
Kongresszusi beszámolók

Szakmai beszámoló a VI. Magyar Evészavar Kongresszusról Budapest, 2016. szeptember 16–17.

A kongresszus megnyitóján a Magyar Pszichiátriai Társaság (MPT) elnöke, Purebl György és a Magyar Pszichiátriai Társaság Evészavar Szekciójának alapítói, Pászthy Bea és Túry Ferenc üdvözltek a résztvevőket, áttekintve a Szekció 10 éves történetét. Az MPT Evészavar Szekciója 2005-ben alakult meg az Országos Pszichiátriai és Neurológiai Intézetben, mintegy 40 érdeklődő szakember részvételével. A Szekció már egy év elteltével országos kongresszust szervezett: az I. Magyar Evészavar Kongresszus 2006-ban volt Budapesten, amit két évente további 5 kongresszus követett.

Az evészavarok gyakori, általában fiatal korban kezdődő betegségek, amelyek sokféle – nemritkán irreverzibilis vagy halálos – szövődémmé válhatnak, jelentős a pszichiátriai komorbiditásuk, és nemritkán krónikussá válnak. Ezért fokozódó érdeklődés mutatkozik az evészavarok iránt a laikusok és a média részéről is. Az evészavarok növekvő súlyát tükrözi, hogy az első plenáris előadást a Magyar Pszichiátriai Társaság elnöke tartotta „Évés, testkép és kultúra, avagy mi az, amit a testképünkkel kapcsolatban nem tudunk megemészteni?” címmel. Purebl György hangsúlyozta, hogy bármennyire is jól szabályozott a táplálékfelvétel, az erről szóló élettani ismeretek nem elégségesek ahhoz, hogy értelmezzük a táplálkozási magatartás zavarait, hiszen a biológiai tényezők mellett számos pszichológiai, antropológiai és szociokulturális vonatkozása van az evészavaroknak. Színes, az evolúciót és a kultúrtörténetet az ókortól napjainkig áttekintő előadásában a testképet állította a központba.

A második plenáris előadást Pászthy Bea, a Semmelweis Egyetem I. sz. Gyermekgyógyászati Klinikájának docense tartotta „Motiváció és kapcsolat – az anorexia nervosa sikeres terápiájának alapjai” címmel. Az anorexia nervosa a legnagyobb mortalitással járó pszichiátriai betegség, amely különleges abban, hogy a páciensek és a kezelőorvosok szándékai gyakran gyökeresen különböznek egymástól. Így kulcsfontosságú, hogy kialakuljon a betegben a változás és gyógyulás irányába ható motiváció, ami a megfelelő kapcsolaton alapul.

A harmadik plenáris előadást Perczel-Forintos Dóra egyetemi docens, a Semmelweis Egyetem Klinikai Pszichológia Tanszékének vezetője tartotta „Új utak az elhízás kezelésében” címmel. Az elhízás gyakorisága és

szomatikus szövődményei miatt nagy népegészségügyi probléma. Bár a kognitív viselkedésterápia csoportmódszereivel általában kielégítő testsúlycsökkenés érhető el, néhány év múlva visszahízás következik be: Ennek oka a tervezés, az önmonitorozás, az önkontroll és a mozgás abbahagyása, továbbá a stressz és a nassolás. A súlycsökkentésben és a súlytartásban a jelentudatoság/tudatos jelenlét (mindfulness) módszereivel lehetünk eredményesebbek.

A plenáris előadások után a szekció-előadásokkal folytatódott a kongresszus. A 7 szekcióban 35 előadás hangzott el. A szekciók címe tükrözi a témák sokszínűségét: Elhízás; Az evészavarok pszichodinamikus összefüggései; Csecsemő- és kisgyermekkorai táplálkozási zavarok; Testkép; Az evészavarok szomatikus vonatkozásai. Két szekciót olyan előadások töltek meg, amelyeket nem lehetett besorolni a fenti címek alá. A „Szabad előadások” két szekciójában előadások hangzottak pl. egy, a testképet mérő háromdimenziós számítógépes modellező és grafikai programról, a sport és az evészavar, illetve a sírás és az emocionális sírása kapcsolatáról, továbbá az iskolákban alkalmazható evészavar-prevenációs programokról.

A kongresszus második napja a plenáris vitafórummal indult. A megvitatandó kérdés az volt, hogy az egészséges táplálkozásra irányuló ajánlások elősegítik-e az evészavarok kialakulását. A két vitázó fél Halmy Eszter, a Magyar Elhízástudományi Társaság ügyvezető elnöke és Kubányi Jolán, a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének elnöke volt, a vitát pedig Túry Ferenc professzor, az MPT Evészavar Szekciójának elnöke moderálta. Két nagy szakmai csoport, az obezitológusok és dietetikusok nézőpontját, álláspontját ismerhette meg a hallgatóság. Mindkét előadó imponáló felkészültséggel tekintette át, hogyan változtak az elmúlt évtizedekben az epidemiológiai adatok, a táplálékpiramisok, a táplálkozással és testmozgással kapcsolatos szakmai ajánlások, irányelvek. A plenáris vitafórum nyitó kérdésére mindkét előadó ugyanazt a választ adta: az egészséges táplálkozásra irányuló ajánlások nem játszanak szerepet az evészavarok kialakulásában! A kongresszus minden résztvevője megkapta az „okostányért”, amely jól áttekinthetően tartalmazza az étrenddel kapcsolatos aktuális ajánlásokat.

Az elmélet és gyakorlat összhangja optimálisan valósult meg a kongresszuson. A műhelyeken a résztvevők bepillantást nyerhettek abba, hogy hogyan valósulnak meg bizonyos terápiás módszerek a gyakorlatban. Az evészavarok kezelésének gyakorlati buktatóival, csapdáival ismerkedhettünk meg Túry Ferenc és Szumska Irena műhelyében. Perczel-Forintos Dóra „Mindfulness meditáció a testsúlykontrollban” című műhelye jó gyakorlati illusztrációja volt a szerző első napon tartott plenáris előadásának.

Nézzünk néhány számszerű adatot a kongresszusról. A résztvevők száma minden előzetes elvárást felülmúlt: 320-an regisztráltak. A szervező bi-