

Suzanne O'Sullivan

Rejtélyes betegségek

Hogyan okozhat az elme testi tüneteket?

A fordítás alapja:
Suzanne O'Sullivan: *It's All In Your Head. Stories from the frontline
of Psychosomatic illness.*

Copyright © Susan O'Sullivan, 2015
First published as *It's All in Your Head* by Chatto&Windus, an imprint of
Vintage Publishing. Vintage publishing is a part of the Penguin Random House
group of companies.

Fordította © Mersdorf Anna, 2017

Szaklektor: Dr. Schultz Erika Marianna

Szerkesztette: Greff András

Borítóterv: Tabák Miklós

HVG Könyvek
Kiadóvezető: Budaházy Árpád
Felelős szerkesztő: Sára Bernadett

ISBN 978-963-304-497-1

Minden jog fenntartva. Jelen könyvet vagy annak részleteit tilos reprodukálni,
adatrendszerben tárolni, bármely formában vagy eszközzel – elektronikus,
fényképeseti úton vagy más módon – a kiadó engedélye nélkül közölni.

Kiadja a HVG Kiadó Zrt., Budapest, 2017
Felelős kiadó: Szauer Péter

www.hvgkonyvek.hu

Nyomdai előkészítés: Kedves László

Nyomás: mondAt Kft.
Felelős vezető: Nagy László

E. H.-nak ajánlva

Tartalomjegyzék

1. Sírás	9
2. Pauline	31
3. Matthew	63
4. Shahina	101
5. Yvonne	129
6. Alice	175
7. Rachel	213
8. Camilla	251
9. Nevetés	291
Köszönetnyilvánítás	305
Név- és tárgymutató	307

1

Sírás

Felismertem, hogy betegemet nem valamilyen testi baj sanyargatja, hanem valamely érzelem kínozza, és feltevésem azonnal, már vizsgálat közben be is igazolódott. Valaki épp a színházból jött, és megemlítette, hogy Pyladest látta táncolni. Ebben a minutumban betegem arckifejezése és arcszíne látványosan megváltozott. Mivel vizsgálat közben kezem a csuklóján volt, megfigyelhettem, hogy pulzusa hirtelen rendszertelenné, vadul lüktetővé válik – ez pedig zaklatott elmeállapotra utal.

GALÉNOSZ, Kr. u. 150 körül

1991-ben szereztem meg az orvosi diplomám. A kezdő orvos első nagy dilemmája, hogy milyen szakterület felé induljon el. A döntés bizonyos szempontból könnyű. Szeretnél szikével megvágni más embereket? Jól reagálsz vészhelyzetben? Van olyan orvos, akit inkább a kutatás és a laboratóriumi munka vonz. Mást jobban érdekelnek a betegek. Orvosként mindenki megtalálhatja a személyiségéhez leginkább illő területet. Az orvosi pálya során néha nehezebb megtenni a következő lépést, amikor már a szakterületen belül kell a továbbképzésről dönteni. Tudod, hogy műteni szeretnél, no de melyik testrészt? A szív működése nyugöz le, ahol már egyetlen kimaradó szívdobbanás is azonnali életveszéllyel fenyeget? Vagy a daganatos sejtekkel folytatott csaták izgalmát keresed, amelyekből néha vesztesként, néha pedig győztesként kerülsz ki?

A rengeteg lehetőség ellenére én már a tanulmányaim legelején tudtam, hogy melyik terület mellett szeretném elkötelezni magam a későbbiekben. Neurológus szerettem volna lenni. Amikor meghoztam ezt a döntést, azt hittem, tisztában vagyok vele, hogy mit teszek, és hogy választásomnak milyen kihatása lesz az életemre. Szerettem volna túlszárnyalni a tanárait, akik a példaképeim voltak. Élveztem a nyomozást, amelyet a neurológusi munka jelentett. Izgalmas feltárni a folyamatot, ahogyan az idegrendszer továbbítja üzeneteit, és megismerni az összes olyan váltót a szervezetben, ahol egy impulzus rossz vágányra szaladhat. Ha valaki nem tudja mozgatni a jobb lábát és nem érzi a balt – vajon melyik átkapcsolási pont hibája lehet? Mi is a betegsége? Vagy mi lehet azzal a beteggel, akinek semmi baja azon kívül, hogy nem tud írni, és nem ismeri fel az ujjait? Ha megkérdeznénk tőle, melyik a mutatóujja, nem tudna válaszolni erre az egyszerű kérdésre. Vajon melyik agyterület sérülésére utal ez a jelenség? Az idegrendszer megbetegedései különös és néha nehezen megfogható tünetek formájában jelentkezhetnek. Van olyan epilepsziás roham, amelyet a fogmosás ritmikus tevékenysége vált ki. Vannak furcsa, gyorsan múló bénulások, amelyek sós ételek fogyasztása után jelentkeznek.

1995-ben kezdtem neurológusként dolgozni. Akkor azt hittem, hogy olyan beteget kell majd ellátnom, akiknek az agyával, idegrendszerével vagy izomműködésével van valami baj. Olyan esetekre számítottam, mint a sclerosis multiplex, agyvérzés, epilepszia vagy migrén. Pályám kezdetén el sem tudtam képzelni, hogy mennyire belekeveredem majd abba a problémakörbe, amikor egy tünet nem testi, hanem lelki okokra vezethető vissza.

Rengeteg példa támasztja alá, hogy gondolataink mennyire befolyásolják testünk működését. Néhány annyira hétköznapi, hogy bele sem gondolunk, milyen bonyolult jelenség állhat a háttérben. Nézzünk egy példát! Könnyeinket sós folyadék alkotja, amely a könnymirigyekben termelődik. A könnyezést több do-

log is kiválthatja, a sírás lehet például testi reakció egy érzellem átélésére. Sírok a szomorúságtól, de sírhatok az örömtől is. Néha egy emlék, egy dallam vagy egy festmény hatására is elerednek a könnyeink. Düh vagy nevetés is kiválthatja. Ennek a reakciónak a hevesége mindig is lenyűgözött.

Testünk számtalan módon kifejezheti az érzelmeket. Például elpirulunk, ha a fej és a nyak hajszálerei kitérülnek, mert ilyenkor több vér áramlik át az ereken keresztül. Külső szemlélőként csak egy hirtelen fellépő testi reakciót látunk, de a kiváltó érzellem, amely akár zavarodottság vagy öröm is lehet, rejtve marad előttünk. Ezeket a folyamatokat nem tudjuk tudatosan kontrollálni, autonómia jellemzi őket. Ha elpirulunk, testünk arról árulkodik, hogy belül érzelmeket élünk át. Az érzelmekek okozta fiziológiai változást nem tudjuk ellenőrzésünk alatt tartani, és csak jobban növekszik a zavarunk, ha megérezzük, hogy ez az autonóm reakció bekövetkezett.

Néha a szervezet hevesebben reagál, mint amit néhány könnycsepp kiválasztása vagy egy múltó pirulás jelent. Ennek ellenére vannak olyan helyzetek, amikor ezeket az erősebb reakciókat sem tartjuk túlzónak vagy meglepőnek. Stendhal, a 19. századi francia író, *Séták Itáliában* című művében arról ír, mit érzett, amikor először látta Firenze freskóit. „Lüktető szívvel léptem ki a Santa Croce-templomból, mintha kiszippantották volna belőlem az életet, úgy éreztem, mintha zuhannék.”* Stendhal élményei egyeseknek talán szélsőségesnek tűnhetnek, másoknak viszont magától értetődő lehet, hogy a találkozástól Giotto festményeivel megroggyan az ember térde és kihagy a szívverése.

Napjainkban is gyakori, hogy az izgatottság elgyengíti a testet. Vegyük a fiatalokat, akik ájultan esnek össze koncerteken! Az ilyen eszméletvesztés néha fiziológiás: a tömegben nagyon meleg

* Stendhal: *Séták Itáliában (Rome, Naples et Florence)* Ford.: Rónay György. Budapest, Gondolat, 1961.