

Дистанційна підтримка
на фронті стресу:
подолання тривоги та
депресії в умовах війни в
Україні



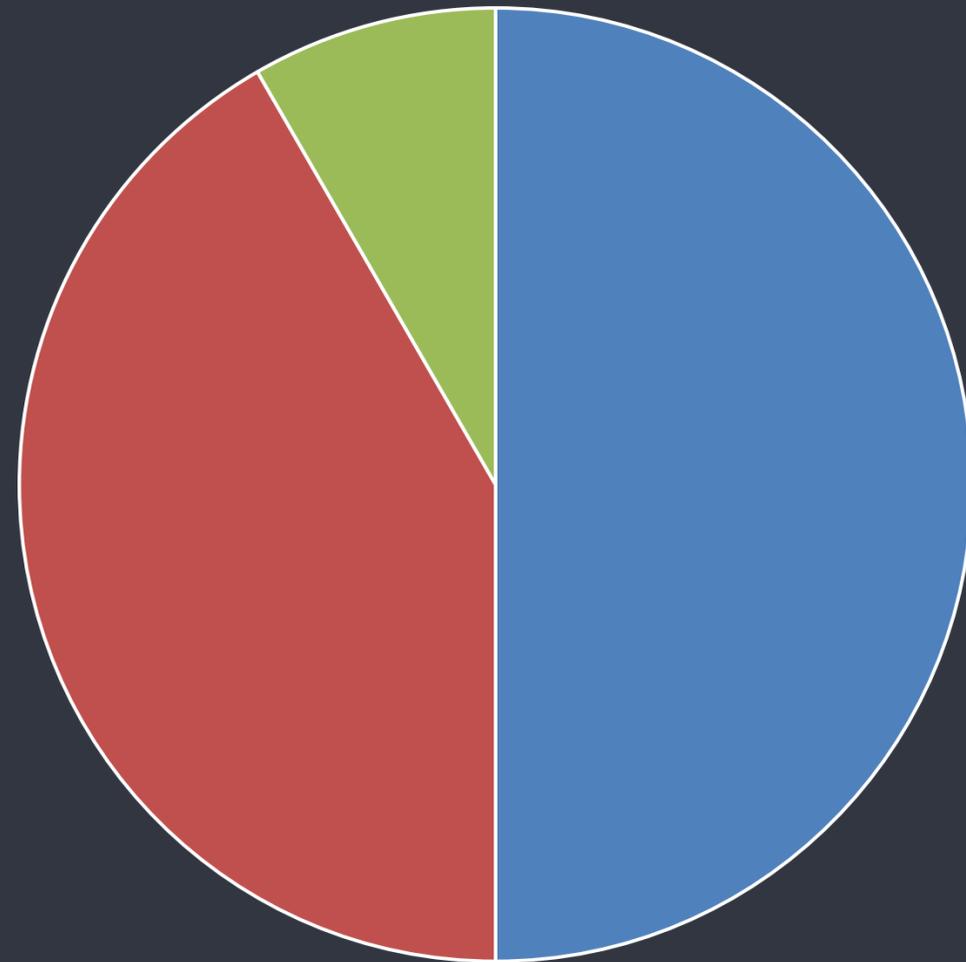
Бурдейний Андрій Олександрович
Асистент кафедри медичної психології, психосоматичної медицини та психотерапії
Навчально-наукового інституту психічного здоров'я
Національного медичного університету імені О.О. Богомольця

Повномаштабне вторгнення не тільки змінила ритм і повсякденне життя українців, але й спричинила глибокі соціокультурні та економічні трансформації. Масова мобілізація нації та велика кількість добровольців в армії свідчать про високий рівень патріотизму та готовності захищати свою країну.

Травма, що пов'язана з війною, — це надзвичайна подія, яка становить загрозу життю чи здоров'ю через те, що особа безпосередньо піддається насильству і стає свідком жорстокості. Безпосередній вплив на війну є згубною життєвою подією, яка може призвести до довгострокових змін у психічному благополуччі, психологічної шкоди та розладів психічного здоров'я, таких як посттравматичний стрес, депресія, тривога та страждання у дорослих і дітей.

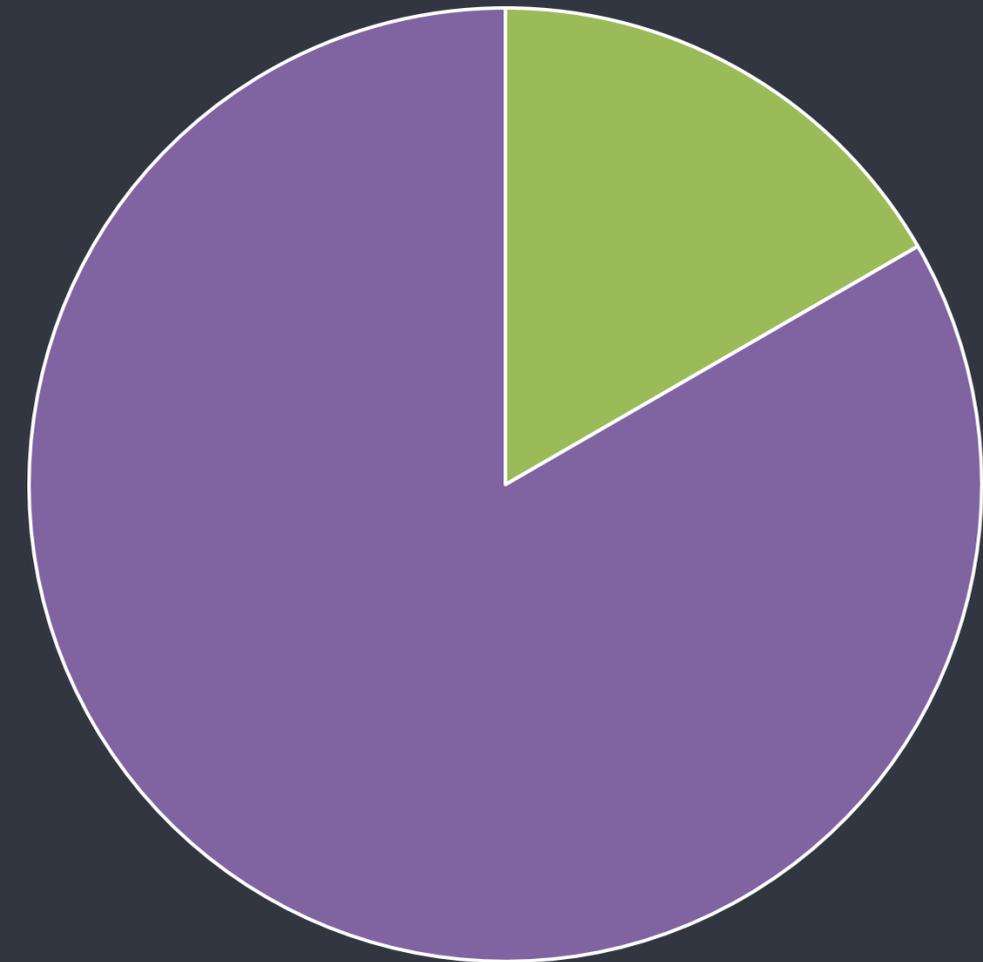
На зустріч створенню безпечних умов психологічної допомоги населенню України, дистанційна психологічна допомога постає як первинний якісний механізм втручання, в основі якої стоїть комфорт та безпека для фахівця сфери психічного здоров'я та постраждалого внаслідок зовнішніх факторів.

General Anxiety Disorder-7
Intervention Group Day - 60



■ Minimal anxiety ■ Mild anxiety
■ Moderate anxiety ■ Severe anxiety

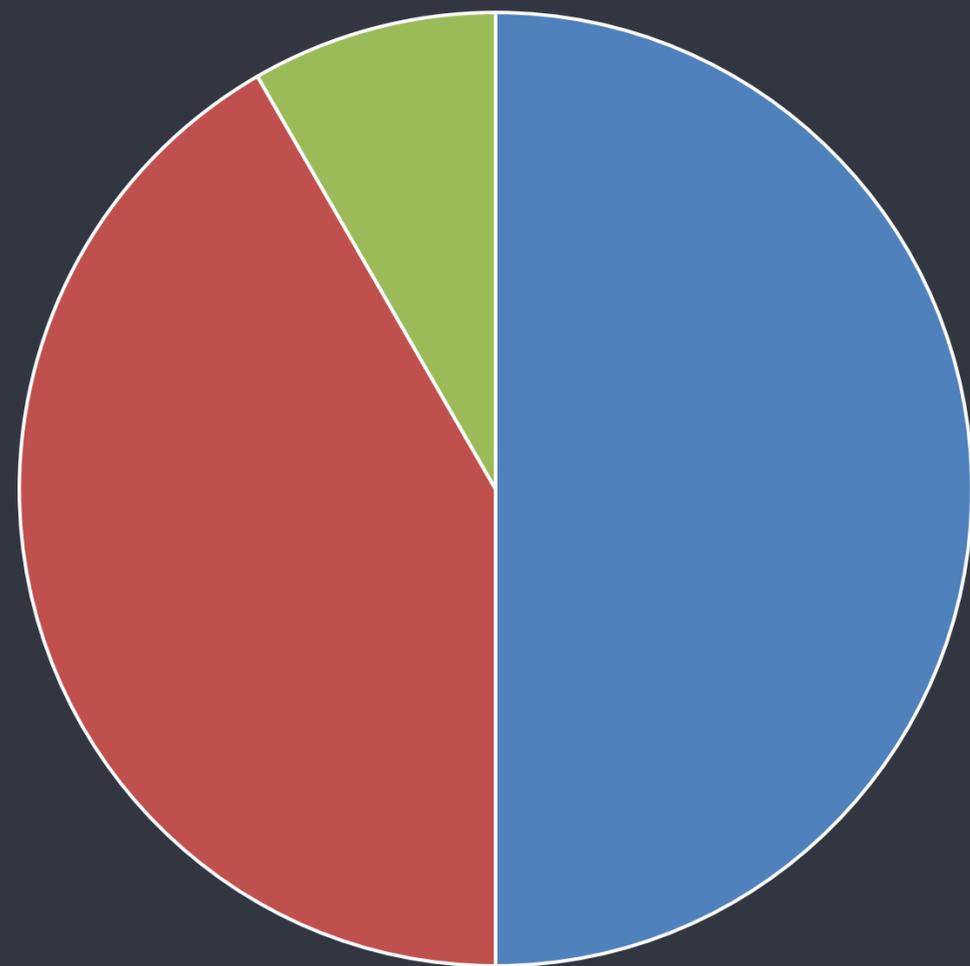
General Anxiety Disorder-7
Control Group Day - 60



■ Minimal anxiety ■ Mild anxiety
■ Moderate anxiety ■ Severe anxiety

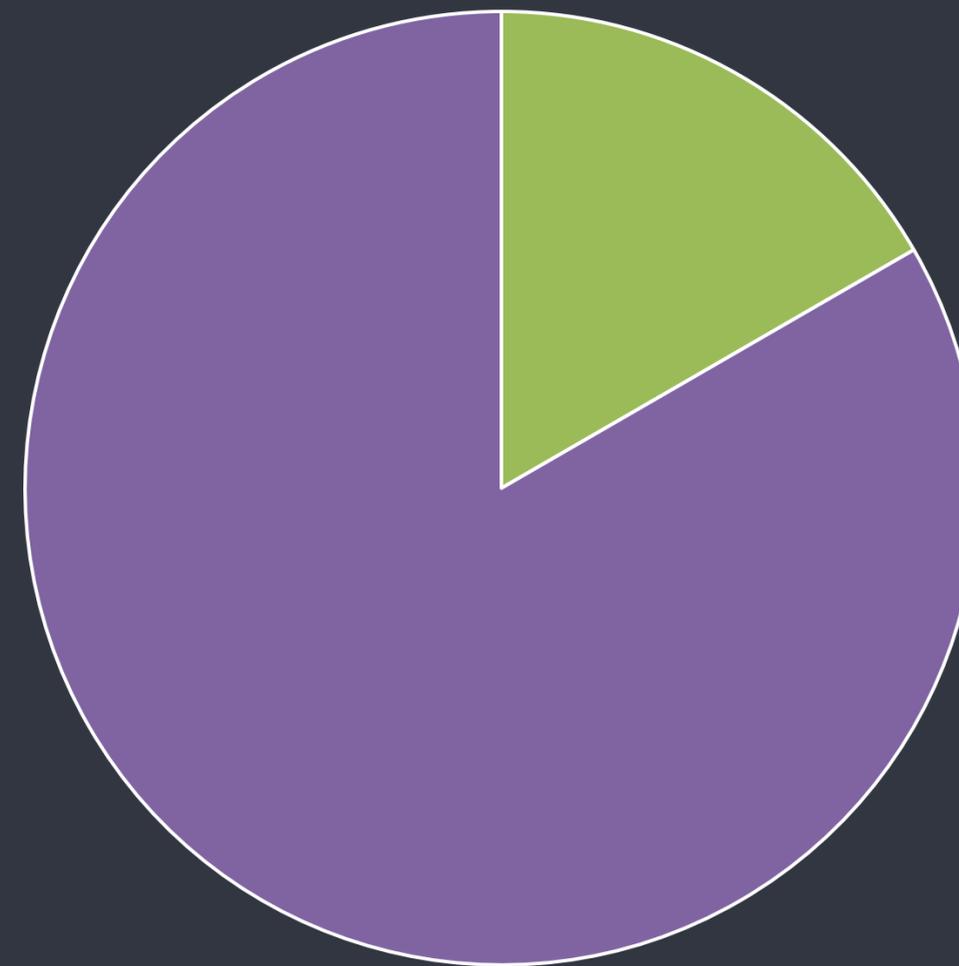
За шкалою GAD-7 показники досліджуваної групи: мінімальний рівень 6 (50%), легкий рівень 5 (42%) та помірний рівень 1 (8%) тривожності, в той час як контрольна група показала результат помірного рівня 2 (16,7%) та важкого рівня 10 (83,3%) тривожності. Ця різниця є статистично значущою ($p < 0,001$).

Patient Health Questionnaire-9
Intervention Group Day - 60



■ Minimal anxiety ■ Mild anxiety
■ Moderate anxiety ■ Severe anxiety

Patient Health Questionnaire-9
Control Group Day - 60



■ Minimal anxiety ■ Mild anxiety
■ Moderate anxiety ■ Severe anxiety

За шкалою PHQ-9 показники досліджуваної групи: відсутність депресії 2 (16,7%), легкий ступінь 7 (58%) та помірний ступінь 4 (25,3%) депресії, в той час як контрольна група показала результат вираженої ступені 5 (42%) та тяжкого ступеня 7 (58%) депресії. Ця різниця також є статистично значущою ($p < 0,001$).