



**Reporter: Din experiența dumneavoastră care sunt cele mai dese cazuri în care oamenii se adresează unui psihiatru?**

**Dr. Mirela Toma:** În societatea de astăzi, din cauza stresului cotidian, a alergăturii oamenilor după tot felul de lucruri, a timpului redus alocat pentru relaxare pot spune că cei mai mulți pacienți care mi se adresează, la cabinet, au depresii, anxietăți. Tinerii încep să se adreseze la psihiatru înainte ca simptomatologia să fie mult mai gravă. Vârstnicii sunt mai reținuți, poate și din cauza prejudecății, a mediului în care au crescut. Dar după ce vin parcă răsuflă ușurați că și-au descărcat sufletul.

**Reporter: Care este sfatul psihiatrului către pacientul care are reticențe în a păși în cabinet?**

**Dr. Mirela Toma:** Sufletul uneori "doare" și orice problemă a sufletului se poate transforma în diferite în senzații somatice care de cele mai multe ori îl trimite pe pacient spre diferite consultații, în alte specialități. Orice nelămurire, dorință ascunsă e bine să fie discutată. E foarte importantă comunicarea în cadrul familiei, dar dacă pacientul simte că acesta nu este suficient, poate apela cu încredere la psihiatru, unde să se simtă confortabil, să simtă că poate vorbi.

**Reporter: Cum reușiți să îl determinați pe pacient să se deschidă în fața dumneavoastră?**

**Dr. Mirela Toma:** În primul rând păstrez contactul vizual cu el, îl las să vorbească

## Vindecarea sufletului *fără magie*

atât cât crede el că poate la fiecare consultație, fără să creze o anumită presiune. Când simte că e momentul se va deschide. Și îi dau de înțeles că ceea ce se vorbește rămâne în cabinet.

**Reporter: Ce apreciază pacientul în terapie?**

**Dr. Mirela Toma:** Faptul că este ascultat. În unele cazuri ei primesc tratamentul și programarea pe luna viitoare, dar spun "deja mă simt mai bine că v-am spus", sau "aici mă simt în siguranță să vorbesc". Eu îi spun fiecărui pacient că medicația aduce doar 40% vindecare, restul ține de ceea ce lucrează el în fiecare zi, după ce iese din acest cabinet. Și după ce pacientul își revine recăderile sunt mult mai rare. Uneori le dau teme pentru acasă ca să își noteze ceea ce fac, cum se modifică starea lor, câte momente de relaxare și-au găsit în fiecare zi. Lucrând cu ei înșiși pacienții găsesc acele resurse care de fapt au fost tot timpul în ei și își dau seama ce au de făcut.

**Reporter: Consiliați pacienți cu diferite afecțiuni, care nu au cui să se deschidă?**

**Dr. Mirela Toma:** Da, ceea ce ține de competența mea. Nu intervin peste tratamentele date de alți medici. Îi încurajez pe pacienți să se deschidă în fața medicului curant și să insiste să primească informația dorită în cazul în care nu au înțeles ceva în legătură cu tratamentul sau afecțiunea de care suferă.

**Reporter: Cu ce probleme vă caută pacienții?**

**Dr. Mirela Toma:** Pacienții, de exemplu cei bolnavi de cancer, vin pentru că sunt neliniștiți, nu pot dormi sau pur și simplu doresc să discute. De foarte multe ori se simt inutili sau că celorlalți le este milă de ei, se închid în ei și aici, în cabinet, este locul unde pot să își

*Medicul psihiatru însoțește pacientul în drumul său spre vindecare, dându-i de înțeles acest lucru, dar nu are un rol magic, susține dr. Mirela Toma, medic specialist cu competență în psihoterapia familiei și a cuplului la Centrul Medical Puls 2009 din Târgu-Mureș.*

verse necazurile fără să fie judecați, nu le arăt că îmi este milă de ei. Din contră încerc să mă agăț de acele resurse pe care le au, care i-au ținut în viață.

**Reporter: Cât timp acordați unui pacient?**

**Dr. Mirela Toma:** Asta depinde de la caz la caz, în jur de 40-45 de minute. Îmbin consultația cu elemente de psihoterapie și atunci durata consultației se mărește.

**Reporter: Care este secretul unei bune comunicări medic-pacient?**

**Dr. Mirela Toma:** Medicul trebuie să fie acolo cu pacientul, să reușească să îl facă să înțeleagă că medicul doar îl însoțește în drumul spre vindecare, nu el are rolul magic. E nevoie și de aportul pacientului.

**Reporter: Unde se oprește rolul psihiatrului și unde ar trebui să înceapă rolul societății?**

**Dr. Mirela Toma:** Cred că ar trebui să fie în același timp, pentru că nu este suficient doar ceea ce fac eu în cabinet, ci și ceea ce face pacientul când iese din cabinet și ce face rețeaua lui de suport, dacă o are. La un pacient cu afecțiune somatică gravă, dacă va ieși din cabinet, se duce acasă și este singur, prognosticul e clar că nu va fi atât de favorabil.



**CENTRUL MEDICAL PULS**  
Târgu-Mureș, Str. Gh. Marinescu Nr. 4.  
Telefon: 0265 256256 sau: 0751 199709; [www.medicpuls.ro](http://www.medicpuls.ro) 2009

Centrul Medical Puls 2009 oferă pacienților săi posibilitatea de a beneficia de 10% reducere la serviciile medicale ale centrului și prioritate la programare. Accesul se va face pe baza unor vouchere ce vor putea fi downloadate doar de pe site-ul [www.med-farm.ro](http://www.med-farm.ro), începând cu data de 1 noiembrie 2013.