

1. poglavje

PSIHOSOCIJALNE OSNOVE ZDRAVLJA

- › Tjelesno i psihičko – jedinstvo ili različitost?
- › Biomedicinski pristup
- › Biopsihosocijalni pristup

Tjelesno i psihičko - jedinstvo ili različitost?

U pojedinim povijesnim razdobljima razvoja zapadne civilizacije, odnos između tjelesnog i psihičkog mijenjao se ovisno o prevladavajućim filozofsko-teološkim shvaćanjima. Ona su se kretala od monističkih pretpostavki o jedinstvu tijela i duha, preko dualističkih shvaćanja duha i tijela kao dviju zasebnih pojavnosti, do suvremenih integrativnih pristupa duhu i tijelu kao nerazdvojnomo jedinstvu uklopljenom u specifičnu fizičku i socijalnu sredinu. O prevladavajućem shvaćanju odnosa duha i tijela u pojedinim povijesnim razdobljima, ovisili su i pogledi na zdravlje i bolest, pa tako i na načine čuvanja zdravlja i liječenja bolesti.

Stari vijek

Sumer i Babilon

Najstarija poznata kultura starog vijeka o kojoj danas imamo pisane dokaze je sumeranska kultura. Započela se razvijati oko 5 000 godina prije Krista na području današnjeg Iraka, a u svom najvećem usponu oko 2 400. godine prije Krista pokriva područje od Perzijskog zaljeva do Sredozemlja. Oko 1 700. godine prije Krista, za vrijeme Hamurabija, Sumer je ušao u sklop babilonske države. Iz tog razdoblja imamo i brojne pisane podatke o tadašnjoj medicini. Na glinenim pločicama i valjcima iz tog doba nalaze se zapisi na klinastom pismu iz kojih možemo saznati kakav je bio odnos prema zdravlju i bolesti. Stari Babilonci vjerovali su da bolesti izazivaju zli demoni koji se usele u tijelo, pa je i glavni zadatak liječnika/čarobnjaka istjerivanje demona iz tijela. Osim liječnika, važnu ulogu u istjerivanju demona imali su čarobnjaci, pjevači, narikače, gataoci i drugi. Iako su u liječenju primjenjivana i sredstva koja su mogla pomoći (oblozi, kupelji, masti), uspjeh liječenja najviše se pripisivao magično-religijskim utjecajima. Babilonci su cijenili astrologiju, pa su na osnovi kombinacija položaja zvijezda prognozirali i tijek bolesti. Snovima i priviđenjima pridavali su jednako značenje kao i svakodnevnim zbivanjima. Važnu ulogu u čuvanju zdravlja imalo je održavanje osobne higijene, održavanje čistoće vode i izolacija zaraženih. U poznatom Hamurabijevu zakoniku, ispisanom klinastim pismom na stupu koji se danas čuva u Louvreu, nalaze se pravila kojima se liječnici obvezuju na liječenje bolesnih, za što su bili i dobro plaćeni, ali i kažnjavani u slučaju neuspjelog liječenja. Liječnici su imali visok društveni status, a rad im je kontrolirala država.

Egipat

Mnogi spomenici koji označavaju početak razvoja egipatske civilizacije potječu još iz vremena mlađeg kamenog doba, oko 5 000 godina prije Krista.

O medicini starog Egipta imamo više pisanih podataka nego o babilonskoj medicini. Najstariji dokument, poznat pod nazivom *Ebersov papirus*, napisan je oko 1500. godine prije Krista, a u potpunosti preveden 1930. godine. Nazvan je po njemačkom egiptologu Georgu Ebersu, koji ga je u Egiptu kupio za Sveučilište u Leipzigu. U tom dokumentu (dugačkom 20 metara i širokom 30 centimetara!) ispisani su brojni načini dijagnosticanja i liječenja raznih bolesti te tadašnje spoznaje o anatomiji i fiziologiji. Kao temeljne životne funkcije u Ebersovu papirusu navodi se disanje i rad srca kao središta krvnog optoka. I egipatska medicina bila je čvrsto povezana s religijom. Egipćani su vjerovali da se čovjek sastoji od tijela, tjelesne duše, duhovne duše, srca, inteligencije i životne energije. Bolesti su dijelili na one koje se mogu izliječiti prizivanjem duhova i one koje su osjetljive na ljekovite tvari. Za liječenje bolesti najviše su koristili razna sredstva biljnog, mineralnog i životinjskog podrijetla te kirurške postupke. Od tvari koje su koristili za liječenje bolesti koje se mogu izliječiti, koristili su med, sol, ricinus, cedrovo ulje, opijum, modru galicu, stipsu, salitru, razne kovine, životinjske organe i dr. Nastanak bolesti pripisivali su, osim volji bogova, i velikom broju parazita i insekata kojih je u Egiptu u to vrijeme bilo mnogo. Liječenjem su se bavili svećenici i školovani svjetovni liječnici, koji su bili vrlo cijenjeni, ali i teško kažnjavani ako bi bolesnik umro njihovom krivnjom. Osim liječenja brinuli su i za poštovanje propisa o osobnoj i općoj higijeni, kontroli vode, živežnih namirnica, njezi djeteta i prakticiranju tjelesnog vježbanja.

Grčka

Prve zapise o zdravlju, bolestima i liječenju u staroj Grčkoj nalazimo u Homerovoj Ilijadi i Odiseji, u 8. stoljeću prije Krista. Opisani su medicinski zahvati i instrumenti i spominju se istaknuti liječnici Mahaon i Podalirij i načini liječenja preko sto vrsta ratnih ozljeda i raznih drugih bolesti. Grčka medicina bila je pod jakim utjecajem babilonske i egipatske medicine.

Liječenje se obavljalo u hramovima i svetištima posvećenim grčkom bogu medicine – *Asklepiju* (lat. Eskulapu), koji je na starogrčkim kipovima prikazan sa štapom oko kojeg se obavila zmija, što je kasnije, početkom 16. stoljeća, postalo simbolom medicine. Simbolizam štapa i zmije vrlo se različito tumači, od toga da su zmije smatrane svetim životinjama koje svojim svetim moćima mogu pomoći ozdravljenju, do toga da zmije presvlače svoju kožu i time simboliziraju ponovno rođenje i plodnost, pa sve do tumačenja da se zmije skrivaju u mraku, te su simbol tajne koju nose sa sobom u

mrak, a medicinska umijeća su tajna koju znaju samo posebni odabrani ljudi koje su tim umijećem obdarili bogovi.

Liječništvo u staroj Grčkoj prije *Hipokrata* još nije bilo posebno zanimanje, već su se njime bavili svećenici, koristeći sva tada poznata medicinska znanja i vještine. No i tada, kao i u vrijeme Hipokrata i njegovih učenika, prevladavala je pretpostavka da je zdravlje stanje sklada organizma i prirode, pa su u postupcima očuvanja zdravlja i liječenja bolesti korišteni prirodni načini liječenja; ljekovito bilje, mineralna voda, svjež morski i šumski zrak, ljekovito blato, tople kupke, masaže, dijetalna prehrana, sunčanje i tjelesna aktivnost. Bolesnici su dobivali savjete kako se ponašati tijekom bolesti, koje načine liječenja primjenjivati, što poduzimati da se sačuva zdravlje. Vodio se računa o dobrom odnosu između liječnika i bolesnika, odnosu povjerenja i razumijevanja, koji je djelovao i na veću uspješnost liječenja. Natpisi zahvalnosti liječnicima, koji se još i danas mogu naći u sačuvanim ruševinama hramova - lječilišta, upućuju na mnoge uspješne rezultate liječenja.

Na takav smjer razvoja antičke medicine djelovali su novi pristupi u filozofiji koja se sve više zanima za promatranje i proučavanje prirodnih pojava. To je dovelo i do odbacivanja magijskih i natprirodnih tumačenja bolesti i prihvaćanja prirodnih uzroka. Liječništvo se započelo razvijati kao profesija, širiti izvan hramova u liječničke ordinacije (grč. *ijatron*), a liječnici odlaze i u kuće bolesnika, putuju u mjesta gdje nema liječnika, dok sve troškove liječenja snosi zajednica. Svim građanima grčkih gradova-država, nastojala se osigurati besplatna liječnička pomoć.

U kasnijem razdoblju, između 500. i 300. godine prije Krista, već nailazimo na sustavne zapise o zdravlju, bolestima i njihovu liječenju, nastale na temelju ranijih iskustava prvih grčkih liječnika. Oni su rezultat razvoja medicinskih škola, od kojih je najpoznatija Hipokratova medicinska škola na otoku Kosu, koja je svoj procvat doživjela u 4. stoljeću prije Krista. Bitno obilježje ove škole bila je cjelovitost liječenja i promatranje organizma u cjelini, a ne usmjerenost samo na bolesni dio tijela. U terapijskim postupcima nastojalo se ojačati cijeli organizam, kako bi se tako ojačan lakše mogao suprotstaviti bolesti. Već u tim začecima razvoja medicine naziru se elementi suvremenih postavki biopsihosocijalnog pristupa zdravlju i bolesti. Zdravom ponašanju pojedinca pridavalo se veliko značenje u zaštiti od bolesti i u liječenju bolesti. Najvažnijim za dobro i uravnoteženo zdravlje smatrala se usklađenost organizma s prirodom. Zdravim ponašanjem, pravilnom prehranom, korištenjem prirodnih pripravaka i drugim prirodnim načinima liječenja, pokušavalo se unutarnju ravnotežu organizma uskladiti s prirodnim okolišem. Uloga liječnika pri tome više je bila savjetodavna, usmjerena na davanje savjeta i uputa o ponašanjima koja su čuvala zdravlje i bila korisna u izlječenju bolesti. No, liječnici antičkog doba već su imali značajna iskustva i u sasvim konkretnim nači-

nima liječenja, posebice u kirurškom liječenju rana, namještanju kostiju, porodiljstvu i druga (Stone, 1979).

Hipokratovo vrijeme je vrijeme procvata ne samo grčke medicine već i grčke kulture i civilizacije uopće. To je vrijeme državnika Perikla, filozofa Sokrata, Platona i Demokrita, pisaca Sofokla i Euripida, kipara Fidije i Praksitela i mnogih drugih velikana filozofije i umjetnosti. Osnovna načela, znanja i vještine medicine toga doba sabrali su u 3. stoljeću prije Krista Hipokratovi učenici u 60-ak medicinskih knjiga, koje su u čast Hipokratu nazvali *Corpus Hippocraticum*. Tematske cjeline ovih knjiga obuhvaćaju znanja iz anatomije, fiziologije, farmakologije, kirurgije, neurologije, dijetetike, patologije, okulistike, porodništva i drugih područja medicine. Najpoznatije od njih su *O zraku i vodi*, *O epidemijama*, *Prognostika* i *Aforizmi*. U to vrijeme, značajan je napredak i na području razvoja etičkih medicinskih načela, koja su postala sastavni dio Hipokratove zakletve. Njome se i danas mladi liječnici zaklinju da će časno, pošteno i predano obavljati liječnički posao.

Hipokrat je smatrao da je bolest stanje cijelog organizma, da ne postoje bolesti same za sebe, već samo oboljeli ljudi kojima treba pomoći da usklade svoj organizam s prirodom. Ista bolest, prema Hipokratu, kod svakog bolesnika može izgledati drugačije. Bolest ovisi više o ukupnom stanju organizma nego o patološkom procesu pojedinih tkiva ili organa.

Takav pristup svrstava Hipokrata i njegove učenike u začetnike cjelovitog pristupa zdravlju, pristupa koji se u kasnijim razdobljima razvoja medicine postupno gubio. U tom prapočetku cjelovite brige za zdravlje naglašena je važnost suradnje liječnika i bolesnika, kao i odgovornost bolesnika za vlastito zdravlje. Sukladno takvom pristupu, bliski Hipokratov suradnik Demokrit kaže da *“Ljudi koji mole za svoje dobro zdravlje ne shvaćaju da oni sami imaju kontrolu nad njim”* (prema Stone i sur., 1979. str. 4.).

Hipokrat je smatrao da je čovjek zdrav sve dok postoji ravnoteža između zbivanja u organizmu i odnosa s okolinom. Kada dođe do poremećaja te ravnoteže, pojavljuje se bolest. Hipokrat je postavio *humoralnu teoriju* bolesti, koja pretpostavlja da organizmom kolaju četiri tjelesne tekućine – krv, crna žuč, sluz i žuta žuč – koje održavaju organsku ravnotežu. Smatrao je da su ljudi kod kojih prevladava sluz, flegmatici po temperamentu i skloni prehladama i glavoboljama, sangvinici su oni kod kojih prevladava krv, a skloni su obolijevanju od srčanih bolesti i epilepsije, melankolici su pak oni kod kojih prevladava crna žuč, a skloni su obolijevanju od hepatitisa i čira na želucu, dok su kolerici oni kod kojih prevladava žuta žuč i koji su skloniji bolestima kao što su žutica i bolovi u trbuhu. Liječenje bolesti za svaku od tako definiranih skupina bolesnika bilo je donekle različito - od toplih kupki, vruće hrane, puštanja krvi – ali uvijek usmjereno na pojedinca, na njegovu cjelovitost, a ne samo na pojedine simptome.

Iskustva hipokratske medicine sačuvana su dobrim dijelom zahvaljujući medicinskoj školi koja je osnovana 332. godine prije Krista u Aleksandriji, tadašnjem središtu helenističkog svijeta. Tu su se prikupljali i proučavali medicinski spisi toga doba i započela prva anatomska istraživanja na leševima ljudi. Sve je to potaklo napredak anatomije, kirurgije i drugih medicinskih disciplina. Liječnici iz Aleksandrije odlazili su obavljati svoju liječničku praksu i u Rim i tako širili nove medicinske spoznaje po cijelom Rimskom Carstvu.

Rim

Jedan od takvih bio je *Claudius Galen* (129-200 pr. Kr.), Grk koji nakon studiranja anatomije u Aleksandriji odlazi u Rim, gdje se u početku bavi liječenjem gladijatora, čime je stekao velika iskustva u kirurgiji. Zahvaljujući svojoj uspješnosti postaje liječnik rimskih careva - Marka Aurelija i njegova sina Komoda. Kao veliki pristaša Hipokrata, Galen se zalagao za humoralno tumačenje bolesti kao posljedice nesklada između tjelesnih procesa i prirode. Sukladno tome i Galen predlaže sve one postupke kojima se ponovno može uspostaviti sklad organizma s prirodom. Smatra da je liječnik samo "sluga prirode", te kao i Hipokrat širi učenje o ljekovitoj moći prirode.

Izravna posljedica takvih pristupa bila je potreba dobrog poznavanja pojedinog bolesnika, njegovih osobina, njegovih obiteljskih odnosa, uvjeta života, navika, ponašanja i drugih obilježja. To je bio i jedini način da se propiše i individualno usmjerena terapija. Potreba da terapija bude individualizirana i usmjerena na bolesnika bila je ključno načelo liječenja. Nastojanje da se kod oboljelog ponovno uspostavi izgubljeni sklad (harmonija, homeostaza), nužno je uključivalo skrb za sklad tijela i duha. No, pod utjecajem kasnijih spoznaja stečenih anatomske proučavanjima leševa životinja, Galena sve više počinju zanimati utjecaji vidljivih oštećenja organa i tkiva na nastanak bolesti. Obavljajući anatomska proučavanja, Galen je stekao dojam da je većina tjelesnih bolesti povezana s konkretnom ozljedom ili patološkim procesom, tj. da različite organske promjene izazivaju i različite tjelesne bolesti. Počeo je zastupati mišljenje da nema bolesti bez vidljivih poremećaja u pojedinim dijelovima tijela. Takvo mišljenje o izravnoj povezanosti poremećaja u radu pojedinih organa i nastanka bolesti, usmjerilo je veću pozornost prema proučavanju funkcija ljudskog tijela, te dovelo do novih značajnih anatomske i fiziološke spoznaja.

U vrijeme starog Rima značajno jačaju i javnozdravstveni oblici zaštite zdravlja. Izgradnjom akvadukata osigurava se čista i pitka voda, izgradnjom javnih nužnika i kanalizacijskih sustava odvođe se otpadne vode i smanjuju opasnosti od zaraza, a izgrađuju se i javna kupališta, koja također doprinose porastu opće higijene i suzbijanja zaraznih bolesti.

Srednji vijek

Nakon pada Zapadnog Rimskog Carstva u 5. stoljeću, dolazi do opadanja već postignutih medicinskih i zdravstveno-higijenskih standarda u Europi. Barbari s istoka su gotovo potpuno uništili stoljećima stvaranu civilizaciju i kulturu zapadnoeuropskog svijeta i time unazadili daljnji razvoj svih područja društvenog života, pa tako i medicine i zdravstva. Ponovno prevladavaju tumačenja bolesti kao posljedice djelovanja zlih sila, utjecaja demona, kazne za učinjene grijeha, što sve vraća medicinu u stara vremena magije, čaranja i vraćanja.

Širenjem kršćanstva ističe se važnost milosrđa i dobrotvornosti, potrebe pomaganja starima, bolesnima i nemoćnima, te djeci i gladnima. Na tim načelima jačaju i duhovni aspekti liječenja u hodočasničkim svetištima diljem Europe. Tijekom hodočašća hodočasnici su zastajali i odmarali se u prenoćištima za putnike i sirotinju, koja kasnije postaju prve bolnice nazvane "hospisima". U njima se uz noćenje i prehranu hodočasnici pruža i duhovna i emocionalna podrška, posebice starim ljudima i invalidima. Cijelo vrijeme srednjeg vijeka jak je utjecaj Galenova učenja koje je prihvatila i Katolička crkva, a koje je obilježilo sveukupnu srednjovjekovnu medicinu sve do pojave renesanse. No, dogmatsko prihvaćanje Galenovih postavki o funkcioniranju ljudskog tijela, utjecalo je i na višestoljetni zastoje u medicinskim, posebno anatomskim proučavanjima. Stoljećima zabranjena seciranje ljudskog tijela, tom su zastoju značajno doprinijela. Umjesto izravnog proučavanja ljudskog tijela, intenzivno se proučavaju medicinski spisi antičkih i arapskih liječnika i sistematiziraju postojeća znanja o bolestima i načinima njihova liječenja.

Zbog toga je u srednjem vijeku bilo i stanovitog napretka i u širenju medicinskih znanja i u pristupu liječenju bolesti. Istina, ne velikog, ali za to doba ipak značajnog. U okviru samostana nastaju prve bolnice koje vode svećenici, sukladno katoličkom nauku o važnosti brige za bolesne i siromašne. Svećenici, kao gotovo jedini tada obrazovani ljudi, prevode brojne medicinske tekstove nastale u starom vijeku, s grčkog i arapskog na latinski jezik. Na taj način su korisna medicinska znanja starog vijeka spašena od zaborava. Benediktinski samostani bili su rasadišta medicinskih znanja i u njima se, osim osnivanja samostanskih bolnica, naširoko proučavaju djelovanja ljekovitih biljaka na zdravlje i bolest. U 9. stoljeću, osnovan je i prvi medicinski fakultet u Salernu, nedaleko od Napulja. Započinje i razvoj temelja farmakologije putem izučavanja i sistematiziranja ljekovitih biljaka i njihova ljekovita djelovanja na simptome raznih bolesti (Grmek i Budak, 1996). U 11. stoljeću osnovan je u Burgundiji benediktinski samostan Cluny, koji je postao kolijevkom benediktinskih samostana u Europi. Po uzoru na njega, tijekom 12. stoljeća osniva se niz benediktinskih samostana, koji postaju dominantna duhovna snaga zapadne i središnje Europe (Simonić, 2002). U

13. stoljeću pojavljuju se i drugačiji pristupi odnosu psihičko-tjelesno. Ponovno se prihvaća monistički koncept jedinstva duha i tijela. Sv. Toma Akvinski, dominikanski teolog i jedan od najvećih teologa Katoličke crkve uopće, u svom glavnom teološkom djelu *Suma teologije* odbacivao je pretpostavke o odvojenosti duha i tijela, logički dokazujući da duša ne postoji samostalno od tijela, nego da duša i tijelo tvore složeno jedinstvo. U cijelom svom djelu, Toma Akvinski se zalaže za sklad razuma i vjere, pa ga se s pravom naziva "suglasiteljem razuma i vjere" (Vereš, 2005). Ovakve nove ideje unutar same Crkve, tada jedinog nosioca filozofske i znanstvene misli, sigurno su pomogle da se ponovno pobudi veće zanimanje za rasprave i proučavanja odnosa duha i tijela, što se posebno razvija tijekom renesanse, kada započinje široko preispitivanje ranijih "vječnih istina" o svijetu uopće, o tijelu i duši, pa tako i o ulozi tijela i duše u zdravlju i bolesti.

Renesansa i novi vijek

Pojavom renesanse budi se veliko zanimanje za šira proučavanja prirode, pa time i ljudskog tijela. Izum tiska, otkrića novih kontinenata, pojava novih bolesti, oživljavanje antičkih ideala, daju novi zamah razvoju znanosti i medicine. Smanjuje se do tada neprikosnoveni utjecaj Aristotelove filozofije i Galenove medicine i istražuju se novi putovi u proučavanju prirode, zdravlja i bolesti.

Mnogi iz tog razdoblja zaslužni su za razvoj novih pristupa u medicini. *Paracelsus* (1493-1541) kritizira stari medicinski pristup, otvarajući prostore novim idejama čije se značenje najviše ogledalo u pokušajima tumačenja zdravlja i bolesti zakonitostima prirodnih znanosti, posebno s područja kemije i fizike.

Pitanje odnosa duha i tijela bilo je od početaka 17. stoljeća pod jakim utjecajem francuskog filozofa *Renea Descartesa* (lat. *Renatus Cartesius*, 1596-1650), od čijeg latinskog imena i njegova filozofija dobiva naziv *kartezijanizam*. Ovaj pristup temelji se na racionalističkim, dualističkim i mehanicističkim načelima, a s njima jačaju i pretpostavke o odvojenosti duha i tijela. Descartes je sukladno svojoj racionalističkoj filozofiji i svojoj tezi "*mislim, dakle jesam*", zaključio da duh i materija postoje kao zasebne danosti. Mišljenje, dakle svijest o sebi, svom postojanju, svojoj okolini, najvažnija je karakteristika svjesnog duha, duše, psihičkih fenomena. Životinje, prema Descartesu, nemaju tu svijest, pa time ni duh, one su potpuno mehaničke stvari, pa je sukladno tome Descartes tumačio da životinje ne mogu ni osjećati bol, koja je predmet duha koji životinje nemaju. Descartesov dualistički pristup odvojenosti duha i tijela imao je velik višestoljetni utjecaj na mislioe novog vijeka, iako je još od početka bilo jasno da dualizam nikako ne može objasniti neke očite interakcije između duha i tije-

la. I sam je Descartes smatrao da duh i tijelo mogu biti povezani i mogu komunicirati putem određenih dijelova mozga, no njegovo temeljno načelo bilo je da duh funkcionira po jednim, a tijelo prema drugim zakonitostima. Zakonitosti funkcioniranja tijela puno su jednostavnije, gotovo mehaničke, premda je i Descartes smatrao da je tijelo ipak nešto složeniji mehanizam od stroja. Ipak, pretpostavka da su organizmi samo mali strojevi pobuđivala je dosta optimizma kod liječnika, jer je upućivala na mogućnosti da se jednog dana, kad se razotkriju svi kotačići tog složenog stroja, pokvareni, odnosno bolesni stroj putem jednostavnih mehaničkih načela može i popraviti. I danas su snažni utjecaji ovog redukcionističkog gledanja na bolest, posebno u područjima visokotehniziranih grana medicine.

Baruch de Spinoza (1632-1677), nizozemski filozof, nastoji razriješiti dualistički paradoks paralelnog postojanja duha i tijela smatrajući da postoji samo jedna supstanca koja u sebi sadrži bezbroj svojstava, kako fizičkih tako i psihičkih i da ta svojstva djeluju zajedno. To je na tragu kasnijih teorija jedinstva duha i tijela iz kojih je proizašlo i načelo biopsihosocijalnog jedinstva duha i tijela i pristupa zdravlju koji poštuje ovu neizbježnu interakciju. Zato svi filozofski pristupi koji su problematizirali dihotomiju duh-tijelo imaju veliku važnost za kasniji razvoj znanstvenog shvaćanja složene ljudske prirode, pa time i za razvoj psihologije kao znanosti, a posebno zdravstvene psihologije kojoj je odnos duha i tijela i njihovo jedinstvo zapravo središnja tema. No, taj se razvoj jedinstvenog poimanja duha i tijela nije zbio u kratkom vremenu.

Nova otkrića o građi ljudskog tijela (*Andreas Vesalius*, 1514-1564), opis krvotoka (*William Harvey*, 1578-1657), pokušaji povezivanja kliničkih nalaza s nalazima obdukcija (*Giovanni Morgagni*, 1682-1771), unapređuju spoznaje o tjelesnim funkcijama i bude novo zanimanje za otkrivanje povezanosti tjelesno-psihičko. *Tomas Sydenham* (1624-1689), najpoznatiji britanski liječnik svog vremena, tvrdio je i dokazivao da su uz tjelesne i psihički čimbenici uključeni u nastanak tjelesnih bolesti.

William Corp, 1791. godine objavljuje članak pod naslovom *Promjene nastale u tijelu pod djelovanjem svijesti*, a *William Falconer* studiju pod nazivom *Disertacija o utjecaju jakih emocija na tjelesne poremećaje*, raspravljajući o štetnim i korisnim utjecajima emocija na tjelesno stanje bolesnika. Sve se više prepoznaje i prihvaća pretpostavka da misli i osjećaji, posebice tuga, bijes, potištenost i strah, mogu negativno djelovati na zdravlje, dok nada i radost mogu pogodovati očuvanju zdravlja i izlječenju.

Jedan od najutjecajnijih zastupnika takvog cjelovitog pristupa zdravlju u to vrijeme bio je nizozemski liječnik *Jerome Gaub* (1705-1780). U svojim spisima upućuje na neraskidivu povezanost duha i tijela i tvrdi da je potpuno jasno da uzroci nastanka velikog broja bolesti ili tjelesnih tegoba proizlaze iz svijesti, kao i da je ona svemu glavno ishodište. Sami naslovi nekih njegovih radova (*Skład uma; Suodnos uma i tijela u*

stanjima neravnoteže; *Usporedba tjelesnih učinaka izraženih i potisnutih emocija*), upućuju na njegovu uvjerenost u usku povezanost psihičkog i tjelesnog. Ideju o međuovisnosti psihičkog i tjelesnog podupiru i mnogi drugi liječnici s kraja 18. i početka 19. stoljeća. *Pierre Jean George Cabanis* (1757-1808), ozbiljno upozorava one svoje kolege liječnike koji ne razumiju da je prepoznavanje emocionalnih stanja jednako važno kao i prepoznavanje groznice. Sličan stav iznosi i američki liječnik *Benjamin Rush* (1745-1813), koji preporuča liječnicima da uvijek promatraju svoje bolesnike kao cjelovite osobe.

Liječnik *Franz Anton Mesmer* (1734-1815), tvorac teorije o animalnom magnetizmu kao univerzalnoj sili koja djeluje na prirodu i organizam, zastupao je tezu da ometanje protoka magnetizma kroz tijelo uzrokuje bolest, te pokušavao svojim originalnim terapijskim postupkom, tzv. *mesmerizacijom* – uskladiti magnetne polove čovjeka i time uspostaviti sklad u organizmu.

Magnetizam je, prema Mesmeru, sila koja prožima i psihi i tijelo, a ukupni organski sklad se može postići putem uspostavljanja izgubljene povezanosti između psihe, tijela i prirode. Pretpostavljao je da su tjelesne bolesti povezane sa psihičkim procesima, a tijekom svojih ritualnih terapija ustanovio da kod nekih bolesnika dolazi do poboljšanja simptoma bolesti. Vjerovao je da ta poboljšanja proizlaze iz djelovanja magnetne energije koju terapeut prenosi na tijelo bolesnika. Mesmerova zabluda bila je u tome što je pretpostavio da se radi o prijenosu neke stvarne magnetne energije, a ne o djelovanju samog terapeuta uvjetovanom psihološkim utjecajem sugestije na simptome bolesti. No, bez obzira na to, može ga se smatrati začetnikom primjena sugestije u liječenju bolesti.

Pojavom novih otkrića u medicini, kojima je omogućen bolji uvid u organske uzroke bolesti, u prvoj polovini 19. stoljeća, usmjerenost na cjelovit pristup zdravlju počeo je slabjeti, a time je slabilo i zanimanje za psihička stanja kao činioce u nastajanju tjelesnih bolesti. Ovaj pomak k organskom bio je najviše vezan uz otkrića novih dijagnostičkih i terapijskih metoda i instrumenata, koji su omogućavali bolje razumijevanje tjelesnih funkcija. Prvi i najvažniji u nizu takvih instrumenata bio je stetoskop izrađen 1816. godine, zatim laringoskop, bronhoskop, oftalmoskop, endoskop i drugi, koji su omogućili liječnicima da pogledaju "ispod površine", a medicinskoj praksi da postane objektivnija. Kulminacija ovog razvoja bilo je otkriće i primjena X zraka u dijagnostici bolesti 1895. godine (*Wilhelm Konrad Röntgen*, 1845-1923).

Sve to, praćeno i novim anatomskim spoznajama o lokalnim oštećenjima organa kao uzrocima bolesti, dovelo je do fundamentalne promjene u medicinskom pristupu bolestima, odnosno do pomaka od "*prema bolesniku usmjerene*" ka "*prema bolesti usmjerene*" medicine.

Umjesto tumačenja kako su bolesti uvjetovane stanjem neravnoteže duha i tijela, novi pristup usmjeren je k otkrivanju specifičnih uzroka bolesti, s naglaskom na važnost oštećenja pojedinih organa kao uzroka bolesti. Logičan slijed svih ovih zbivanja bilo je jačanje *biomedicinskog modela* zdravlja i bolesti, prema kojem su sve tjelesne bolesti uvjetovane oštećenjima stanica, tkiva i organa, a što se može i objektivno potvrditi novim dijagnostičkim instrumentima. Dodaju li se tome usavršavanja tehnika mikroskopiranja - koja su utrla put izvanrednom napretku mikrobiologije i omogućila francuskom kemičaru *Louisu Pasteuru* (1822-1895) i njemačkom liječniku *Robertu Kochu* (1843-1910) otkrivanje i izolaciju mikroorganizama kao uzročnika zaraznih bolesti - put k organski usmjerenom medicini bio je širom otvoren, posebice nakon revolucionarnog otkrića *penicilina* sredinom 20. stoljeća i naglog porast uspješnosti liječenja infektivnih bolesti. Taj spektakularni napredak medicinskih spoznaja snažno je djelovao na smanjenje značenja i gotovo na odbacivanje psihičkih procesa kao uzroka tjelesnih bolesti.

Usmjerenost na organska oštećenja kao glavne uzročnike bolesti dovela je i do redefinicije uzroka psihičkih poremećaja, čiji su se uzroci također počeli sve više tražiti u organskim poremećajima funkcija mozga. Tome su doprinijele i spoznaje da su poremećaji kao npr. delirijum tremens uvjetovani zloupotrebom alkohola i posljedičnim oštećenjima mozga, kao i da infekcija sifilisom ima pogubne utjecaje na funkcije mozga i posljedična psihička stanja. Može se reći da su tako pomalo organska oštećenja počele pobjeđivati osjećaje, a tjelesno pobjeđivati psihičko.

No, psihičko kao uzrok bolesti nije se moglo odjednom izbaciti iz novog, na organsko funkcioniranje usmjerenog medicinskog pristupa. Zanimanje za utjecaj psihičkih stanja na tjelesne bolesti i dalje je postojalo. Npr. *Daniel Hack Tuke* (1827-1895), u svojem radu iz 1872. godine pod naslovom *Pokazatelji utjecaja uma na tijelo u stanjima zdravlja i bolesti* opisuje utjecaj emocija straha, tjeskobe i razočaranja na tjelesne bolesti. Tuke iznosi primjere bolesnika koji su zbog stanja jakih emocija doživjeli gubitak sposobnosti govora, zapali u *katatona stanja*, izgubili sposobnost hodanja i slično.

Takvi tjelesni poremećaji tumačili su se kao simptomi psihičkih bolesti za koje se smatralo da su organski uvjetovani, tj. da su rezultat povreda mozga. Sredinom 19. stoljeća najčešća dijagnoza unutar kategorije psihičkih poremećaja bila je *histerija*. Histerija se mogla očitovati simptomima kao što su paraliza mišića, nategnuća tetiva, nesposobnost govora, gluhoća, sljepoća i sl., a bila je otporna na sve tadašnje načine liječenja psihičkih bolesti, ali često se i sama povlačila.

Osim histerije kojoj se nije moglo naći organskih uzroka, sličan misterij bila je i bol bez ikakvog vidljivog uzroka, tzv. *psihogena bol*, a još i više bol nepostojećeg dijela tijela, tzv. *fantomska bol*. Uzrok ovakvim neobjašnjivim poremećajima pokušavao se

tumačiti na različite načine. U uglednom britanskom medicinskom časopisu *Lancet*, 1862. godine objavljen je članak pod naslovom *Utjecaj putovanja vlakom na narodno zdravlje*, u kojem je iznesena smjela pretpostavka da nesanica i glavobolje imaju uzrok u sitnim moždanim povredama koje nastaju kao posljedica vibracija tijekom vožnje, tada novim i brzim prijevoznim sredstvom – vlakom!

U takvom okruženju počinje djelovati i *Sigmund Freud* (1856-1939), austrijski liječnik koji se specijalizirao za neurologiju, ali se kasnije usmjerio na područje psihijatrije. Razvio je terapijsku metodu liječenja psihičkih bolesti i poremećaja koja se najkraće može opisati kao "liječenje razgovorom." Kroz svoju kliničku praksu uvjerio se da su postupci liječenja koji su se primjenjivali kod psihički bolesnih ljudi – odmor, masaže, elektroterapija, krioterapija, hidroterapija – uglavnom neučinkoviti. Uveo je terapijski postupak danas poznat kao *psihoanalitička terapija* i obnovio ideju uske povezanosti psihičko-tjelesno, ocrtavajući procese u kojima emocije mogu nepobitno utjecati na tjelesna stanja i tjelesne simptome i bolesti. Time je na neki način pret hodnik suvremenog biopsihosocijalnog modela i reintegracije psihičkog i fizičkog. Iz takvih pristupa 50-ih godina 20. stoljeća razvila se i nova medicinska disciplina – psihosomatska medicina – koja se bavila utjecajem psihičkih stanja, posebice emocija, na tjelesno zdravlje.

Zanimanje Sigmunda Freuda za proučavanje emocija razvilo se pod utjecajem poznatog evolucionista *Charlesa Darwina* (1809-1882), koji je svoje pretpostavke o utjecaju evolucije na razvoj emocija objavio u poznatom djelu *Izražavanje osjećaja u životinja i čovjeka*. Darwinova teorija posebno je inspirirala i ruskog fiziologa *Ivana Petroviča Pavlova* (1849-1936) za proučavanja odnosa između okoline, učenja i fizioloških reakcija.

Usporedo s napretkom u psihijatriji, krajem 19. stoljeća povećava se i učinkovitost dijagnostike i liječenja zaraznih bolesti. Uvođenjem higijenskih mjera, primjerice sve većom upotrebom sapuna u medicinske svrhe, brigom za čistoću vode, zdravijim načinima otklanjanja otpada, cijepljenjima stanovništva od zaraznih bolesti i drugim mjerama zaštite zdravlja, postižu se značajni pozitivni učinci na zdravlje ljudi. Bolja učinkovitost novih medicinskih pristupa zdravlju i bolesti, pristupa koji se temelje na biološki usmjerenom medicini u kojoj gotovo i nema mjesta za psihološke i socijalne činioce bolesti, gurnula je psihosomatski i psihosocijalni pristup tjelesnim bolestima u drugi plan. Psihosomatika se nakon Freuda u Europi nastavlja razvijati u okviru psihijatrije i interne medicine. U SAD-u *Franz Alexander* i *Flanders Dunbar* 1940-ih godina nastavljaju istraživanja utjecaja psihičkih poremećaja na nastanak tjelesnih bolesti, te 1939. započinje izlaziti i časopis pod nazivom *Psychosomatic Medicine*, a 1942. osniva se Američko udruženje za psihosomatsku medicinu (*American Psychoso-*

matic Society]. Tadašnja istraživanja bila su usmjerena na otkrivanje utjecaja psihičkih konflikata i raznih emocionalnih smetnji na nastanak određenih tjelesnih bolesti i simptoma, a temeljila su se najviše na kliničkim zapažanjima.

Psihologija se pak kao zasebna znanost započinje razvijati 1870-ih godina, u Europi pod utjecajem psihofizioloških proučavanja osjeta i percepcije pod vodstvom i u laboratoriju *Wilhelma Wundta* (1832-1920) u Leipzigu, a u SAD-u se pod utjecajem *Williama Jamesa* (1842-1910) pokreću istraživanja mišljenja, osjećaja, učenja i pamćenja.

Oba pravca razvoja suvremene psihologije utemeljena na suvremenim eksperimentalnim metodama, daju čvrste znanstvene temelje i teoretske okvire za razvoj mnogih novih grana psihološke znanosti, pa tako i zdravstvene psihologije, koju neki njeni tvorci u početku vrlo široko i definiraju kao primjenu teorija i metoda svih grana psihologije u razumijevanju tjelesnog zdravlja i bolesti (Stone i sur., 1979).

Biomedicinski pristup

Biomedicinski model zdravlja i bolesti temelji se na višestoljetnoj koncepciji medicinske znanosti prema kojoj svaka bolest ima svoj uzrok koji se može otkriti, procijeniti i pokušati ukloniti. Ako nešto stvarno postoji kao uzrok, mora postojati i znanstveno utemeljen način da se to otkrije, procijeni i liječi. Poimanje zdravlja i bolesti koje proizlazi iz takvog modela svodi bolest na pojedinačne procese u stanicama, tkivima i organima. U sklopu biomedicinske paradigme osnovni je cilj otkriti biološke uzroke bolesti i najbolje načine liječenja koji će uspješno djelovati na te tjelesne uzroke. Moglo bi se reći da je najvažniji terapijski cilj biomedicinskog modela otkriti "čarobni napitak" za liječenje svake bolesti, koji će određenu bolest uspješno izliječiti a da pri tome ne šteti organizmu, kao npr. penicilin za liječenje bakterijskih infekcija (Moncrief, 2008). Takva biomedicinska perspektiva obuhvaća i psihičke bolesti, jer ako je mozak po svojoj prirodi biološki organ, a jest, onda je i svaki njegov poremećaj u biti biološki proces.

Iako se danas biomedicinskom pristupu zdravlju i bolesti pripisuju mnogi nedostaci, u vrijeme prevladavanja masovnih zaraznih bolesti biomedicinski pristup imao je veliku učinkovitost. Otkrivanje mikroorganizama kao uzročnika bolesti dovelo je i do otkrivanja cjepiva protiv zaraznih bolesti, kojima su uspješno obuzdane mnoge epidemije tuberkuloze, gripe, difterije, ospica, hepatitisa, poliomijelitisa, tetanusa, rubeole i druge. Poboljšanje životnog standarda, posebice poboljšanje sanitarnih uvjeta života i opće razine higijene, poboljšanja prehrane, bolja podučenost pučanstva o načinima