

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ПАЦІЄНТІВ З ЦУКРОВИМ ДІАБЕТОМ В УМОВАХ ХІРУРГІЧНОГО СТАЦІОНАРУ

### PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR PATIENTS WITH DIABETES IN A SURGICAL HOSPITAL

У статті розглянуто сутність і структуру психологічного супроводу хворих на цукровий діабет у процесі їх лікування в умовах хірургічного стаціонару, що є важливим аспектом сучасної медицини. Цукровий діабет – це хронічне захворювання, яке вимагає комплексного підходу до лікування, що передбачає не лише медикаментозну терапію, але й психологічну підтримку, що сприяє успішному відновленню пацієнтів після операцій та полегшує процес адаптації до змін у життєвому стилі та фізичному стані. Особлива увага в статті приділена ролі психологічної підтримки на різних етапах лікування пацієнтів із цукровим діабетом. Одним з важливих аспектів є адаптація пацієнта до хронічного захворювання, яке, як правило, супроводжується значним стресом і тривогою. Такі емоційні стани суттєво впливають на загальний процес лікування, тому психологічна підтримка є необхідною для зниження рівня стресу та тривоги, що дозволяє пацієнту краще сприймати медичні рекомендації, дотримуватися режиму лікування та коригувати свій спосіб життя відповідно до нових умов. Процес адаптації до хронічного захворювання є надзвичайно важливим, оскільки від нього залежить не тільки фізичний стан хворого, але й його психологічний комфорт. Психологічна підтримка сприяє розвитку у пацієнта більш позитивного ставлення до лікування, знижує рівень депресії та допомагає сформувати більш адаптивні стратегії поведінки. Чим вищий рівень емоційної підтримки, тим швидше пацієнти відновлюються після операцій та повертаються до нормального способу життя. Зокрема, психотерапевтичні методи, такі як когнітивно-поведінкова терапія, медитація, релаксація та інші, ефективно використовуються для покращення емоційного стану пацієнтів, що сприяє їх загальному відновленню. Підкреслено важливість інтервенцій психологічної допомоги для покращення якості життя пацієнтів. Хронічне захворювання, таке як цукровий діабет, змінює спосіб життя людини, і адаптація до нових умов вимагає не тільки фізичної, але й психологічної підтримки. Тому роль психолога у допомозі пацієнтам в адаптації до цього захворювання є надзвичайно важливою. Таким чином, психологічний супровід є важливою складовою лікувального процесу для хворих на цукровий діабет в умовах хірургічного стаціонару. Він сприяє полегшенню процесу адаптації до хронічного захворювання, допомагає подолати стрес та тривогу, підтримує психологічну стійкість під час хірургічних втручань, а також значно покращує емоційний стан пацієнтів, їх мотивацію до лікування та загальний процес відновлення.

The article examines the essence and structure of psychological support for patients with diabetes mellitus during their treatment in a surgical hospital, which is an important aspect of modern medicine. Diabetes mellitus is a chronic disease that requires a comprehensive approach to treatment, which includes not only drug therapy, but also psychological support, which contributes to the successful recovery of patients after operations and facilitates the process of adaptation to changes in lifestyle and physical condition. The article pays special attention to the role of psychological support at different stages of treatment of patients with diabetes mellitus. One of the important aspects is the patient's adaptation to a chronic disease, which is usually accompanied by significant stress and anxiety. Such emotional states significantly affect the overall treatment process, therefore psychological support is necessary to reduce the level of stress and anxiety, which allows the patient to better perceive medical recommendations, adhere to the treatment regimen and adjust their lifestyle in accordance with the new conditions. The process of adaptation to a chronic disease is extremely important, since not only the patient's physical condition, but also his psychological comfort depends on it. Psychological support helps the patient develop a more positive attitude towards treatment, reduces the level of depression and helps to form more adaptive behavioral strategies. The higher the level of emotional support, the faster patients recover after operations and return to a normal lifestyle. In particular, psychotherapeutic methods, such as cognitive-behavioral therapy, meditation, relaxation and others, are effectively used to improve the emotional state of patients, which contributes to their overall recovery. The importance of psychological care interventions for improving the quality of life of patients is emphasized. A chronic disease, such as diabetes mellitus, changes a person's lifestyle, and adaptation to new conditions requires not only physical, but also psychological support. Therefore, the role of a psychologist in helping patients adapt to this disease is extremely important. Thus, psychological support is an important component of the treatment process for patients with diabetes mellitus in a surgical hospital. It helps to facilitate the process of adaptation to a chronic disease, helps to overcome stress and anxiety, maintains psychological stability during surgical interventions, and also significantly improves the emotional state of patients, their motivation for treatment and the overall recovery process.

**Key words:** psychological support, diabetes, surgical hospital, psychological support, emotional state of patients, psychological stability, postoperative recovery.

УДК 616.379-008.64-07/-08  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.68.47>

**Іванцев Н.І.**

к.психол.н., доцент,  
доцент кафедри клінічної та  
реабілітаційної психології  
Прикарпатський національний  
університет імені Василя Стефаника

**Щучак Р.І.**

аспірант  
Прикарпатський національний  
університет імені Василя Стефаника

**Ключові слова:** психологічний супровід, цукровий діабет, хірургічний стаціонар, психологічна підтримка, емоційний стан пацієнтів, психологічна стійкість, післяопераційне відновлення.

Цукровий діабет належить до найбільш поширених хронічних захворювань у світі, що потребує комплексного підходу до лікування та реабілітації пацієнтів. Дана патологія впливає не лише на фізичний стан хворих, але й спричиняє значні психологічні наслідки, які можуть проявлятися у формі тривожності, депресії, стресу та інших емоційних розладів. У цьому контексті важливим компонентом терапевтичного процесу є психологічний супровід, який сприяє зниженню емоційного напруження, адаптації пацієнта до нових умов життя та підтриманню його мотивації щодо дотримання медичних рекомендацій.

Сучасні наукові підходи до психологічного супроводу зосереджуються на визначенні його компонентів, аналізі різноманітних напрямів і фокусів, а також на вивченні типології, показників та критеріїв ефективності. На сьогодні психологічний супровід трактується як процес підтримки психічно здорових індивідів, які стикаються з труднощами особистісного характеру на певних етапах свого життєвого шляху. Він розглядається як цілісна інтегративна система технологій соціально-психологічної підтримки, а також як складова соціально-психологічного патронажу [3; 7].

Зокрема, у монографії «Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження» Ю. Бойчук визначає психологічний супровід як важливий елемент загальної системи збереження здоров'я, спрямований на покращення та підтримку психічного стану особистості в процесі її соціалізації та адаптації до умов зовнішнього середовища. Автор підкреслює, що психологічний супровід є комплексним соціально-психологічним процесом, який виходить за межі виключно медичної допомоги, враховуючи індивідуальні особливості людини, її емоційний стан та соціальний контекст. На думку дослідника, головною метою психологічного супроводу є не лише лікування психічних розладів, але й зміцнення психологічної стійкості, що дозволяє людині адаптуватися до змін у житті та підтримувати баланс між фізичним і психічним здоров'ям. Важливим аспектом цього підходу є інтеграція психологічної допомоги у загальний процес здоров'язбереження, який охоплює не лише лікування, але й профілактичні заходи та підтримку психоемоційного благополуччя [3, с. 87].

Дослідники І. Толкунова, О. Гринь, І. Смоляр та О. Голець у своєму посібнику з психології здоров'я людини наголошують на важливості психологічного супроводу в контексті формування здоров'я, розглядаючи його як багатовимірний процес, що охоплює фізичні, психічні та соціальні аспекти. Автори визначають психологічний супровід як комплексну та багатогранну діяльність, спрямовану не лише на вирішення конкретних психологічних проблем,

але й на забезпечення підтримки та зміцнення загального психічного здоров'я особистості, акцентуючи на ключовій ролі мотивації до здорового способу життя, яка включає емоційну та психологічну підтримку, як невід'ємного компонента психологічного супроводу. Особливу увагу приділено необхідності врахування індивідуальних особливостей особистості, таких як вікові, соціальні та культурні аспекти. Також підкреслюється значущість профілактичних заходів, спрямованих на збереження психічного здоров'я та запобігання розвитку психічних і соматичних захворювань [7, с. 55].

У свою чергу, А. Артюхова фокусує свій науковий погляд на стресові ситуації, що виникають у контексті надзвичайних подій, зокрема пандемій, та на ролі психологічного супроводу у сприянні адаптації до змін, подоланні стресу та збереженні психічного здоров'я. Дослідниця визначає психологічний супровід як основний компонент адаптаційного процесу, який сприяє мінімізації наслідків стресових факторів та відновленню психологічної стійкості в умовах нових викликів, зауважуючи на значенні своєчасної психологічної допомоги, яка сприяє зниженню рівня тривожності та страху, пов'язаних із невизначеністю та загрозою для життя [1, с. 20].

Вітчизняний науковець С. Максименко розглядає мотивацію як один із основних чинників у процесі збереження психологічного здоров'я. На думку автора, психологічний супровід виступає важливим інструментом для зміцнення внутрішніх ресурсів особистості, активізації її мотивації до підтримки психічного благополуччя та формування стійкості до стресових впливів. У своїй науковій праці, С. Максименко підкреслює роль мотиваційних механізмів, що дозволяють індивіду мобілізувати власні сили для подолання психологічних труднощів, які виникають у стресових ситуаціях. За авторським підходом вченого, ефективний психологічний супровід має на меті не тільки вирішення конкретних психоемоційних проблем, але й стимулювання внутрішніх ресурсів для подолання труднощів, що сприяє збереженню психологічного здоров'я [4, с. 29].

Психологічний супровід як важливий процес, що передбачає надання допомоги у періоди емоційного напруження та стресових ситуацій розглядають у своїх наукових доробках Л. Карамушка та Ю. Снігур. У ході аналізу впливу копінг-стратегій на психологічне здоров'я особистості та організацію соціально-психологічної підтримки, дослідники наголошують, що копінг-стратегії є ефективними механізмами підтримки психічного здоров'я, оскільки сприяють подоланню внутрішніх конфліктів, стресових впливів і психологічних труднощів. Автори підкреслюють, що психологічний супровід включає навчання та підтримку

у застосуванні адаптивних копінг-стратегій, що дозволяє особистості успішно адаптуватися до соціальних і психологічних викликів, зберігаючи при цьому емоційну стабільність і психічне благополуччя [4, с. 31].

Психологічний супровід має важливе значення не лише в загальному контексті психічного здоров'я, але й у специфічних ситуаціях, таких як хронічні захворювання, що вимагають тривалої медичної підтримки. Одним з таких захворювань є цукровий діабет – хронічне порушення обміну речовин, яке впливає на фізичне та психічне здоров'я людини. Важливість психологічного супроводу пацієнтів з цим захворюванням не можна недооцінювати, оскільки діабет вимагає не лише медичних втручань, а й постійної психологічної підтримки для ефективної адаптації пацієнта до змін у його способі життя.

Дослідники Л. Глушко, с. Федоров та І. Скрипник підкреслюють значення комплексного підходу до лікування пацієнтів із цукровим діабетом, в рамках якого, психологічний аспект має таку ж важливість, як і фізичне лікування. Вони зазначають, що психологічний стан пацієнта безпосередньо впливає на ефективність терапії, оскільки емоційні розлади, стрес і депресія можуть погіршити контроль за рівнем цукру в крові та знизити загальний рівень самопочуття. Психологічна підтримка є важливим елементом адаптації пацієнтів до хронічного захворювання, допомагаючи знизити рівень тривожності та підтримати позитивну мотивацію для регулярного моніторингу стану здоров'я [2, с. 134].

Науковець В. Паньків, досліджуючи взаємозв'язок між цукровим діабетом, переддіабетом та серцево-судинними захворюваннями, вказує, що діабет є значущим фактором ризику розвитку серцево-судинних патологій, оскільки підвищений рівень глюкози в крові сприяє розвитку атеросклерозу, що збільшує ймовірність виникнення інфарктів, інсультів та інших серйозних захворювань серця і судин. На переконання автора, психологічний супровід у таких випадках виступає не лише як засіб контролю рівня цукру, але й як важливий інструмент підтримки психологічної стійкості пацієнтів до стресових факторів, що виникають на тлі додаткових ризиків для здоров'я [6, с. 8].

На думку М. Тронько чоловіки та жінки можуть по-різному реагувати на хворобу та переживати її. Наприклад, у жінок діабет може супроводжуватися більш вираженими емоційними порушеннями, такими як депресія та тривожні розлади, а у чоловіків – проблемами з самоконтролем та мотивацією до лікування. М. Тронько підкреслює необхідність індивідуального підходу до психологічного супроводу пацієнтів залежно від статі, оскільки психологічні реакції на хворобу можуть значно відрізня-

тися у жінок і чоловіків, що потребує відповідних коригувальних заходів у лікуванні [8, с. 94].

Вчені С. Кові, К. Раст, Д. Бірд Хоулт у своєму дослідженні поширеності діабету серед дорослої популяції США виявили, що захворюваність на цукровий діабет зростає, особливо серед людей старшого віку та осіб з надмірною вагою. Дослідження підкреслює важливість своєчасної діагностики та профілактики діабету, а також необхідність психологічної підтримки для людей, у яких виявлено високий рівень глюкози в крові, але діабет ще не діагностовано. Така психологічна допомога передбачає тренування навичок самоконтролю та адаптацію до нових звичок здорового способу життя, що сприяють запобіганню розвитку діабету [9, с. 1264].

Науковці Е. Грег, У. Ченг вивчали тренди поширеності діабету в США та співвідношення діагностованих і недіагностованих випадків залежно від рівня ожиріння. Вони показали, що збільшення ожиріння в популяції призводить до зростання числа людей з недіагностованим діабетом, що ускладнює своєчасне лікування і профілактику ускладнень. Психологічний супровід таких пацієнтів допомагає у збереженні мотивації до лікування, правильного харчування та фізичної активності, що є важливим компонентом управління захворюванням [11, с. 2807].

Вчені С. Вілд, Дж. Рогліс, А. Грін оцінювали глобальне поширення діабету і прогнозували його зростання до 2030 року, зокрема в контексті зростання факторів ризику, таких як ожиріння, недостатня фізична активність та старіння населення. Вони відзначають, що саме ці фактори сприятимуть збільшенню кількості пацієнтів з цукровим діабетом по всьому світу, що підкреслює необхідність розробки психологічних програм для людей з високим ризиком розвитку діабету, щоб попередити або мінімізувати вплив цього захворювання на їхнє здоров'я та якість життя. Таким чином, цукровий діабет є складним і багатофакторним захворюванням, яке потребує не лише фізичного, але й психологічного супроводу. Дослідження показують, що психологічна допомога є важливою складовою в лікуванні діабету, оскільки вона підтримує пацієнтів в адаптації до хронічної хвороби, покращує мотивацію до самоконтролю і знижує стресові фактори, що сприяють кращому результату лікування та запобіганню ускладнень [12, с. 1049].

Психологічний супровід хворих на цукровий діабет в умовах хірургічного стаціонару передбачає систему заходів, спрямованих на зменшення психологічного навантаження, полегшення адаптації пацієнтів до захворювання, підтримку психоемоційного стану, а також на покращення взаємодії між медичним персоналом та пацієнтами. Основними цілями психологічного супроводу таких пацієнтів є:



1. Зменшення психологічного навантаження – полегшення емоційного стресу та тривожності, що виникають у процесі лікування та адаптації до хвороби.

2. Покращення адаптації пацієнтів до захворювання – сприяння прийняттю діагнозу та змін у способі життя, що супроводжують хронічну хворобу.

3. Підтримка психоемоційного стану пацієнтів – збереження психологічної стійкості, мотивації до лікування та дотримання медичних рекомендацій.

4. Поліпшення взаємодії між медичним персоналом і пацієнтами – створення умов для ефективного комунікаційного процесу, що сприяє кращому розумінню потреб пацієнтів і покращенню результатів лікування.

Правильно організований психологічний супровід сприяє не лише поліпшенню фізичного стану пацієнтів, а й наданню емоційної підтримки, що є важливим компонентом ефективного лікування та адаптації до змін у життєвих умовах. До структури психологічного супроводу входять кілька етапів і напрямків, орієнтованих на всебічну допомогу пацієнтам та їхнім родинам. Відповідно, психологічний супровід як процес охоплює діагностику психологічного стану, індивідуальну та групову терапію, навчання методам самопомоги та підтримку в періоди стресу, що дозволяє забезпечити комплексний підхід до лікування і адаптації.

Діагностика психологічного стану є першим і важливим етапом психологічного супроводу, який передбачає оцінку емоційного, психічного й соціального стану пацієнта для визначення потреб у допомозі та розробки індивідуального плану корекції. На цьому етапі відбувається збір інформації про поточний стан пацієнта з метою виявлення можливих психологічних проблем (тривожність, депресія, стрес), а також оцінка ресурсів, які пацієнт може використовувати для подолання труднощів. Таким чином, основні завдання діагностики на цьому етапі полягають у наступному: оцінка психоемоційного стану, ідентифікація ресурсів та копінг-стратегій, аналіз соціально-психологічного контексту та визначення рівня готовності до змін. Для діагностики можуть використовуватися різні методи: анкетування, бесіди, психодіагностичні тести, проєктивні методи, спостереження. Підсумки діагностики дозволяють створити індивідуальну стратегію психологічного супроводу, яка відповідатиме специфічним потребам пацієнта.

У свою чергу, індивідуальна та групова терапія, а також навчання методам самопомоги та підтримка в періоди стресу як відповідні етапи психологічного супроводу, мають на меті забезпечити пацієнту комплексну допомогу для ефективною адаптації та збереження психічного здоров'я.

Зокрема, індивідуальна терапія орієнтована на вивчення специфічних потреб пацієнта, його психоемоційного стану та розв'язання особистісних проблем. На даному етапі відбуваються психологічні консультації, де психолог працює безпосередньо з пацієнтом для зниження рівня тривоги, стресу, депресії або інших емоційних розладів. Психологічна підтримка на цьому етапі сприяє глибшому розумінню пацієнтом своїх переживань, що дозволяє розвивати копінг-стратегії для боротьби зі стресами та труднощами. Також індивідуальна терапія містить методи когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), психоаналізу або гуманістичні підходи, що відповідають потребам конкретного пацієнта.

Груповою терапією забезпечує пацієнтів можливістю взаємодії з іншими людьми, які мають подібні проблеми та переживання, створюючи середовище для обміну досвідом, емоційної підтримки та розвитку соціальних навичок. Такий вид терапії дозволяє пацієнтам відчувати себе менш ізольованими, знижує рівень стресу і тривоги, сприяє розвитку відчуття спільноти та підтримки, що важливо для подолання хронічних захворювань.

Навчання методам самопомоги слугує засвоєнню пацієнтом навички для самостійного контролю за своїм психоемоційним станом. Оволодіння такими методами як техніки релаксації, медитації, дихальні вправи, методи управління стресом, когнітивні стратегії для зміни негативних переконань, дозволяє пацієнтам не тільки адаптуватися до умов хвороби, але й покращити якість життя, знижуючи рівень тривожності та депресії.

У випадках, коли пацієнт переживає сильний емоційний стрес через загострення хвороби, складні діагнози чи інші зовнішні чинники, необхідною виступає підтримка пацієнтів у періоди стресу. А саме надання негайної психологічної допомоги під час кризових моментів, допомоги в зниженні рівня тривоги та стресу, а також застосування технік, які дозволяють пацієнтам відновити емоційну рівновагу та зберегти мотивацію до лікування. Важливим є також навчання пацієнтів адаптації до стресових ситуацій, що можуть виникнути в майбутньому, завдяки використанню набутих психологічних інструментів.

Окреслені вище етапи створюють цілісну структуру психологічного супроводу, що орієнтована на підтримку пацієнта на всіх етапах лікування та адаптації до життя з хронічним захворюванням. Проте, психологічний супровід пацієнта, особливо при хронічних захворюваннях, не обмежується лише роботою з самим хворим. Він також передбачає важливу складову підтримки його родини, яка виступає основним джерелом емоційної підтримки пацієнта. Тому важливо враховувати потреби та допомагати

такій родині адаптуватися до нових умов, пов'язаних із захворюванням близької людини.

Психологічний супровід родини сприяє зниженню стресу, покращенню міжособистісної взаємодії та збереженню психологічного здоров'я всіх членів родини, так як передбачає консультації для членів родини, роботу з емоційними переживаннями через стрес, пов'язаний із хворобою близької людини, навчання здоровим стратегіям подолання стресу та адаптації до хронічних захворювань, підтримку у важливі періоди.

Отже, психологічний супровід хворих на цукровий діабет у хірургічному стаціонарі є необхідною складовою лікувального процесу, яка сприяє покращенню якості життя пацієнтів, їхній емоційній стабільності та здатності до адаптації в умовах хвороби. Структурований і комплексний підхід до психологічної допомоги дозволяє знижувати стрес та тривожність, мотивувати до дотримання режиму лікування, а також підтримувати психоемоційний стан хворих і їх родин. Розвиток нових методів психологічної підтримки є важливим елементом в оптимізації процесу лікування хворих на цукровий діабет.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Артюхова А.В. Особливості психологічного здоров'я людей в період пандемії COVID-19. *Психологічний часопис: науковий журнал*. Київ, 2020. Т. 6, вип. 6(38). С. 19–28
2. Глушко Л.В. Внутрішня медицина: у 2 ч. Ч. 1. Розділи 1–8 : підручник / за ред. Л.В. Глушко, С.В. Федоров, І.М. Скрипник. Київ, 2019. 680 с.
3. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : кол. монографія / за заг. ред. Ю.Д. Бойчука. Харків : Вид. Рожко С.Г., 2017. 488 с.
4. Карамушка, Л.М. Копінг-стратегії: сутність, підходи до класифікації, значення для психологічного здоров'я особистості та організації. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць* / за ред. С.Д. Максименка. Київ: Логос, 2020. Т. 1: Вип. 55. С. 23–30.
5. Омельченко, Ю.О. Мотивація як чинник збереження психологічного здоров'я. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць* / за ред. С. Д. Мак. Київ : ТОВ «Талком», 2017. Т. 11. Вип. 15. С. 389–395.
6. Паньків В.І. Цукровий діабет, переддіабет і серцевосудинні захворювання. *Практична ангіологія*. 2007. № 1(6). С. 4–10.
7. Психологія здоров'я людини: навч. посіб. / І.В. Толкунова, О.Р. Гринь, І.І. Смоляр, О.В. Голець; за ред. І.В. Толкунової. Київ, 2018. 156 с.
8. Тронько М.Д. Гендерні та статеві особливості цукрового діабету. Київ : Тріумф, 2018. 208 с.
9. Cowie C.C. Prevalence of diabetes and impaired fasting glucose in adults in the U.S. population: National Health And Nutrition Examination Survey. *Diabetes Care*. 2016. Vol. 29. P. 1263–1268.
10. Dall T.M., Zhang Y., Chen Y.J. et al. The economic burden of diabetes. *Health Aff.* 2020. Vol. 29, № 2. P. 297–303
11. Gregg E.W. Trends in the prevalence and ratio of diagnosed to undiagnosed diabetes according to obesity levels in the U.S. *Diabetes Care*. 2014. Vol. 27. P. 2806–2815
12. Wild S., Roglis G., Green A. et al. Global prevalence of diabetes: estimates for the year 2000 and projection for 2030. *Diabetes Care*. 2022. Vol. 27, № 5. P. 1047–1053.