tie isté príznaky ako jeho už nebohý otec. V rámci psychosomatických sedení sa podarilo odstániť somatizáciu a ťažkosti odzneli.

Psychosomatická medicína nepredstavuje alternatívu ku somatickej medicíne, ale jej odborné rozšírenie prostredníctvom dôslednej aplikácie bio-psycho-sociálneho modelu a princípov starostlivosti orientovanej na človeka (*person-centred care*). Psychosomatický prístup nevyklučuje diferenciálnu diagnostiku ani možnosť organickej etiológie ochorenia. Naopak, vychádza zo štandardného medicínskeho vyšetrenia a následne rozširuje klinické uvažovanie o psychologické a sociálne determinanty zdravia, ktoré môžu ovplyvňovať vznik, intenzitu, pretrvávanie aj priebeh telesných symptómov.

Prednáška **Psychosomatická medicína v rukách všeobecného lekára** predstaví možnosti využitia psychosomatického prístupu priamo v podmienkach primárnej starostlivosti. Venovať sa bude aktuálnemu pohľadu na manažment pacientov s **perzistujúcimi telesnými symptómami** a súčasnej terminológii.

Osobitná pozornosť bude venovaná úlohe všeobecného lekára, a to včasnej identifikácii pacientov, čo

umožňuje lekárovi zvoliť adekvátny diagnosticko- terapeutický prístup a predchádzať postupne sa rozvíjajúcej bezmocnosti a frustrácii na oboch stranách. Medziodborová spolupráca je logickým vyústením manažmentu pacienta.

Súčasťou prednášky bude aj pohľad na to, v čom sa líši somatický lekár, lekár s psychosomatickým prístupom a psychosomatický lekár.

Psychosomatický prístup môže byť užitočný tam, kde samotná otázka „Akú diagnózu pacient má?“ nestačí a potrebujeme sa pýtať aj „Čo ovplyvňuje jeho ťažkosti, čo ich udržiava a aký význam majú v kontexte jeho života?“

Cieľom prednášky je predstaviť psychosomatickú medicínu nie ako konkurenciu somatickej medicíny, ale ako **integrálnu súčasť modernej všeobecnej medicíny**. Takýto prístup môže všeobecnému lekárovi pomôcť lepšie porozumieť pacientovi v jeho biologických, psychologických a sociálnych súvislostiach, efektívnejšie s ním komunikovať a racionálnejšie koordinovať starostlivosť najmä pri komplexných a dlhodobo pretrvávajúcich telesných ťažkostiach.

„Najväčšou chybou pri liečení chorôb je, že existujú lekári pre telo a lekári pre dušu, hoci jedno predsa nemožno oddeliť od druhého.“ Platón (427 – 347 pred n. l.)

Prednáška Psychosomatický pacient v ambulancii všeobecného lekára bude na kongrese SSVPL 15.10.2026 o 13.30 v sále Bellevue III. v bloku Chronický pacient.

<https://ssvpl.sk/psychosomaticka-medicina-v-rukach-vseobecneho-lekara>