

КУРОРТНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ: ИСТОРИЯ, ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ (НА МАТЕРИАЛЕ КУРОРТА БЕЛОКУРИХА)

А.В. Суховершин (Белокуриха), Г.В. Залевский (Томск)

Аннотация. Отражена история зарождения и развития психотерапии на курортах нашей страны, в частности становления психотерапии на крупнейшем в Сибири федеральном курорте Белокуриха. Рассматриваются вопросы особенностей применения методов психотерапии в санаторно-курортной практике, современное состояние и перспективы развития психотерапии в комплексе санаторной реабилитации.

Ключевые слова: курорт, Белокуриха, психотерапия, психология.

Курорт Белокуриха – крупнейший в Азиатской России, он находится на юге Алтайского края в живописных отрогах Чергинского хребта на высоте 250 м над уровнем моря, в 200 км от краевого центра – г. Барнаула.

В 2007 г. курорту Белокуриха исполнилось 140 лет. Курорт имеет статус федерального значения, его относят к уникальным бальнеологическим лечебницам Российской Федерации (Постановление Правительства РФ от 31.10.1999 г. №1204 «Положение о курорте федерального значения Белокуриха»; Методические указания МЗ РФ № 99/228 от 22.12.99 г. «Перечень курортов России с обоснованием их уникальности по природным лечебным факторам»). Это современный санаторно-курортный комплекс, состоящий из 14 санаториев и полутора десятков пансионатов общей вместимостью до 5 000 человек, что позволяет оздоравливать в год более 60 000 пациентов из разных уголков России – Сибири, Урала, Дальнего Востока, а также республик Средней Азии и дальнего зарубежья.

Курорт специализируется на профилактике и восстановительном лечении заболеваний эндокринной, центральной и периферической нервной системы, сердечно-сосудистых заболеваний, патологии опорно-двигательного аппарата и костно-мышечной системы, кожных, гинекологических, урологических и андрологических заболеваний.

Основные методы лечения, применяемые на курорте, связаны с климатическими и бальнеологическими процедурами на основе минеральных азотно-кремнистых радонсодержащих термальных вод.

Лечебные факторы курорта издавна потенцируются и опосредуются психотерапевтическими воздействиями, об этом свидетельствуют распространявшиеся далеко за пределы Сибири легенды о целебной силе горячих источников с самого начала их использования.

Эрнст Кречмер в своей «Медицинской психологии» писал, что «пребывание на курорте, во время которого немного купаются, лечатся электризацией, проводя время за хорошей едой, флиртом, болтовней и тягостным бездельем, представляет собой такую форму лечения, благодаря которой и здоровый человек по истечении некоторого времени может

стать неизлечимым ипохондриком и тунеядцем», тем самым он подчеркивал особое значение все более возраставшего в то время понимания вопросов использования приемов психотерапии в санаториях [5].

Еще в царской России, в 1909 г., редактор журнала «Психотерапия» Н.А. Вырубов выпустил брошюру о психотерапии в санаториях. В 1930 г. в монографии по курортной неврологии Н.А. Тюленев подчеркивал положительную роль психотерапии на курорте. Уже в первом десятилетии становления курортной системы в советской стране предпринимались разрозненные попытки применения специальной психотерапии – главным образом гипнотерапии, в санаториях Украины, Крыма и Черноморского побережья Кавказа отдельными энтузиастами (Д.А. Смирнов, В.Г. Дик, К.И. Платонов, М.П. Кутанин, В.М. Кислов) [7].

В послевоенные годы целый ряд врачей (М.Д. Танцюра, И.А. Потоцкий, И.А. Жуков, В.К. Канцедаль, Я.И. Бараш) в условиях курорта постепенно переходят к более систематическому и более широкому применению гипнотерапии, организуя кабинеты психотерапии, что в дальнейшем и определило начало научного периода развития психотерапии на курортах нашей страны.

С 1954 по 1962 г. психотерапия на курортах проводилась на общественных началах, преодолевались консерватизм и недоверие некоторой части медицинской общественности к психотерапии. В течение этих лет на базе курса психотерапии при Украинском институте усовершенствования врачей обучены первые врачи психотерапевты-курортологи [10]. После проведения первой конференции по психотерапии в 1962 г. на Славянском курорте была начата планомерная работа по внедрению психотерапии в курортологию. В 1964 г. в республиканской конференции участвовали все ведущие психотерапевты страны: профессора В.Н. Мясичев, К.И. Платонов, И.З. Вельвовский, Е.С. Катков, М.С. Лебединский, Н.В. Иванов, крупнейшие клиницисты академики Н.И. Гращенко, И.А. Кассирский, профессора курортологи Б.В. Лихтерман, Г.Л. Каневский, Б.В. Богуцкий. Были определены два решающих положения: о развитии «большой» лечебной психотерапии и внедрении деонтологической культуры и принципов психогигиены во все звенья работы на курорте. В 1964 г. санаторий «Березовские минеральные

воды» утвержден как всесоюзный базовый по психотерапии, где в 1966 г. открыт курортный филиал харьковской кафедры психотерапии [1, 7].

Коллегия Центрального курортного совета по управлению курортами профсоюзов постановлением от 26 июля 1971 г. ввела психотерапию как обязательный элемент в общей системе лечения и обслуживания в курортологии, утвердила Типовое положение о кабинете психотерапии санатория и Инструкцию о правах и обязанностях врача кабинета психотерапии [10]. В 1972 г. проводится первая Всесоюзная научно-практическая конференция «Психотерапия и деонтология в комплексе лечения и реабилитации больных на курорте». С этого периода психотерапия на курортах заняла прочное место.

На курорте Белокуриха пионером применения врачебных психотерапевтических методов в середине 60-х гг. XX в. был врач-невропатолог К.А. Екатеринбург (1914 г. рождения), ныне здравствующий, проработавший психотерапевтом на курорте более 30 лет (с 1961 по 1993 г.). Он первым стал применять гипносуггестивную психотерапию, которой овладел еще во время обучения в 1942 г. в Сибирском медицинском институте в Томске у профессора Н.Н. Бойдунова (ученик академика И.П. Павлова). Заметив возрастающую популярность врача и эффективность использования гипнотерапии в лечении больных неврозами, руководство курорта направило К.А. Екатеринбург на специализацию по психотерапии в Украинский институт усовершенствования врачей к профессору И.З. Вельвовскому (первая кафедра психотерапии, созданная в Советском Союзе в 1962 г., в Харькове). В дальнейшем, с 1972 г., в базовом санатории «Белокуриха» была официально выделена ставка врача-психотерапевта, открыты кабинет психотерапевта и гипнотарий, и с этого времени психотерапия стала занимать важное место в комплексе санаторно-курортного лечения пациентов с психосоматическими заболеваниями и неврозами.

В семидесятых годах молодые энтузиасты врачи невропатологи Л.И. Черданцева, чуть позже А.В. Суховершин, М.П. Логачев, терапевты В.М. Кудря, О.К. Медведев приняли эстафету применения методов психотерапии в здравницах курорта Белокуриха. Подготовку по психотерапии они проходили в Украинском институте усовершенствования врачей на кафедре психотерапии у профессора А.Т. Филатова. Наступил этап активного развития психотерапии на курорте Белокуриха. С этого времени кабинеты психотерапии стали открываться в санаториях «Алтай», «Сибирь», «Катунь», «Россия». Началась систематическая работа по организации психогигиенической, психопрофилактической и психотерапевтической помощи отдыхающим. В этот период на курорте Белокуриха основными задачами кабинетов психотерапии в санаториях являлись:

– оказание психотерапевтической помощи больным с пограничными нервно-психическими расстройствами;

– опосредование и потенцирование бальнеологических и физиотерапевтических процедур с целью повышения эффективности санаторно-курортного лечения;

– обучение персонала здравниц правилам медицинской психологии, этики и деонтологии, соблюдение сотрудниками, как называл ее И.З. Вельвовский, «стерильности слова и поведения»;

– проведение широкой психогигиенической и психопрофилактической работы среди отдыхающих.

Практика работы врачей здравниц показала, что психотерапия становится одним из важных звеньев в основном комплексе лечебно-реабилитационных мероприятий на курорте и требует необходимого совершенствования. Развитие психотерапии на курорте в то время предусматривало организационную и качественную перестройку всей лечебно-профилактической работы. Особое значение Центральным курортным советом и руководством курорта придавалось внедрению, по определению К.И. Платонова, «малой» психотерапии, психотерапевтической культуры во все элементы диагностики, лечения и ухода за больными, принципов психопрофилактики и психогигиены.

Эти задачи возлагались на кабинеты психотерапии, врачи которых организовывали и проводили также «внекабинетную психотерапию», т.е. косвенную, опосредующую и стимулирующую психотерапию с использованием физиолечения, бальнеотерапии, лечебной гимнастики для усиления действенности специфических для данного курорта природных климатических и бальнеологических факторов. По образному выражению И.З. Вельвовского: «Психотерапия, начавшись еще при прибытии больного в приемное отделение, сопровождала его и окружала его на всех этапах лечения, воплощаясь в психотерапевтической вербализации всех общений, действий и лечебных манипуляций», что создавало своеобразную атмосферу «психотерапевтического окружения» [2]. Врачи-психотерапевты разрабатывали различные памятки по деонтологии и методические материалы по «малой» психотерапии для медицинского персонала физиотерапевтических кабинетов, водолечебницы, курортной поликлиники.

Основными методами психотерапии в данный период на курорте были рациональная психотерапия, гипнотерапия, музыкальная терапия в сочетании с релаксацией, различные модификации и варианты аутогенной тренировки, приемлемые для санаторно-курортных сроков лечения.

Расширению психотерапевтической службы на курорте способствовал приказ № 750 Минздрава СССР по психотерапии в 1985 г. Так, в 1987 г. на

базе санатория «Белокуриха» и в 1993 г. в санатории «Россия» были организованы выездные циклы усовершенствования по медицинской психологии и психотерапии силами сотрудников кафедры психотерапии Центрального института усовершенствования врачей (Москва). Это позволило значительно повысить уровень подготовки психотерапевтов, врачей-курортологов и вместе с тем качество психотерапевтической помощи.

В 1988 г. Методический совет курорта Белокуриха назначил главным внештатным психотерапевтом курорта А.В. Суховершина. Появилась возможность осуществлять организационно-методическое руководство и координацию работы всех психотерапевтов, обмениваться опытом, привлекать главных врачей здравниц к решению организационных проблем развития психотерапевтической службы. Активно приглашались специалисты кафедр психиатрии и психологии Алтайского, Новосибирского государственных медицинских институтов, Томского государственного университета для оказания консультативной и методической помощи, проведения обучающих семинаров.

В 90-е гг. врачи А.В. Суховершин, Т.С. Эфендиева под руководством заведующего кафедрой психиатрии Алтайского государственного медицинского института профессора Б.Н. Пивень проводили научно-исследовательскую работу по оптимизации помощи больным с нервно-психическими расстройствами экзогенно-органической природы на санаторно-курортном этапе реабилитации. Учитывая, что данная патология относится к труднокурабельной и имеет склонность к прогрессивному течению, очевидна необходимость поиска новых методов курортной реабилитации. Поэтому в комплексе восстановительного лечения больных с последствиями черепно-мозговых травм с непсихотическими нервно-психическими расстройствами, наряду с традиционной бальнеотерапией, современной микроволновой биорезонансной крайневысокочастотной терапией стали применять интегративные методы психотерапии. Клинические исследования, проведенные врачами санатория «Россия» за несколько лет, катamnестические данные (более 150 больных), объективные методы диагностики выявили стойкий позитивный эффект у 76% больных: отмечалась редукция астеновегетативных, цефалгических и аффективных нарушений, улучшались когнитивные функции. Данные исследования опубликованы в центральной печати, трех монографиях, доложены на международных конгрессах врачей [9, 19].

В последнем десятилетии XX в. началось активное внедрение зарубежных методов лечения в области психотерапии на курорте Белокуриха. В 1991 г. после обучения в Москве на кафедре психотерапии Центрального института усовершенствования врачей психотерапевты санатория «Россия» А.В. Суховершин,

А.А. Кирюшов, А.В. Пантин стали применять в своей практике клиническую трансперсональную психотерапию при невротических депрессиях [12, 14, 16].

В 1998 г. на базе санатория «Россия» по инициативе заведующего кафедрой клинической психологии Томского государственного университета профессора Г.В. Залевского был проведен международный семинар по когнитивно-поведенческой психотерапии для курортологов психотерапевтов и психологов Сибири с участием психотерапевтов, психологов и психиатров из Германии (Г. Кунце, П. Шюлер, Х. Эвер). Была создана Сибирская ассоциация бихевиоральной психотерапии [3].

В 1999 г. врачи-психотерапевты курорта были приглашены немецкими коллегами в Германию для обмена опытом в Институт психотерапии (Марбург), где ознакомились с работой психиатрических клиник и психотерапевтических центров в крупных городах Германии. Приняли участие в работе 29-го Европейского конгресса по бихевиоральной психотерапии (Дрезден), совместно с профессором Г.В. Залевским представили доклад «О развитии когнитивно-бихевиоральной психотерапии в Сибири» [20].

В настоящее время специалисты здравниц курорта Белокуриха применяют не только отечественные методы психотерапии (гипноз, методы релаксации, терапия творческим самовыражением, дианализ), но также успешно используют эклектические подходы, интегративные направления современной зарубежной психотерапии, адаптированные к условиям нашей страны (трансперсональная, телесно-ориентированная, когнитивно-поведенческая психотерапия, гештальттерапия, транзактный анализ, символдрама, элементы арттерапии и нейролингвистического программирования, психотерапия с компьютерным биоуправлением).

Ежегодно врачи курорта Белокуриха обмениваются опытом психотерапевтической работы на международных форумах по курортологии, что способствует дальнейшей интеграции новых технологий психотерапии в курортную практику врачей психотерапевтов [13, 15, 16].

На современном этапе в каждом санатории курорта Белокуриха имеются кабинеты психотерапии, отличающиеся необычным дизайном, в крупных здравницах организованы психотерапевтические отделения, оснащенные современным аудиовизуальным оборудованием, штаты врачей-психотерапевтов, все врачи имеют сертификаты специалистов-психотерапевтов и квалификационные категории, многие из них являются членами Российской психотерапевтической ассоциации и Независимой психиатрической ассоциации России.

Разумеется, в санаторно-курортной практике применение психотерапии имеет некоторые особенности, а именно:

1. Ограниченность срока лечения в связи с временными лимитными рамками пребывания пациентов на курорте – от 10 до 21 дня.

2. Большое число больных, приходящихся на одного врача в санатории, отсутствие директивных документов, регламентирующих нагрузку врача психотерапевта.

3. Необходимость в сжатые сроки охватить значительное количество больных, что ограничивает количество сеансов индивидуальной и групповой психотерапии.

4. Предпочтение пациентами индивидуальных сеансов психотерапии, что требует увеличения количества специалистов в области психотерапии в штатном расписании здравниц.

5. Большой процент больных с психосоматическими заболеваниями с преобладанием в клинической картине тревожно-депрессивной симптоматики.

6. Значительный полиморфизм и затяжной характер невротических расстройств в клинике неврозов, их патоморфоз, соматическая отягощенность.

7. Широкий круг психологических проблем, с которыми отдыхающие обращаются за помощью к психотерапевту: дисгармония межличностных отношений, трудности социальной адаптации личности к изменяющимся условиям жизни, возрастные кризисы, социальные девиации, внутриличностный душевный дискомфорт и т.д.

8. Проведение психотерапии без применения медикаментозных средств на фоне воздействия природных и преформированных лечебных факторов.

9. Своеобразная идеализация курорта – большие надежды пациентов на высокую эффективность санаторно-курортного лечения.

Так как проблема выбора методов психотерапии осложняется жестким дефицитом времени, в этой связи наиболее оправданно в санаторно-курортной практике применение краткосрочных интегративных мультимодальных психотерапевтических технологий. В недалеком прошлом курортная психотерапия традиционно носила характер симптоматической помощи пациенту (гипнотерапия, косвенная психотерапия и др.), что давало недостаточно высокую стойкость лечебного эффекта. Возвращаясь в психотравмирующую обстановку, оставаясь с теми же патологическими формами реагирования, больной зачастую быстро терял тот эффект оздоровления, который получал на курорте [11]. В настоящее время

нужна другая психотерапия, помогающая восстанавливать такие важнейшие свойства личности, как активность, оптимизм, самостоятельность, сознательность, способность делать собственный выбор в жизни и нести за него ответственность. Современные методы психотерапии – аналитическая, личностно- и социально-ориентированная, поведенческая, экзистенциальная, гуманистическая – отвечают на эти запросы времени. Поэтому у курортного психотерапевта сегодня иные задачи: разобраться в психологической дезадаптации пациента, откорректировать его неадекватные личностные установки и как следствие этого создать предпосылки к преодолению различных психологических трудностей, помогать находить новые эффективные стратегии поведения, оздоравливать и активировать личность больного, превращать его в непосредственного участника лечебно-оздоровительного процесса на фоне благоприятно действующих факторов курорта, что в дальнейшем поможет развивать ресурсные состояния и сохранять здоровье.

Таким образом, современный этап становления психотерапии на курорте Белокуриха связан с развитием отечественных направлений психотерапии на основе интеграции достижений современной зарубежной психотерапии.

Будущее курортной психотерапии в первую очередь зависит от перспектив развития клинической психологии и психотерапии в Российской Федерации, от уровня совершенствования теоретической и практической подготовки курортных специалистов в области психотерапии в соответствии с современным уровнем ее развития в мире.

Целесообразна организация на курорте новых форм психотерапевтической помощи в виде укрупненного психологического консультативного центра, где одновременно работают психотерапевты, психиатры, психологи, неврологи, сексологи, социологи.

Отсутствие в последние годы интереса к курортной психотерапии со стороны академической науки вызывает большую озабоченность. Назрела необходимость дальнейшей научной разработки теоретических основ и методологических подходов в современной курортной психотерапии и психологии, внедрения в курортную практику достоверных с научной точки зрения краткосрочных интегративных психотерапевтических технологий, основанных на принципах научной психологии и доказательной медицины.

Литература

1. Вельвовский И.З., Каневский Г.Л., Мушер Я.М. Организационно-методические принципы построения психотерапевтической помощи в санаториях и курортных поликлиниках // Психотерапия в курортологии / Под ред. И.З. Вельвовского. Харьков: Прапор, 1968. С. 7.
2. Вельвовский И.З., Липгарт Н.К., Багалеи Е.М., Сухоруков В.И. Психотерапия в клинической практике. Киев: Здоров'я, 1984. С. 150–151.

3. Залевский Г.В., Суховершин А.В. Информация о 29-м Конгрессе Европейской ассоциации бихевиоральной и когнитивной психотерапии (ЕАВСТ) // Сибирский психологический журнал. 1999. № 11. С. 137.
4. Крачков Ю.В., Суховершин А.В. Вопросы деонтологии в курортной практике // Научные труды. Новосибирск, 1986. Т. 124. С. 126.
5. Кречмер Э. Медицинская психология: Пер. с нем. / Изд. подгот. В.А. Луков. СПб.: Союз, 1998. С. 427–428.
6. Макаров В.В. Психотерапия нового века. М.: Академический проект, 2001. С. 496.
7. Кутанин М.П. Значение психотерапии и психогигиены на курорте // Психотерапия в курортологии / Под ред. И.З. Вельвовского. Киев: Здоров'я, 1966. С. 3–37.
8. Пантин А.В. Современные методы психотерапии в санатории «Россия» // Курортные ведомости. М., 2001. № 6. С. 33.
9. Пивень Б.Н. Экзогенно-органические заболевания головного мозга. М.: Медицина, 1998. С. 138.
10. Полторанов В.В., Слущкий С.Я., Мушер Я.М. Психотерапия и деонтология в комплексе лечения и реабилитации больных на курорте. Харьков, 1979. С. 4–5.
11. Рожнов В.Е., Бараш Я.И. Психотерапия в санаторно-курортной практике // Руководство по психотерапии / Под ред. В.Е. Рожнова. Ташкент: Медицина УзССР, 1979. С. 571–585.
12. Рыбалко М.И., Ермолаев Л.М. Очерки истории развития психиатрии на Алтае. Барнаул, 2000. С. 323.
13. Суховершин А.В., Эфендиева Т.С. Психотерапия в комплексном лечении больных невротами на курорте Белокуриха // Сборник научно-практических работ врачей санаторно-курортных учреждений профсоюзов. М.: Профиздат, 1987. С. 159.
14. Суховершин А.В., Южаков Г.М. Психотерапия на курорте Белокуриха: прошлое, настоящее и будущее // Материалы конференции «Актуальные вопросы психиатрии, наркологии и психотерапии». Барнаул, 2003. С. 78.
15. Суховершин А.В., Пантин А.В. Интеграция краткосрочных психотерапевтических методов в санаторно-курортных условиях // Материалы Международного конгресса «Здравница-2004»: Актуальные проблемы восстановительной медицины, курортологии и физиотерапии. СПб., 2004. С. 238–239.
16. Суховершин А.В., Пантин А.В. Клиническая трансперсональная психотерапия депрессий в санаторно-курортной практике // Сборник тезисов I Международного конгресса «Психосоматическая медицина-2006». СПб., 2006. С. 181.
17. Fitzgerald P.V. Conversation in Psychotherapy. Northvale, Jason Aronson: Inc. New Jersey; London, 1992. 320 p.
18. Garfield S. The practice of brief psychotherapy. Second ed. John Wiley & Sons, Inc. 1998. 250 p.
19. Sukhovershin A.V. Combined UHF-Radonotherapy of Traumatic Encephalopathy // XII world congress of psychiatry. Yokohama, 2002. P. 266.
20. Zalevsky G.V., Sukhovershin A.V. BCT in Russia // Sibiria Peculiarities of Development and international cooperation today 29th Annual Congress of the EABCT. Dresden, 2002.

THE HISTORY OF FORMATION OF PSYCHOTHERAPY ON BELOKURIKHA'S RESORT

A.V. Sukhovershin (Belokuricha), G.V. Zalevsky (Tomsk)

Summary. The article is devoted to the history of foundation and development of psychotherapy in the health resorts of Russia. The article deals with the becoming of psychotherapy on the Federal resort Belokurikha, the largest in Siberia.

A special attention is paid to the features of application of the psychotherapeutic methods in a sanatorium practice and modern condition and prospects of development of psychotherapy in a complex of sanatorium rehabilitation.

Key words: resort, psychotherapy, psychology, Belokurikha.