

Medicina preventiva in seno alla famiglia

B. Luban-Plozza

Zusammenfassung

Der Halt, den die Familienmitglieder aneinander finden, scheint das beste Mittel zu sein, um psychischen Störungen vorzubeugen, die durch Umweltschwierigkeiten entstehen können.

Hier erwächst gerade dem praktischen Arzt eine besondere Aufgabe. Er kann Anzeichen wahrnehmen und helfen, bevor ein Patient bereits ein Krankheitssymptom aufweist: die einzelnen Familienmitglieder kommen ja nicht erst zu ihm, wenn sie krank sind, sondern wegen einer ganzen Reihe von Impfungen und Kontrollvisiten, die durch die Mütter, die Schule, den Arbeitgeber oder Versicherungen veranlaßt werden.

Der Hausarzt lernt die Familie in allen möglichen Situationen kennen. Er wird sich ein Bild machen von ihrer Gesamtheit, von der Lagerung ihrer physischen und psychischen Kräfte oder auftretenden Mängeln. Dadurch ist es ihm möglich, für ein psychisch anfälliges Mitglied die notwendige Hilfe der andern zu mobilisieren oder über ein gesundes Mitglied die Konfliktstoffe, die eine Familiengemeinschaft belasten, rechtzeitig abzubauen.

Résumé

L'appui réciproque offert par les membres d'une famille entre eux semble être le meilleur moyen pour prévenir des troubles psychiques, qui peuvent résulter de difficultés provenant de l'entourage.

C'est justement là que le praticien rencontre une tâche particulière. Il peut percevoir des indices et apporter son aide, avant même que le patient montre des symptômes de maladie: les différents membres de la famille ne viennent pas uniquement chez lui en cas de maladie, mais aussi pour toute sorte de vaccinations et visites de contrôle, arrangées par les mères, l'école, l'employeur ou des assurances.

Le praticien apprend à connaître la famille dans toutes les situations possibles. Il se fera une image de l'ensemble, de la position de leurs forces physiques et psychiques et des carences qui se présentent. Il est donc ainsi à même de mobiliser l'assistance des autres pour un membre de la famille de faible résistance psychique, ou bien de diminuer le rôle des causes de conflits affectant une famille, à temps, en s'aidant d'un de ses membres sains.

Sviluppare l'igiene mentale nell'ambito della famiglia significa cercare di immunizzare tale fondamentale ambiente contro i disturbi conflittuali.

Proteggere la salute con lo scudo della medicina preventiva è per il medico d'oggi altrettanto importante ed imperativo quanto curare.

Il medico di famiglia si trova in una posizione privilegiata per attuare

quella forma di psichiatria cosiddetta preventiva. Questo medico infatti, svolgendo la sua attività in un ambiente piuttosto circoscritto, ma quanto mai vasto per le cognizioni che in esso può attingere, ha assunto un ruolo sempre più importante nella prevenzione delle malattie fisiche; tuttavia, per quanto riguarda i disturbi di ordine psichico, si è limitato a misure di ordine generico come colloqui, suggerimenti di vacanze, ecc. Poichè i conflitti emotivi assumono però spesso «un valore altrettanto concreto e reale di quello attribuito ai germi patogeni» (V. Uexkull), possiamo stabilire, seguendo i concetti di Ray S. Greco, allievo del Balint, una analogia tra l'immunizzazione contro le malattie infettive e l'immunizzazione contro i disturbi emotivi.

Sirtori ed altri studiosi postulano una preparazione fisica e psichica dei genitori all'atto della concezione, quale prevenzione primaria.

Configuriamo il paziente come il *portatore* ed il medico di famiglia come *l'agente immunizzante*.

È un postulato importante, anzi fondamentale nella teoria dell'immunizzazione, che i migliori risultati nella reazione antigene - anticorpo si hanno quando un vaccino specifico viene iniettato in un portatore sano. La immunità che ne deriva differirebbe notevolmente, ad esempio, nel caso di un atleta e nel caso di un soggetto debilitato da un carcinoma. Riferendo questi elementi alla situazione psichica, conseguirebbe il:

Concetto di immunizzazione nella psichiatria preventiva

Portatore sano (paziente)	+	Vaccino specifico (medico)	=	Reazione antigene-anticorpo («Ego» più forte)
				Psichiatria preventiva

Si può considerare come portatore sano quel soggetto che non presenta disturbi di rilievo, con personalità sufficientemente matura tale da superare uno stato moderato di tensione intima o provocata dall'ambiente esterno. Il suo «Ego» è in grado di capire, di modificarsi e di agire in conformità a modi nuovi di vedere la vita, meglio certamente di un individuo affetto da malattia fisica e da disturbi nevrotici.

Orbene, quando il medico di famiglia conosce sufficientemente la patogenesi, la clinica e la base psicoterapica di certi disturbi psichici, diventa un *agente specifico o puro (vaccino)* che, se somministrato ad un *portatore sano* può raggiungere i risultati richiesti dalla psichiatria preventiva: sviluppare una personalità più forte.

In realtà un medico di famiglia può prendere contatto con numerose persone nei momenti più importanti e decisivi della vita: visite pre- e post-parto; vaccinazione del neonato, vaccinazione ed esame prescolastico, esame prima del servizio militare, esame atto a stabilire possibilità ad intraprendere attività

sportiva, per entrare in un collegio, per svolgere una determinata professione, per contrarre un'assicurazione, per un matrimonio; esami fatti per essere assunti in un impiego o per essere collocati in pensione.

Formazione e sviluppo dell'igiene mentale in seno alla famiglia

La «psichiatria della famiglia» è una presa di contatto per cui il membro della famiglia che si presenta, viene considerato come l'indice psicologico della famiglia stessa.

Particolarmente interessante appare l'anamnesi e la comprensione delle condizioni della famiglia nel *lavoratore immigrato*. La presenza ed assenza dei singoli membri della stessa ha un notevole influsso sull'evoluzione delle sue eventuali malattie, sul piano fisico e soprattutto psichico.

Dopo l'accettazione iniziale del paziente l'intero complesso familiare può essere fatto partecipe dell'indagine e del trattamento. Troppo spesso tuttavia questo indirizzo viene considerato come una prassi che prende in esame lo sfondo familiare nello sforzo di aiutare solo il singolo membro della medesima. Ma questa non è ancora psichiatria della famiglia.

Il principio essenziale nella psichiatria della famiglia è la *famiglia stessa nella sua totalità*, ed è proprio *l'unità funzionale* – che scatta ed emerge da questa totalità – che si deve considerare ed aiutare.

L'esperienza ha dimostrato che questo tipo di rapporto ha molti vantaggi, il punto più notevole dei quali è la sua economia, perchè l'indagine richiesta per aiutare un singolo individuo è la stessa che si richiede per aiutare gli altri membri della famiglia. Una cosa di grande importanza, per esempio, come il rapporto tra la madre e la nonna materna, tende ad essere giustificato anche nell'immediato e più significativo rapporto madre-figlio. La psichiatria del bambino, dell'adulto e del vecchio è inscindibile, mentre si rileva che un singolo membro non viene aiutato a svantaggio degli altri. A questo si può aggiungere il beneficio di avere la partecipazione di tutta la famiglia e di non vedere gli sforzi del medico messi in pericolo da membri che non cooperano. È possibile poi coordinare il trattamento di tutti i membri del complesso, tenendo presente che in seno ad ogni famiglia ci sono attività che possono essere mobilitate nella terapia per vincere gli atteggiamenti passivi della famiglia stessa. Infine, è di grande importanza fare luce sull'opportunità di uno sforzo sociale nella terapia.

Che i figli riflettano i genitori appare evidente: ciò pone subito in rilievo i rapporti della famiglia. È naturale allora che, partendo da questo punto, ci debba essere una costante evoluzione verso una psichiatria della famiglia, e appunto per questo il medico di famiglia può essere considerato come il perno dell'attività di igiene mentale.

Negli ultimi anni numerosi studi sulla pratica medica generica, condotti in

Gran Bretagna, hanno esaminato l'incidenza dei disturbi emotivi e delle psicosi nella società in generale. La maggior parte degli osservatori è d'accordo nello stabilire che la psicosi e la deficienza mentale non sono comuni nella pratica medica generica. *Pomperton* (1949) trovò che tra i pazienti affetti da disturbi nervosi il 93,6% presentava una nevrosi, il 6,1% una psicosi e lo 0,3% una deficienza mentale. *Kessel* (1960), in un anno di pratica generica a Londra, poté trovare solo tre pazienti con psicosi e due con deficienza mentale. Le statistiche in Scandinavia corrispondono a quelle inglesi.

Mentre la psicosi, quindi, almeno come viene definita in Europa, non è comune nella pratica generica, la nevrosi costituisce invece una larga parte dell'esperienza del medico. La grande maggioranza del 30% dei pazienti che, secondo il Collegio dei Medici Generici della Gran Bretagna, sono affetti da turbe nervose, mostrano nevrosi con componenti psicosomatiche. Questi pazienti raramente sono ammessi negli ospedali psichiatrici, e rappresentano quindi essenzialmente un problema sociale e di pratica generica.

Le cause delle influenze emotive

Rimane utile elencare le cause interne ed esterne delle influenze emotive che giocano nel singolo membro della famiglia, in quanto queste, se negative, possono forse essere rese positive per il benessere dell'individuo.

1° Influenze interne che agiscono sulla famiglia:

- a) influenze che nascono individualmente dagli altri membri della famiglia;
- b) i membri della famiglia possono formare un complesso frammentario, con una comune fisionomia, come ad esempio il fronte dei ragazzi da una parte, ed i genitori dall'altra;
- c) il gruppo familiare, nella sua unità, è soggetto alla dinamica propria di ciascun gruppo.

2° Influenza esterna alla famiglia:

a) i parenti hanno una grande influenza, anche a distanza, e rappresentano l'opinione «collettiva» della famiglia. Per diritto hanno una intimità con l'individuo che è negata agli altri.

b) gli amici possono avere forti influenze, specialmente quando sono vicini. Secondo il loro grado di intimità e di durata del rapporto essi possono avere una importanza pari a quella dei parenti;

c) i compagni di scuola e gli insegnanti sono normalmente a contatto con ogni individuo per un terzo circa della sua vita. Il clima emotivo del fanciullo è in gran parte influenzato dai rapporti insegnante-direttore, insegnante-genitori, insegnante-allievo e scolaro-gruppo di scolari. Se ne deduce che l'insegnante occupa un posto chiave nella situazione scolastica;

d) i vicini hanno un ruolo non solo come intimi, ma anche come specchio dell'opinione del «vicinato»;

e) una condizione di lavoro può essere armoniosa o traumatica secondo il tipo di rapporti che implica. Questi includono il rapporto tra la direzione ed il Capo reparto e quello tra il Capo reparto ed i compagni di lavoro. L'attenzione posta a tali relazioni porta ad una maggiore armonia, ad una incidenza più bassa di malattie e ad una più alta produzione. C'è una relazione tra equilibrio del lavoratore e la sua produttività;

f) «Gli altri» è un termine che rappresenta la sottile, intangibile, onnipresente opinione della società. I mezzi di diffusione, come i giornali, la radio, la televisione cercano di trasmettere l'opinione della gente in generale. L'individuo sente che è oggetto dello sguardo inquisitorio degli altri, è conscio degli schemi fissi in cui «gli altri» credono e finisce col sentirsi insicuro se non si accorda ad essi.

Anche il successo del *matrimonio* dipende, secondo *Cazzullo*, dalla capacità dei coniugi di attuare uno scambio emotivo di «natura adulta». «In realtà la capacità di amare è un segno di maturità emotiva in contrasto con la necessità di essere amato che è caratteristica del bambino. Alla maturità si associa anche una abilità nel tollerare i disagi, nel posporre la gratificazione dei desideri, nel considerare i bisogni altrui, nel dare e nel ricevere, nel comprendere tempestivamente ed armonicamente l'altra parte.»

Il più importante agente terapeutico nella società appare il rapporto con un individuo di saldo equilibrio psichico. Ne consegue che diventa necessario mobilitare gli individui psichicamente sani e renderli il più possibile utili per quelli malati o privi di equilibrio emotivo. Il forte deve aiutare il debole.

Ruolo del medico

I rilievi statistici e la svolta in atto nella Medicina nel campo delle malattie mentali, affermano l'importanza fondamentale della conoscenza psicologica. In realtà, le malattie che si prospettano oggi alla Medicina, vertono talora più sulla dimensione sociale che su quella della modificazione organica; peraltro la Psichiatria non può sempre risolvere il problema che esse pongono. Questa, come la Medicina, può essere considerata primariamente una scienza di tipo organicistico, con tendenza cioè a ricondurre a valori biologici gli agenti di una malattia seguendo un indirizzo unilaterale nella sua azione.

L'esigenza di una visione paraltro multifattoriale, che consideri l'essere umano «come individuo e come membro dei gruppi sociali, il cui comportamento è condizionato da reazioni innate, con influenze fisiche, psicologiche e sociali», è già stata denunciata dal *Villars Lumi*. Esistono infatti disordini mentali di ordine prevalentemente dinamico, che debbono essere trattati con rimedi terapeutici di tipo psicologico. Questo compito può essere svolto soltanto dalla Medicina con indirizzo psicosomatico, capace di localizzare la causa patogena della malattia nell'interazione dinamica che si svolge continuamente

tra il fattore organico, quello soggettivo e quello sociale, e di instaurare un trattamento terapeutico a livello causale e non soltanto sintomatico. In tal modo, essa è anche in grado di prevenire l'insorgere delle forme più gravi di squilibrio mentale.

Nella pratica, questo ruolo psicologico investe in primo luogo il medico non psichiatra, generico o specialista, il quale secondo *Askey*, ha spesso *occasioni molto più immediate dello psichiatra di mantenere la sanità mentale dei propri pazienti*, e deve servirsi di queste occasioni il più possibile. «È necessario, pertanto, un adeguato bagaglio di conoscenze psicologiche, affinché sappia far uso della semeiotica e valutare la dinamica psicologica del paziente, per poter giungere ad una diagnosi corretta.»

Ogni mancata considerazione della fenomenologia psicologica, per semplice deficienza di conoscenza di essa, è un errore di diagnosi. È necessario, inoltre, una visione la più chiara possibile dell'*interazione che si stabilisce tra medico e paziente*. Anche al di fuori di un intervento terapeutico vero e proprio, il medico, in effetti esercita sempre un'azione psicoterapeutica, sia pure su base empirica («Il medico come medicina»).

Azione non priva di difficoltà, come nel caso di un intellettuale che ebbi recentemente quale paziente. Dopo continui cambiamenti di medici (46) – io sono stato soltanto uno dei tanti anelli della catena – e di farmaci (oltre un centinaio), era finito da un anestesista che gli aveva «compilato» una lista giornaliera di «soltanto» otto medicinali, tra i quali il Nembutal.

Anche *Tolstoj*, che verso i medici non fu mai tenero, afferma: «I medici sono utili, non tanto perchè fanno ingoiare ogni sorta di sostanze nocive, ma perchè rispondono al bisogno morale, sia dell'infermo che di coloro che lo amano... Rispondono a questo eterno bisogno di speranza in un sollievo e nella simpatia che suole provare ogni uomo che soffre.»

La «sproporzione» dell'uomo, di cui parlava *Pascal*, è più che mai attuale: il nostro spirito vaga tra due infiniti: da una parte le ricerche sulla ultrastruttura dei virus, sull'atomo e per la conquista degli spazi ultraterrestri, dall'altra l'ignoranza che l'uomo ha ancora di se stesso...

L'importanza assunta da questo squilibrio non sta quindi nei cambiamenti stessi, ma nella rapidità del loro ritmo. All'evoluzione della tecnica fanno riscontro i grandiosi progressi compiuti dalle scienze mediche e tutto questo fervore di studi viene così ad inquadrare l'uomo sotto una nuova visione.

Il malato conseguentemente deve cessare di essere un semplice portatore di un organo patologico e deve divenire personalità, con le sue gioie, dolori, speranze, timori, anche se non riscontrabili alla lettura degli esami di laboratorio.

Così la medicina non ha più il solo scopo di procrastinare la morte, ma deve aiutare l'uomo a vivere la pienezza della sua personalità. Essa è divenuta la scienza della vita umana, di tutta la vita sia dello stato normale come di quello anormale; la salute infatti è basata sull'equilibrio dinamico delle possibilità

dell'individuo e delle esigenze dell'ambiente intimo in cui si muove, in primo luogo della famiglia.

La salute esige dall'individuo un adattamento, il più perfetto possibile, alle pressanti esigenze della vita moderna ed alle sue continue trasformazioni. Richiede ancora un'organizzazione razionale del lavoro e del riposo, una lotta permanente contro l'agitazione caratteristica della nostra epoca ed esige altresì che venga concesso un posto alla *vita interiore*, che è fattore condizionante dell'equilibrio umano.

Collaborazione

Quali sono i *fattori negativi* che influenzano la diffusione delle malattie nervose? In primo luogo *il mondo in cui viviamo*. Il mondo dei motori, dei rumori, d'accordo. Ma soprattutto, è la *famiglia che va troppo spesso spezzandosi*, la famiglia, che spesso diventa solo il luogo in cui «si passa» per mangiare e dormire.

Troppo spesso si trova anche da noi, la famiglia poliziotto, la famiglia dove c'è da una parte del tavolo, il padre che comanda e impone alla famiglia la sua incontrastata volontà. Dall'altra parte tutti gli altri dovrebbero soltanto obbedire e annuire con la testa.

C'è poi la famiglia della «vie en rose», dove tutto va bene, dove tutti si sentono soddisfatti prendendosela come la vien viene, senza mai iniziare discussioni serie e rifuggendo dalla meditazione tanto necessaria.

Conosciamo anche la famiglia dove tutti sono stanchi: il padre, stanco del lavoro, si stende la sera su una poltrona o attende l'ora per poter andare al ristorante e dimenticare... È stanco di avere davanti agli occhi la moglie ed i figli. Anche la madre è stanca. Col tempo questi genitori, pur vivendo materialmente nell'ambiente familiare, finiranno col sentirsi quasi estranei.

C'è poi la famiglia in cui il denaro ha un peso eccessivo, soprattutto la famiglia benestante, che permette tutto ai ragazzi e che, pur di non dover discutere con loro problemi imbarazzanti e penosi, regala tutto ciò che il figlio desidera.

Così giungiamo a mettere il dito sulla piaga del *divorzio*. In Svizzera si pronuncia in media un divorzio ogni tre ore, e si hanno ogni anno 4000 orfani di divorzio. Questi bambini abbandonati sono forse da commiserare più che i veri orfani, perchè non soltanto non hanno più la madre ed il padre ma hanno vissuto spesso degli anni tremendi, come tra due fuochi; tra una persona che voleva conquistare la «sua» libertà e l'altra che voleva difendere la propria tranquillità.

L'atmosfera familiare deve portare ai bambini un *senso di sicurezza* che deriva da tre fattori:

- 1°: *l'amore* dei genitori per i figli;
- 2°: *l'accettazione* di ogni figlio come dono, come qualcosa di bello e di benvenuto;

3°: la *stabilità nei rapporti reciproci*: il bambino deve avere la sicurezza che tutto quanto i genitori dicono, non cambierà; deve sapere quali sono i suoi doveri ed i suoi diritti. Non è viziando il bambino che lo si rende felice: si sarebbe in un primo momento tentati di crederlo, ma di fatto il bambino non vuole essere viziato, ma vuole essere anzitutto compreso e guidato.

Essenziale per la psichiatria preventiva ci sembra la collaborazione educativa, la collaborazione tra genitori, religiosi, maestri, medici, assistenti sociali. Collaborazione significa in primo luogo, comprensione reciproca. Per questa collaborazione è necessario un «fuoco sacro», un sincero entusiasmo.

Accanto all'intelletto ed al fisico, non bisogna inoltre trascurare l'educazione artistica e l'educazione dei sentimenti: l'uomo non ha soltanto un cervello, ma anche un cuore.

Concludendo: ogni singola unità che possa ritrovare il proprio armonioso sviluppo e la sanità dello spirito e del corpo, significa un figlio reso ai genitori, una madre o un padre reso ai figli, un coniuge reso alla famiglia. Ogni singola unità significa e rappresenta una unità di vita, di umana felicità.

Adresse des Verfassers: PD Dr. med. *B. Luban-Plazza*, 6600 Locarno