

DR. HORVÁTH ANNA

Palliatív ellátásban ajánlott kérdezői segédeszköz: „KÉP+KARC”

Összefoglalás ♦ Az aktív belgyógyászati kórházi ellátásban a betegek több mint a fele palliatív beteg Magyarországon. A kórházba került beteghez ritkán megy oda az orvos beszélgetni vele az érzéseiről, az aktuális félelemeiről és gondjairól. Elmagányosodáshoz és szenvedéshez vezet, ha nem vesszük figyelembe a beteg érzéseit, a halál közeledtét. Az őszinte emberi figyelem és a részvétel csökkenti a distresszt, méltóságot és lelki megújulást ad. Tapasztalatunk szerint ezzel az új segédeszközzel, a „KÉP+KARC”-cal, könnyen indítható a beszélgetés. A képek megnyugtatóak, örömet, lendületet közvetítenek. A versek szellemi frissességet hoznak, a szenvedőnek, kiutat mutatnak és a visszatérő képi kapcsolódással megnyugvást hozhatnak a belső instabilitásra, nyitottságot a későbbi méltóságterápiára. Ezáltal a Harvey Max Chochinov által kifejlesztett méltóságterápia előkészítője lehet a mindennapokban. Az eszköz 14 képből és a kép hátára írt idézetből áll: mindegyik más-más hangulatú. A „KÉP+KARC” új technikai eszközzel úgy tud intim belső érzésekhez közeledni az orvos, hogy nem lépi át a bizalmaskodás határát, megmarad szakmaiságnál, mégis közvetlen és emberi kapcsolatot épít ki a beteggel. A betegek megnyugodtak a beszélgetéstől. Mindkét fél arról számolt be, hogy képi élménnyel és szép gondolatokkal is gazdagodva, tartalmasan töltötték az erre szánt időt.

Kulcsszavak: palliatív ellátás, méltóságterápia, Chochinov, orvos-beteg kapcsolat

Recommended technical aid for asking questions in palliative care: Picture&Poem

Summary ♦ Currently, more than half of the patients admitted to acute internal medicine wards are palliative care patients in Hungary. Upon admission, physicians rarely engage with patients to discuss their emotions, current fears, and anxieties. It is well established that neglecting patients' feelings and the proximity of death leads to isolation and suffering. Sincere

personal attention and compassion can provide dignity and a relief from this suffering. According to our experience, this new auxiliary tool, 'KÉP+KARC' (Picture&Poem), facilitates the initiation of such conversations. The images are comforting, conveying joy and vitality. The poems provide mental stimulation, offer a way out for the suffering patient, and through the recurring visual connection, can bring solace to internal instability and foster openness toward subsequent dignity therapy. Consequently, it can serve as a daily preparatory tool for Dignity Therapy developed by Harvey Max Chochinov. The tool consists of 14 images, each with a quote on the back, conveying distinct atmospheres. Through the innovative technical tool 'KÉP+KARC', physicians can approach intimate inner feelings while maintaining professional boundaries, yet building a direct and human connection with the patient. The patients were reassured by the conversation. Both parties reported that the time spent was meaningful, quality time together, enriched by both the visual experience and beautiful thoughts.

Keywords: palliative care, dignity therapy, Chochinov, doctor-patient relationship

A kórházban fekvő, palliatív ellátásban részesülő beteggel való orvosi kommunikációt segítő segédeszköz bemutatásáról szól ez az írás. A „KÉP+KARC” eszközt a betegágy mellett dolgozó orvosoknak szánjuk. Jelenleg az aktív belgyógyászati kórházi ellátásba kerülő betegek több mint a fele palliatív beteg Magyarországon, pontos felmérés nincs erről a számról. (Hegedűs et al, 2024) Tapasztalatunk szerint, a kórházba került palliatív beteghez ritkán megy oda a rezidens vagy az osztályos orvos, az aktuális panaszairól sem kérdezi részletesen, a beteg érzéseiről félelemeikről és egyéb gondjaikról beszélgetni meg egyáltalán nincs gyakorlata és ideje.

Ettől az „érdektelenségtől” a beteg a „saját koponyája körül utazik”, magányosan szenvedve, mint Karinthy: „...Mindannyian, külön-külön, elhagyatva és egyedül, s hogy nem arról van szó, vajon eléri majd megrakott hajóm a vágyak partjait, hanem arról, lesz-e kegyes a tenger kidobni az elsüllyedt hajóról egy deszkaszálat, amiben megkapaszkodhatunk?” (Karinthy, 1937) Számos publikáció és szépirodalmi remekmű ismertette, hogy mennyire elmagányosodáshoz vezet a beteg számára, ha nem vesszük figyelembe az érzéseit, a halál közeledtét. (Karinthy, 1937; Hancox et al, 2023; Tolsztoj, 1886) Ez nem csak a kórházban, de otthon is folytatódik: „...haza mennek s Iljics Iván egyedül marad annak tudatában, hogy az ő élete teher magának is, másoknak is, és hogy ez a teher nem kisebbedik, hanem egyre nő.” (Tolsztoj, 1886) A „KÉP+KARC” használatakor az őszinte emberi figyelem és a részvét

megmutatásával ez a teher mérsékelhető. Kiemelhető a beteg a szenvedésből, ami nem csak a beteg, hanem az ellátó személyzet számára is nagyon fontos. (Kegye et al, 2013)

Az, hogy a művészetterápia segít felszínre hozni a szavakkal már vagy még kifejezhetetlen belső élményeket, félelmeket és testi-lelki terheket régóta ismert és számos publikációban, könyvben dokumentált tény. (Mondanaro et al, 2025; Alvarez et al, 2025) Nem csak az érzelem kifejezésében segít, de az életminőséget is javítja; a pszichoszociális és spirituális nehézségek feldolgozásban is hasznos, és csökkenti a szorongást, javítja a környezettel, gondozókkal és a hozzátartozókkal való kapcsolatot is. (Collette et al, 2021)

Ezen ismereteket felhasználva került kialakításra „KÉP+KARC” segédeszköz, ami abban új, hogy együtt alkalmaz két művészeti ágat a betegre szabottan a betegágy mellett. A betegek elvárják az orvosaitól, hogy kezdeményezzék ezeket a beszélgetéseket, de még az Amerikai Egyesült Államokban is általános, hogy az orvosok vonakodnak ettől. (Williams et al, 2022) A „KÉP+KARC” különleges erőssége, hogy művészetterápiában képzetlen szakember, a betegágy mellett dolgozó orvos kezébe adjuk, hogy a Cicely Saunders által leírt „totális fájdalmat” (Wood, 2022) személyközpontú és holisztikus megközelítéssel mihamarabb csökkentse, és előkészítse a beteget az életvégi ellátásban való együttműködésre. (Collette et al, 2021; Epstein et al, 2012)

A „KÉP+KARC” eszközzel könnyen indítható a beszélgetés, őszinte figyelemmel, együttérzéssel. Így lehet egy „tengeri deszkaszál”, amiben megkapaszkodik a beteg. Csökkenti a distresszt, lelki megnyugvást ad, segíti a lelki megújulást. A „KÉP+KARC” gondolatát 30 év kórházi tapasztalata ihlette. Polcz Alaine példamutatása adta a bátorságot a megvalósításához. A versek 50 évnyi szeretete és mindennapi olvasása karcosította. A Semmelweis Egyetemen dolgozók kollegák lelkes támogatása segített a publikálásához.

A mindenki számára elérhető, örömforrásokat bemutató képeket és a palliatív beteg gondjait is megmutató verseket kerestünk, hogy kellő kontraszttal segítsük beteget és orvosát a beszélgetés indításához. Az új eszköz a „KÉP+KARC” nem pszichoterápia, hanem technikai segítség, amivel emberként közeledik az orvos a beteg által tabunak gondolt témákhoz is. A képek megnyugtatóak és lendületet közvetítenek. A versek szellemi frissességet hoznak, szavakat, szép szófordulatokat adnak a betegnek a beszélgetéshez. Majd a visszatérő képi kapcsolódással megnyugvást hozhatnak a belső instabilitásra, nyitottságot a későbbi méltóságterápiára. Ezáltal a Harvey Max Chochinov által kifejlesztett méltóságterápia (Chochinov et al, 2011) előkészítője lehet a mindennapokban a „KÉP+KARC” technikai eszköz használata.

A „KÉP+KARC” új technikai eszközzel úgy tud intim belső érzésekhez közeledni az orvos, hogy nem lépi át a bizalmaskodás határát, megmarad szakmaiságnál, és szakszerűen, közvetlen emberi kapcsolatot épít ki a beteggel, megmutatva az érzések mélységét és egyetemességet. A beteg korábbi szubjektív tapasztalása, amely a külvilágból érkező ingerekre (pl. színes életkép és líra) és a belső gondolatai hatására az orvos biztatására idéz fel; szorosan összekapcsolódik az érzelmekkel. Ennek megbeszélése örömforrás a kórházi „steril” légkörben. Szinte mindegy, hogy milyen érzelem kerül felszínre (öröm, bánat, düh, meglepődés, félelem, undor), mindez elsimítható, ezáltal adhat megnyugvást és új életerőt betegnek. Az orvosával történő együtt töltött idő, a közös megfigyelés és beszélgetés a bizalmat növeli, a magányosság és elveszettség érzését oldja.

Az eszköz 14 képből és egy-egy, a képhez kapcsolt versből áll. A képeket Nagy Kállai Kriszta rajzolta és Czétényi János színezte: szép, vidám, egyszerű, azonos stílusú, színes vagy éppen fekete-fehér, üdítő, gyermekien naiv rajzok, amin a szereplők másfele néznek, nem vonják be a szemlélőt. A versek mély lelki tartalmakat megmozgató, a kínra, elhagyatottságra, élet végre reflektáló irodalmi remekek: Ady Endre, dr. Beney Zsuzsa, Eszterházy Péter, Jékely Zoltán, József Attila, Kosztolányi Dezső, Orbán Ottó, Reményik Sándor, Sík Sándor, Tóth Árpád, Weöres Sándor tollából, mélyen megérintik az embert: az intim idézetek egyes szám első személyben való megszólalása és a bensőséges, őszinte hangneme mélyre viszik megnyitják a hallgatót-olvasót.

A betegnek mind a 14 képet megmutatja az orvos. Végignézheti többször is, de egy alkalommal a tizennégyből egy képet választ, ami aznap akkor és ott éppen megszólítja vagy kedvére való. Elmondja, hogy miért választotta azt a képet, az orvos meghallgatja. Amikor nincs több mondanivalója a betegnek a képről, az orvos felolvassa a kép hátán lévő idézetet, és együtt megkeresik a kapcsolódási pontokat a vers a kép és a beteg között. Ezután megbeszéljük a beteg aktuálisan előkerülő lelki és fizikai szükségleteit. A beszélgetéshez az idézet új szavakat, más nézőpontot ad. Végül a képre újra ránézve értékeli a beteg helyzetét és a beszélgetést, kihasználják a kép adta békés kapaszkodási lehetőséget, megőrizve annak idealizált hangulatát.

Az eszköz használatát bárkinek ajánljuk, aki empátikusán tud viselkedni, tisztelettel tud kérdezni a beteg méltóságát megőrizve, nyitott a panaszainak, érzéseinek befogadására, együttérzésre és az érzelmi hullámváz elviselésére.

Tapasztalatunk szerint akkor érdemes elővenni ezt az eszközt, ha a palliatív beteg túl van az aznapi viziten, fizikális vizsgálaton, a testi panaszait (pl. fájdalom, hányinger) már mérsékeltek és akut teendő vagy új vizsgálata nincs. Az orvosnak is szabadabbá kell tennie magát.

Fontos, hogy ne befolyásolja a beteget, hagyja, hogy a beteg saját maga döntsön. Legyen türelmes, amíg a páciens a képet kiválasztja. Utána legyen kíváncsi a választás okára, kérdezzen, majd figyeljen a szemkontaktus felvételével, teljes odafordulással, telefon és egyéb eszközök félretételével! Független az eszköz a beteg vallásos irányultságtól, és a használótól is, de arra alkalmas, hogy a beteg, ha ez neki fontos, megvallhassa hitét.

Az eszközhasználatra fordított idő 3-10 perc / beteg / nap.

Akik eddig próbálták, mind a kollégák, mind a betegek élvezték ezt az új színes, játékos beteg-orvos kapcsolatfelvételi lehetőséget. Egyszerűnek ítélték az alkalmazását. A betegek megnyugodtak a beszélgetéstől, jó érzéssel teltek el. A kép és a karc kontrasztja stimuláló volt, segítette a téma kiszélesítését. Mindkét fél arról számolt be, hogy képi élménnyel és szép gondolatokkal is gazdagodva, tartalmasan töltötték együtt az erre szánt időt.

A „KÉP+KARC” eszköz összetevői:

1. 14 db különböző kép (Czetényi János és Nagy Kállai Kriszta képei)
2. Minden kép hátoldalán a képhez kapcsolt idézet

A „KÉP+KARC” eszköz használata:

1. Kérjünk engedélyt a betegtől a beszélgetéshez és egy új vizsgálati eszköz kipróbálásához.
2. Az összes képet mutassuk meg a betegnek!
3. Kérjük, hogy válassza ki a számára leginkább kedveset.

A kiválasztott alkotást hagyjuk a kezében, hogy nézegesse és addig pakoljuk el a többi.

4. Kérdezzük meg:

Miért választotta azt a képet?

Milyen emléket hozott elő a kép?

Az emlék, amit előhívott miért fontos neki?

Együttérzésünket mutassuk meg bátran, örülünk vagy búsuljunk vele együtt!

5. Kérdezzük meg, hogy nyitott-e a képhez tartozó rövid vers meghallgatására?

Amennyiben igen, fordítsuk meg a képet és olvassuk fel a hátoldaláról a verset; ha nem hagyjuk, hogy nézegesse még a képet és kérdezzük meg később! Aki szívesebben olvas magában, annak hagyjuk, hogy maga merüljön el a szavak és érzések világában.

6. A vers meghallgatása után ismerjük el, hogy a képhez meglepő a vers társítása; igen kontrasztos és mély gondolatokat ébresztő.

Hagyjunk időt, hogy gondolkozzon rajta, vagy olvassuk fel újra, ha azt kéri.

Kérdezzünk bátran! (Bármilyen kérdés jó lehet, de ha szükséges segítő kérdéseket is írtunk. lásd lejjebb)

7. Hallgassuk meg a beteget nyitott szívvel, odafordulással, türelemmel! Beszélgessünk az érzéseiről, a bemutatott gondjairól, problémáiról.
8. Foglaljuk össze röviden, amit a beteg mondott. Kérdezzük meg, hogy szeretné-e, ha eljuttatnánk a gondolatait, érzéseit valakinek (kinek?), vagy bizalmasan kezeljük a beszélgetést?
9. Kérdezzük meg a kép és a vers megbeszélése után, hogy hogyan érzi magát? Mit kapott a beszélgetéstől?
10. Köszönjük meg az együttműködését! Érdeklődjünk, hogy jöjjünk-e újra egy másik nap?
-> Igen a válasz esetén, beszéljük meg a pontos időpontot és találkozási helyet!

„KÉP+KARC” – képek, kedvcsinálónak ötöt mutatok be a tizennégyből:

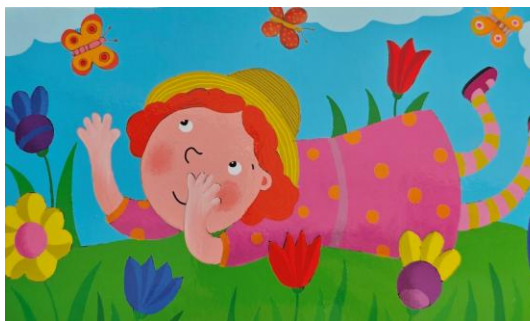
1. Hintázó lány kép
2. Beteg bogár kép
3. Réten fekvő lányka kép
4. Sárga háttér sündisznó kép
5. Szálló angyal kép

A kiválasztott képhez tartozó kérdések:

Mit lát a képen? Miért választotta azt a képet? Milyen emléket idéz fel a kép? Az emlék, amit előhívott miért fontos?



3.



5.



4.



„KÉP+KARC” lapok verseihez segítő kérdések:

1. Hintázó lány kép -> Orbán Ottó: Dal a kockázatról és a mellékhatásról
2. Beteg bogár kép -> Ady Endre: Ha holtan találkozunk
3. Réten fekvő lányka kép -> Reményik Sándor: Lepke-halál
4. Sárga háttér südisznó kép -> Sík Sándor: Belenéztem a Napba, részlet
5. Szálló angyal kép -> Kosztolányi Dezső: Halotti beszéd, részlet

1. Orbán Ottó: Dal a kockázatról és a mellékhatásról

Egy cérnaszálon függ az életed.

Számold csak össze, hányféleképp, hányféle veszély

Mondhatja ki ránk a halálos ítéletet;

Túl sok ahhoz, hogy mindegyiktől félj.

Életben tart fiatalságunk maradék könnyelműsége,

E vizet árasztó és füvet sarjasztó erő.

Egy hazard játékos beül az öreg kártyások körébe;

Tizennyolcra lapot kér – és ő a nyerő!

- Milyen kockázattól/mellékhatástól fél?

- Milyen mellékhatástól szenved?
- Fél-e a haláltól?
- Tud-e örülni az mai napnak?
- Meg tudja találni a mai nap „vizet árasztó és fület fakasztó erejét”?

Kérjük meg, hogy őrizze meg magában ezt a képet, és ha újra jön a félelem/ szorongás/ elkeseredés idézze fel a hintát, a boldog mosolyt és lendüljön át rajta!

2. Ady Endre: Ha holtan találkozunk

*Áldj meg, ha itthagysz, áldj akkor is,
Ha rossz voltam.
Nem nézhetünk egymás szemébe
Majd egykor holtan.*

*Fölpattant, nagy, halott szemeink
Kérdve világítják az éjünk:
Miért nem voltunk jók egymáshoz,
Amikor éltünk?*

- Ki a sündisznó a képen?
pl.: kórházi kezelő orvos, családorvos, nővér, hozzátartozó, barát...
- Milyen a kapcsolata vele?
- Van-e kellemetlen élménye vele?
- Szeretne vele erről beszélni?
- Mit mondana neki, ha itt lenne?
- Hogyan tudná jobbra tenni a kapcsolatukat?

Kérjük meg, hogy őrizze meg magában ezt a képet, és ha újra jön látogatója, mosolyogjon rá! Adjon esélyt, hogy a kapcsolatuk félelem, és szorongás nélküli legyen!

3. Reményik Sándor: Lepke-halál

*Aranypiros pillangó száll le
Sötét, örökzöld éjszakába:*

*Egy idetévedt lombos fának
Tépett, hervadt, beteg-szép álma.
Szakállas vén torony-fenyők
Heverőt feszítnek alája.*

*E függő-ágyban elpihenhet,
Míg eljő csendes elmúlása.
Aranypiros pillangó száll le
Nagy, feketezőld éjszakába.*

- Mit szeret jobban nézni amikor megpihen vagy amikor száll a lepke?
- Ön hol tud a legjobban pihenni?
- Mennyi alvás igénye van, tud-e eleget aludni?
- Szokott-e álmodni?
- Szeretne-e többet egyedül lenni vagy inkább társaságra vágyik?

Kérjük meg, hogy tudatosítsa magában, hogy öröm békeségben figyelni az életet.
Amikor ebben elbizonytalanodik, gondoljon erre a képre!

4. Sík Sándor: Belenéztem a Napba (részlet)

*Egyszer, egy sugaras, pirosuló reggelen,
A virradati Napba két szemmel belenéztem.
És ama reggel óta, örökre megigézten,
Járok fényittasan és a Nap jár velem.*

- A sündisznó hátán ott a sok a gyümölcs. Ön mit gyűjtött?
- Most mit cipel most, milyen gondokkal él?
- Honnan veszi az erőt a mosolygáshoz?
- Hova bújik el, ha elfáradt?

Kérjük, jegyezze meg ezt a képet, és ha elbizonytalanodik, nem tudja az aznapi örömet megtalálni, idézze fel magában ezt a képet! Gondoljon a Napra vagy a sündisznóra!

5. Kosztolányi Dezső: Halotti beszéd (részlet)

*Édes barátaim, olyan ez épen,
mint az az ember ottan a mesében.
Az élet egyszer csak őrája gondolt,
mi meg mesélni kezdtünk róla: "Hol volt...",
majd rázuhant a mázsás, szörnyű mennybolt
s mi ezt meséljük róla sírva: "Nem volt..."*

Mit szeretne, mit meséljenek önről az angyalok?

- Milyen jó tulajdonságai vannak?
- Mi volt fontos az életében, mit csinált, hol dolgozott?
- Mi fontos most?
- Kivel tett jót, kire vagy mire vigyázott, kiről gondoskodott?
- Mire büszke?

Kérjük meg, hogy őrizze meg magában ezt a képet, és gondolkodjon rajta, mivel egészítené még ki az eddig elmondottakat! Kérjük mondja el a látogatójának, hogy mit szeretne, mit meséljenek önről!

IRODALOM

ALVAREZ MCI, CLEMENTE W, RILLO RJA, NARVAEZ RA. Creative pathways to comfort: the transformative role of art therapy in palliative and hospice care. Int J Palliat Nurs. 2025 Jan 2;31(1):18-28.

CHOCHINOV HM, KRISTJANSON LJ, BREITBART W, MCCLEMENT S, HACK TF, HASSARD T, HARLOS M. Effect of dignity therapy on distress and end-of-life experience in terminally ill patients: a randomised controlled trial. Lancet Oncol. 2011 Aug;12(8):753-62.

COLLETTE N., GÜELL E, FARIÑAS O., PASCUAL A: Art Therapy in a Palliative Care Unit: Symptom Relief and Perceived Helpfulness in Patients and Their Relatives Journal of Pain and Symptom Management 2021, January 61,1:103-111

EPSTEIN AS, MORRISON RS. Palliative oncology: identity, progress, and the path ahead. Ann Oncol. 2012 Apr;23 Suppl 3(Suppl 3):43-8.

- HANCOX JA, MCKIERNAN CF, MARTIN AL, TOMAS J, MACARTNEY JI. The emotional effects on professional interpreters of interpreting palliative care conversations for adult patients: A rapid review. *Palliat Med.* 2023 Jul;37(7):931-946.
- HEGEDŰS K, LUKÁCS M: Hospice betegellátás 2023. *Kharón Thanatológiai Szemle*, 2024; 28 (3): 1-13.
- KARINTHY FRIGYES: Utazás a koponyám körül (1937)
- KEGYE A, PÁDI E. A csoport-pszichoterápia lehetősége a hospice-palliatív ellátásban. Egy modellprogram eredményei [Opportunities of team psychotherapy in hospice-palliative care. Results of a model program]. *Orv Hetil.* 2013 Jul 14;154(28):1102-5. Hungarian.
- MONDANARO JF, ARMSTRONG B, MCRAE S, MEYERSON E, O'CONNOR T, TSIRIS G. The Arts Therapies in Palliative and End-of-Life Care: Insights from a Cross-Cultural Knowledge Exchange Forum. *Behav Sci (Basel)*. 2025 May 1;15(5):602.
- TOLSZTOJ, LEV: Ivan Iljics halála (1886); Fordította: Szöllősy Klára
- WILLIAMS JL, DOOLITTLE B. HOLY SIMPLICITY: The Physician's Role in End-of-Life Conversations. *Yale J Biol Med.* 2022 Sep 30;95(3):399-403.
- WOOD J. CICELY SAUNDERS, 'Total Pain' and emotional evidence at the end of life. *Med Humanit.* 2022 Dec;48(4):411-420.

Dr. Horváth Anna

egyetemi adjunktus

Semmelweis Egyetem, Palliatív Mobil Team

Budapest, Üllői út 26.

horvath.anna.bohus@semmelweis.hu