

Balogh József visszatért a pokolból!

Tossenberger Adél · 2010. október 15. 10:12

Frissítve: 2010. október 15., péntek, 10:14

Skizofrénia, depresszió, szorongás - sok ember küzd mentális problémákkal, a társadalom mégis nehezen fogadja el őket. Megbélyegződnek, beléjük ég a betegség stigmája. Balogh József története rávilágít, hogy a zárt osztályról kikerülve is lehet termékeny életet élni, gyógyszerek és kórházi falak nélkül.

Balogh József egy brutális, agresszív alkoholista édesapa mellett nőtt fel, szegényes körülmények között. Korosztályához képest épp ezért viszonylag sokáig tartotta magát - se cigi, se alkohol. Aztán mindkettő beütött: 17 éves korában elkezdett inni. Ennek is köszönhető, hogy mikor 26 éves volt, elérkezett az életében egy skizofréniahoz hasonló epizód.

"Nem gondoltam, hogy beteg az agyam, nem fogtam föl, hogy azok a dolgok, amiket a megváltozott agyműködésemmel tapasztaltam, nem valósak. Ez egy három hétig tartó folyamat volt, aminek a végén a zárt osztályra kerültem. Hallucináltam, a gondolataim felerősödtek, hangoknak véltem őket, elvesztettem a munkámat - ez az időszak teljesen feldúlta az életemet. Verekedések, garázdaság - minden pénz nélkül végigutaztam az országot, és akkor vittek be a pszichiátriára, amikor meztelenre vetkőztem egy kocsmá előtt."

"Parafenoménnak hittem magam"

József akkor nem sok időt töltött a pszichiátrián, mert azt gondolták, csak be van rúgva - minimális gyógyszerrel engedték ki, de a roham fél év múlva megismétlődött. Ekkor sem gondolta, hogy beteg, azt hitte, különleges képességei jönnek elő. "Ateistaként parafenoménnak hittem magam, de amikor a kezembe vettem a Bibliát, akkor már azt gondoltam, én vagyok Jézus reinkarnációja. Azt hittem, mentális erővel mozgatom a tárgyakat, és a közlekedési lámpákat is én irányítom."

József akkor még senkitől nem fogadott el segítséget, azt mondja, nagyképű és önző ember volt, s már alkoholistaként is meg volt róla győződve, hogy ő a világ legokosabb embere. Hajléktalanná vált, folyamatosan ivott, és nyolc évig semmilyen kapcsolata nem volt a családjával: "hat évig küszködtem a skizoid típusú mentális betegséggel és az alkoholizmussal".

Az elhagyott fantáziavilág

József életében aztán eljött az a pont, amikor elkezdte tanulmányozni a saját lelkét. "Ez azért volt nehéz, mert azzal a szervezettel kellett felfogni, hogy beteg vagyok, amelyik szervem beteg." Sokat olvasott, kipróbálta az agykontrollt, de valamiféle rendszerességet csak az [Anonim Alkoholisták](#) hozott az életébe. Ez volt ugyanis az egyetlen terület (hogy hogyan nem kell alkoholt inni), amiről elhitte, hogy más jobban ért hozzá. "Ekkor tört meg bennem a mindentudás gőgje. Elkezdtem úgy csinálni a dolgokat, ahogy mások javasolták, s ekkor léptem ki abból a fantáziavilágból, amit gyerekkorom óta építettem."

József most 44 éves, 13 éve nem iszik, s azt mondja, ennek így is kell maradnia, ha bármi jót akar az élettől. Besegít az [Ébredések Alapítványánál](#), ahol szintén segítettek neki a gyógyulásban, évekig megvan gyógyszerek nélkül, és teljesen egyedül építi a saját házát Esztergom mellett. "Az otthonom egy az egyben az én lelkivilágomat tükrözi, úgy építem fel, mint a személyiségemet." Akadnak persze stresszes helyzetek, de ilyenkor már észreveszi saját magán a betegség jeleit. "Most már tudom, hogy ez nem a valóság, hanem a fejemben van."

Mindenek ellenére József azt mondja, még nem elégedett: "nekem nem a földi javak gyűjtögetése a fontos, vagy a családalapítás, hanem a belső valóságomban való eligazodás. Nem a végcélt nézem, ez egy életem végéig tartó folyamat, egy külső-belső utazás, amit meg kell tanulnom élvezni".

Jobbnak látják eltitkolni

Bár József példája is azt mutatja, hogy lehetséges uralni egy mentális betegséget, s a rehabilitáció igenis működhet, mégis sok sztereotípiára kering a köztudatban a pszichés problémákkal élők körül, melyek kialakulásában jelentős szerepe van a médiának is. Sokan például azt gondolják, hogy több köztük a bűnöző (ezek a hangok a sajtóban az OPNI bezárása után kifejezetten felerősödtek), holott a magyarországi adatok alapján a skizofréniaiban szenvedők körében nem magasabb a kriminalitás, mint ami a lakossági arányukból levezethető.

Citrom-díjas műsorok

A [Magyar Pszichiátriai Társaság](#) közleményben hívta fel a figyelmet arra, hogy több műsorban (Kétfény, Este, Mokka) is előfordult: olyan megközelítésben mutatták be az egyedi eseteket, ami messzemenően alkalmas volt a mentális betegséggel élők megbélyegzésére, kikeresztésük fokozására, illetve a velük kapcsolatos félelemkeltésre. A sajtóban a megbélyegző tállásért már Citrom-díjat is oszt a Magyar Antistigma Kezdeményezés.

Szakemberek szerint az agresszív viselkedésben sokkal nagyobb szerepet játszik a stressz, az alkohol, vagy a drogok, s a betegek gyakrabban áldozatok, mint tettesek, még akkor is, ha ők az elkövetők, hiszen egy betegség rabjai. A társadalom részéről érezhető idegenkedés és előítéletesség miatt a skizofréniaival élők többsége például jobbnak látja eltitkolni a betegségét. A beléjük égő stigma és a megkülönböztetés viszont nehezíti a mentális problémák felvállalását és ezzel együtt a szakmai segítség elfogadását is. Vizsgálatok bizonyítják ugyanakkor, hogy a megbélyegződéshez nem csak a társadalom, de a pszichiáterek is hozzájárulhatnak.

"Nem bíztam a normálisokban"

Szintén érdekes, hogy főleg azok a betegek, akik valamilyen pszichiátriai intézményhez kötődnek, előítélettel néznek a kívülágra, a stigmatizáció tehát bizonyos esetekben oda-vissza működik. Attila, aki maga is mentális problémákkal küzd, azt mondja, ő nem bízott "a normálisokban", ezért az OPNI-ből választott magának társát - 19 éve vannak együtt. Dr. Harangozó Judit pszichiáter, az Ébredések Alapítvány munkatársa is azt mondta lapunknak, hogy néhány beteg úgy érzi, míg bent biztonságban vannak, kint bántják őket.

"Van egy betegünk, aki 26 évet élt az OPNI-ban és nem is volt hajlandó kijönni a kapun. Nonszensz, hogy Buda legdrágább telkén egy óriási intézményben egészségügyi finanszírozásból laknak emberek - ez nagyon drága. Egy krónikus ágy 2-3 ezer forint naponta. A lakhatási problémákat nem a kórházban kell megoldani, ehelyett vannak például szociális otthonok pszichiátriai betegeknek. Ezek méretükből kifolyólag nem olyan barátságosak, de a kollégák nagyon igyekeznek emberséggé tenni őket."

A szakember nem tartja jónak az intézményhez való szoros kötődést: fontos, hogy a betegeknek legyen saját útjuk, saját életük, saját választásuk. Szerinte nagy szükség van az önségítő attitűdre, a reformpszichiátria követői ezért is próbálnak meg fokozottan alkalmazkodni a betegek igényeihez, és a paternalista hozzáállás helyett nyitottan, partnerként tekinteni rájuk. "Emiatt a hozzáállás miatt kicsit ellenzéknek kezelnek minket, van egyfajta feszültség köztünk, mint Geréb Ágnes és a nőgyógyászok között."

A "gettósított munkahelyek" hátránya

A pszichiátriai betegek gondozásában Harangozó szerint nagyon fontos az egyénre szabottság: "minden olyan megoldás, ami uniformizált, csoportokra kidolgozott, az levágja az egyéni igényeket és a kezdeményezőkézséget is. Az egyik embernek lehet, hogy örömet szerez Kinder tojásokat összerakni, vagy kefét kötni, de akkor sem jó neki, ha csupa fogyatékkal élő emberrel dolgozik együtt. Ez a gettósított munkahelyek hátránya".

2010. január elsejétől a 20 főnél több embert foglalkoztató cégeknek kötelességük megváltozott munkaképességű embert is felvenniük, ha ezt nem teszik meg, az eddigi 177 600 forint helyett annyiszor 964 500 forintot kell fizetniük, ahány megváltozott munkaképességű munkavállalóval kevesebbet foglalkoztatnak. Ha a foglalkoztatók teljesítik az 5 százalékos kvótát, vagyis 20 munkavállalóra jut egy megváltozott munkaképességű alkalmazott, akkor mentesülnek a rehabilitációs hozzájárulás alól.

Az Ébredések Alapítvány

Az [Ébredések Alapítvány](#) 1991 óta folytatja krónikus pszichiátriai betegek rehabilitációját. Közvetítésükkel jutott el Magyarországra a közösségi pszichiátria koncepciója és gyakorlata. 2005 novemberétől önállóan működtetik a Semmelweis Egyetem Közösségi Pszichiátriai Központját.

Több mint 200 pszichiátriai és addiktológiai beteg és családja közösségi gondozását végzik: 151, legalább 1 éve közösségi gondozásban lévő betegük közül 84 dolgozik, 54 a munkaerőpiacon. Nappali kórházukban a kórházi ellátást kiváltó kezeléseket végzik.

Civil hálózatot hoztak létre közel 300 résztvevővel, a lelki egészség és a magyar lélekgyógyászat demokratikus, a XXI. század színvonalát megcélzó átalakítása érdekében. Sok önkéntes részvételével folytatják [Antistigma programukat](#), amely a mentális problémával élők kirekesztése ellen lép fel.

Harangozó szerint ez a szabály sokat javított a helyzeten, de a mentális problémákkal élőkkel szemben mégis nagyobb az előítélet. "Sok cég egyáltalán nem vesz fel ilyen embereket, s ez valahol érthető is, mert nem ismerik a problémát, nincsenek rá felkészülve. Egy mozgássérült, vagy egy szervi fogyatékkal élő ember esetében mindig lehet tudni, hogy mi a gond, a mentális betegség viszont egy sokkal labilisabb dolog".

A pszichiáter azt mondja, mégis sok olyan páciensük van, aki egészséges szinten tud dolgozni, s megállják a helyüket úgy, hogy a munkáltatójuk nem is tud a problémájukról. Szerinte jó megoldás lehet, ha a gondozó centrumok és a munkaadók kapcsolatban állnak egymással. "Szükségünk van ezekre az emberekre a társadalomban, igenis lehet rehabilitálni, és kell nekünk a Balogh Józsi".

Alternatív utak

A kórházak helyett viszont szerinte azért is érdemes alternatív utakat is keresni, mert a pszichiátriai osztályokon nagyon egyenetlen az ellátás, nincs minőség-ellenőrzés, és - főleg vidéken - kevés a szakember. "A pszichiátriai betegekkel beszélgetni kell, ez a gyógyulás jelentős része, erre viszont sokszor pont emiatt nem jut idő."

Harangozó nem osztja azt a véleményt, hogy az OPNI bezárásával pszichiátriai betegek tömkelege került az utcára, és maradt ellátás nélkül, hiszen a bezárással egy időben több új osztály is megnyílt. Azt viszont ő is úgy gondolja, hogy [szervezetlen volt az átállás](#): "A Lipót bezárása mindenképpen egy sarlatán pusztítás, s Trianon-szerű hatása volt a szakmánkra nézve. Voltak orvosok, akik előző nap még nem tudták, hol fognak másnap dolgozni, de mindezzel együtt a betegek többsége végül megtalálta a helyét."

Hírességek, akik beszéltek róla

Sokat segíthet a mentális betegségek társadalmi elfogadásán és a stigmaképzés meggátolásában, ha ismert emberek vállalják, hogy ilyen jellegű problémájuk van. Jó példa erre a Nobel-díjas matematikus, John Nash, aki a kitüntetés átvételkor is beszélt skizofréniával kapcsolatos problémáiról, vagy Axel Rose, aki mániás depressziós volt, illetve Havas Henrik, aki szintén nyíltan beszélt hasonló problémájáról.

A pszichiáter szerint ugyanakkor az OPNI utódjának a megteremtése ma már politikai döntés is, s nem feltétlenül kell visszasírni az ilyen jellegű intézményeket, mert léteznek olyan alternatív utak, mint a [pszichiátriai gondozók hálózata](#), különböző civil szervezetek, önségítő csoportok, a közösséggondozás és a rehabilitáció.

A konzervatív álláspont szerint azonban igenis szükség van a Lipót bezárása után egy utódintézményre. A Magyar Pszichiátriai Társaság úgy fogalmaz: "a megszűnt OPNI, mint gyógyítási, oktatási, kutatási és szervező központ helyett megfelelő kompetenciákkal bíró szervezet létrehozása szükséges. Ennek kiinduló magva lehet az Országos Pszichiátriai Központ. Az új szervezet fejlesztése során lehetővé kell tenni az eddigi adminisztratív-közigazgatási funkciók mellett, speciális betegellátási és oktatási feladatok ellátását is".

