

Prikaz knjige: Razgovor između mozga i crijeva: što se događa kad crijeva postanu nervozna? Pogled na sindrom iritabilnoga crijeva iz biopsihosocijalne perspektive

Valentina Vinček¹

¹Sveučilište Sjever, Odjel za sestrinstvo Varaždin, Hrvatska, Phd student, Alma Mater Europaea – ECM, 2 000 Maribor, Slovenija

Primljeno / Received May 22nd 2024;

Prihvaćeno / Accepted June 3rd 2024;

Autor za korespondenciju/Corresponding author: Valentina Vinček, mag. med. techn., Odjel za Sestrinstvo, Sveučilište Sjever, 104. brigade 1, 42 000 Varaždin, e-mail: vavincek@unin.hr

Sindrom iritabilnog crijeva (SIC) funkcionalni je gastrointestinalni poremećaj koji karakteriziraju simptomi poput bolova u trbuhu, nadutosti i promjena u ritmu crijeva – zatvor ili proljev. Uzrok SIC-a nije potpuno razjašnjen, no vjeruje se da je riječ o kombinaciji poremećaja crijevne funkcije, preosjetljivosti crijeva, problema s motilitetom crijeva i psihosocijalnih faktora [1]. Pristup u dijagnostici i istraživanju sumnje na SIC razlikuje se među kliničarima [2]. Metaregresijska analiza 53 studije pokazala je da različite psihološke terapije mogu biti učinkovite u dopuni medicinskog liječenja sindroma iritabilnog crijeva (SIC). Iako nema jasnih dokaza o superiornosti određene metode, istraživanja sugeriraju da različite psihološke intervencije mogu djelovati putem raznih mehanizama [3]. Black (2021) smatra da se interakcije između mozga i crijeva sve više prepoznaju u patogenezi SIC-a, a vrlo visok udio pacijenata sa SIC-om ima izražene emocionalne simptome ili određene psihijatrijske poremećaje [2].

Znanstvenu monografiju „Razgovor između mozga i crijeva: što se događa kad crijeva postanu nervozna? Pogled na sindrom iritabilnoga crijeva iz biopsihosocijalne perspektive“ 2022. godine objavili su Filozofski fakultet Sveučilišta u Rijeci i Medicinski fakultet Sveučilišta u Rijeci. Namijenjena je bolesnicima, psiholozima, studentima i zdravstvenim djelatnicima koji žele naučiti više o SIC-u. Rezultat je dugogodišnjeg istraživanja funkcionalnih crijevnih poremećaja s posebnim naglaskom na SIC. Integrira spoznaje iz svjetske literature i istraživanja provedenih uz podršku Ministarstva znanosti i obrazovanja Republike Hrvatske, Sveučilišta u Rijeci i Japanskog društva za promociju znanosti. Istraživanja su uključivala suradnju eminentnih znanstvenika, psihologa i liječnika iz različitih institucija.

Urednica i jedna od glavnih autora monografije jest prof. dr. sc. Mladenka Tkalčić, dobitnica nekoliko nagrada iz područja psihologije i autorica brojnih znanstvenih radova. Među autorima nalaze se i izv. prof. dr. sc. Lara Batičić, Hana Gačal, mag. psych., izv. prof. dr. sc. Ivana Gobin, izv. prof. dr. sc. Goran Hauser, Mia Knobloch, dr. med., prof. dr. sc. Natalia Kučić, dr. sc. Agata Ladić, prof. dr. sc. Daniela Malnar, izv. prof. dr. sc. Marinko Marušić, prof. dr. sc. Hideki Ohira, Matej Pačić, dr. med., doc. dr. sc. Sanda Pletikosić Tončić, prof. dr. doc. dr. sc. Marko Tončić, izv. prof. dr. sc. Rosana Troškot Perić.



SLIKA 1. „Razgovor između mozga i crijeva: što se događa kad crijeva postanu nervozna? Pogled na sindrom iritabilnoga crijeva iz biopsihosocijalne perspektive“ – recenzija, naslovna stranica. Izdavač: Rijeka: Filozofski fakultet Sveučilišta u Rijeci; Medicinski fakultet Sveučilišta u Rijeci. Godina izdavanja: 2022. ISBN: 978-953-361-055-9. Broj stranica: 305

Monografija o sindromu iritabilnog crijeva (SIC) sastoji se od triju dijelova i predstavlja sveobuhvatan doprinos razumijevanju SIC-a i upravljanju njime na način da integrira različite istraživačke perspektive i pristupe.

Prvi dio monografije detaljno istražuje evoluciju medicinske paradigme koja analizira interakciju psihičkih i fizioloških aspekata bolesti od antike do modernih teorija. Fokus je na biopsihosocijalnom modelu koji ujedinjuje biološke, psihološke i socijalne faktore u razumijevanju zdravstvenih ishoda ilustrirajući složene međuodnose u zdravlju. Primjeri iz prakse, kao što je rad Elizabeth Strout, ističu izazove u dijagnostici i terapiji te pokazuju važnost pacijentova subjektivnog iskustva. Monografija kritički sagledava percepciju funkcionalnih poremećaja promovirajući važnost ranih intervencija i preventivnih strategija s posebnim osvrtom na SIC i njegove etiološke faktore kao što su limbički i autonomni živčani sustav te neuroimunološke interakcije. Stvar-

ni primjeri (M. M.) pomažu čitatelju u povezivanju teorije s praktičnim situacijama. Dijagnostički segment prikazuje izazove s kojima se suočavaju pacijenti i kliničari, a uključuju odsutnost očitih organskih pokazatelja za SIC i potrebu za preciznijim dijagnostičkim protokolima. Ističe se važnost primjene Rimskih kriterija u dijagnostičkom procesu [4], što podupire rad Khasawneh i sur. (2023) koji smatraju Rimske kriterije trenutnim zlatnim standardom u dijagnostici SIC-a. Terapijski pristupi SIC-u uključuju raznolik spektar psiholoških i farmakoloških metoda s posebnim naglaskom na holistički pristup i motivaciju pacijenta. Monografija obuhvaća psihosocijalne aspekte, kognitivno-bihevioralni model, visceralnu preosjetljivost i ulogu imunološkog sustava u kontekstu SIC-a. Autori istražuju prilagođeno funkcioniranje ličnosti u postizanju ciljeva i suočavanja sa životnim izazovima. Opisuju petofaktorski model ličnosti (ekstraverzija, ugodnost, savjesnost, emocionalna stabilnost/neuroticizam i otvorenost/intelekt). U metaanalizama autori napominju da određeni tipovi ličnosti nisu specifično povezani s određenim bolestima, ali se postavlja teza o postojanju „ličnosti sklone bolestima“ koja uključuje anksioznost, depresivnost i ljutnju/neprijateljstvo.

Nadalje, autori analiziraju empirijske dokaze o povišenim razinama neuroticizma kod osoba sa sindromom iritabilnog crijeva (SIC) koji traže medicinsku pomoć te ističu vezu između stresa i simptoma SIC-a, kao i utjecaj neuroticizma na stresni odgovor. Također objašnjavaju kako stres utječe na fiziološku funkciju probavnog sustava. Zaključno, prvi dio monografije detaljno istražuje biopsihosocijalni pristup u razumijevanju i liječenju funkcionalnih gastrointestinalnih poremećaja, posebice SIC-a, integrirajući teorijske modele i praktičnu primjenu za dublji uvid u ovu problematiku.

U drugom dijelu monografije, *Uloga interoceptije u razumijevanju sindroma iritabilnog crijeva: model prediktivnog kodiranja*, fokus je na naprednim teorijskim perspektivama za razumijevanje SIC-a koristeći se modelom prediktivnog kodiranja interoceptije. Ovaj model integrira biopsihosocijalni pristup i prikazuje važnost psiholoških čimbenika poput kognitivno-bihevioralne terapije, *mindfulnessa* i hipnoze u liječenju SIC-a. Predstavlja se kao okvir za objedinjavanje bioloških i psihosocijalnih čimbenika, što uključuje stvaranje unutarnjih modela za anticipaciju osjetnih signala i minimiziranje pogrešaka u predviđanju. Ovaj pristup pomaže u razumijevanju uloge središnjeg živčanog sustava u interpretaciji gastrointestinalnih signala i povezanosti kognitivnih procesa s fizičkim stanjem crijeva. Nadalje, autori razmatraju biopsihosocijalne čimbenike u kontekstu SIC-a s naglaskom na os mozak-crijeva i pojašnjavaju kako poremećaji u ovom komunikacijskom sustavu doprinose simptomima SIC-a. Psihološki i socijalni faktori, kao što su osobine ličnosti, rane životne traume i stres, identificirani su kao značajni čimbenici u razvoju SIC-a. Daljnja analiza produbljuje razumijevanje prediktivnog kodiranja interoceptije i njegova utjecaja na os mozak-crijeva. Autori se koriste računalnim simulacijama za ilustraciju mehanizama koji stoje iza SIC-a. Na taj način pružaju jasan uvid u interakcije između mozga, crijeva i psiholoških procesa. Ova perspektiva također pokazuje kako različite psihoterapijske tehnike djeluju u prediktivnom kodiranju. U zaključnom dijelu

autori ističu važnost novog teorijskog okvira za bolje razumijevanje SIC-a uspješno povezujući teoretske koncepte s praktičnim tretmanima. Otvorenost prema budućim istraživanjima i kritički pregled trenutnih metoda pridaje značaj i vjerodostojnost ovom segmentu monografije.

Treći dio monografije, *Primjena spoznaja: integracija teorije, empirije i prakse u liječenju sindroma iritabilnog crijeva*, detaljno razmatra SIC fokusirajući se na odnos liječnik-pacijent, psihološke i psihoterapijske intervencije te metode samopomoći i grupne podrške. Naglasak je na važnosti empatičnog pristupa u dijagnostici i liječenju SIC-a, gdje često nedostaje jasan organski uzrok. Različite psihoterapijske metode koje uključuju hipnoterapiju, trening relaksacije, *biofeedback*, tehnike svjesnosti i kognitivno-bihevioralnu terapiju, odražavaju složenost stanja i omogućuju prilagodbu tretmana pojedinačnim potrebama pacijenta. Autori ističu potrebu informiranja pacijenata o terapijskim mehanizmima za poboljšanje terapijskog iskustva i rezultata. Posebno važnima smatraju grupe za podršku i ulogu psihologa u dijagnostici, planiranju liječenja i praćenju pacijenata sa SIC-om. Predstavljene su različite tehnike opuštanja i samopomoći poput vođene meditacije i meditacije usredotočene svjesnosti potkrijepljene istraživanjima o njihovoj učinkovitosti. Istaknut je i primjer razgovora s osnivačicom *online* grupe na Facebooku koja potiče oboljele na pridruživanje grupama za podršku. Autori opisuju vlastito iskustvo vođenja grupa za podršku pacijentima sa SIC-om u Kliničkom bolničkom centru Rijeka. Nadalje, autori ističu važnost biopsihosocijalnog modela i kognitivno-bihevioralnog pristupa u tretmanu sindroma iritabilnog crijeva (SIC) putem multidimenzionalnog pristupa koji uključuje biološke, psihološke i socijalne čimbenike. Također, značajnom smatraju dobru komunikaciju između liječnika i pacijenata te predlažu smjernice koje pomažu kliničarima u dijagnosticiranju i liječenju bolesti. Ove smjernice nisu stroga pravila, već alati za podršku individualiziranom pristupu uzimajući u obzir različite čimbenike koji utječu na stanje pacijenta. Prikazan je i hodogram praćenja bolesnika sa sumnjom na SIC koji uključuje procjenu alarmantnih znakova, određivanje podtipa SIC-a te inicijalno i daljnje liječenje. Ovakav stav odražava suvremeni trend u medicini prema sveobuhvatnijem razumijevanju pacijenta. Ovaj dio monografije uspješno spaja teoriju i praksu u liječenju sindroma iritabilnog crijeva ističući individualizirani pristup koji prilagođava tretman specifičnim potrebama svakog pacijenta. Umjesto zaključka, autorski tim poboljšava praktičnost svojih preporuka kontekstualnim poveznicama između kriterija i stvarnih pacijentovih iskustava. Jasan format naslova i podnaslova te detaljne ilustracije i vinjete sa studijama slučajeva dodatno obogaćuju i pojačavaju vrijednost monografije. Ove komponente pomažu u vizualizaciji i boljem razumijevanju sadržaja pružajući praktične primjere teorijskih koncepata. Ovakav integrirani pristup omogućuje čitateljima stjecanje dubljih uvida u medicinske teme jer čini monografiju informativnom, vizualno privlačnom i edukativnom. Stil pisanja strukturiran je, koncizan i znanstven, prilagođen publici s određenim predznanjem, ali može biti izazovan za širu publiku bez medicinskog znanja. Da bi olakšali razumijevanje medicinskih pojmova, autori su na kraju trećeg dijela uključili detaljno kazalo pojmova s preciznim objašnjenjima

ma. Monografija se oslanja na brojne pouzdane izvore koji dodatno potkrepljuju i verificiraju obrađene teme te tako

pružaju čitateljima dodatnu razinu stručne potvrde i vjerodostojnosti.

Literatura / References

- [1] Marušić M, Bilić A i sur. Sindrom iritabilnog crijeva: od proljeva do opstipacije. *Dijagnostika i diferencijalna dijagnostika*. 2015.
- [2] Black CJ. Review article: Diagnosis and investigation of irritable bowel syndrome. *Aliment Pharmacol Ther*. 2021; 54 (S1): S33–43.
- [3] Shah K, Ramos-Garcia M, Bhavsar J, Lehrer P. Mind-body treatments of irritable bowel syndrome symptoms: An updated meta-analysis. *Behav Res Ther*. 2020 May 1; 128: 103462.
- [4] Khasawneh M, Craig OF, Gracie DJ, Black CJ, Ford AC. A Diagnosis of Irritable Bowel Syndrome Using Rome IV Criteria and Limited Investigations is Durable in Secondary Care. *Clin Gastroenterol Hepatol*. 2023 Dec 1; 21 (13): 3397–3404.e1.