



Менеджмент хворого з тривожними розладами військового часу

**Професор Кожина Г.М.
Професор Піонтковська О.В.**

Харківський національний медичний університет



Тривожні розлади воєнного часу

- ✓ Надмірна «токсична» тривога
- ✓ Надмірна, невиправдана лякливість
- ✓ Надмірна турбота про безпеку в ситуаціях, що цього не потребують

«Тунельне мислення»
тривожні думки про майбутнє,
неможливість уявити
альтернативу в розвитку подій

- ✓ Нав'язливі думки про війну
- ✓ Непереборний страх смерті
- ✓ Занурення в переживання травматичної стресової події

Саморетравматизація
румінація як небажане та нездоланне повторне переживання події у вигляді нічних жахів та/або флешбеків

Неможливість концентруватися
на ресурсах «тут і зараз»

Порушення планування
цілеспрямованої діяльності



Клінічний менеджмент хворих з тривожними розладами

Сепараційна тривога

КПТ, тренінги соціальних навичок, десенсибілізація, методи зниження тривожності (тренінги релаксації).

Сепараційна тривога

СІЗЗС та бензодіазепіни, допомагають контролювати почуття тривоги та страху.

Соціальний тривожний розлад, Агорофобія

КПТ, техніки систематичної десенсибілізації та наводнення

Соціальний тривожний розлад, Агорофобія

СІЗЗС та СІЗЗСiН, бензодіазепіни

Панічний розлад

КПТ, психодінамична психотерапія, методи відволікання уваги та дихальні вправи

Панічний розлад

СІЗЗС та СІЗЗСiН, бензодіазепіни

Генералізований тривожний розлад

КПТ, Тренінги з релаксації, вправи на відновлення дихання та медитація

Генералізований тривожний розлад

*СІЗЗС та СІЗЗСiН, небензодіазепіновий анксиолітик **буспірон***

Розлад адаптації

Підтримуюча психотерапія, вправи на відновлення дихання та медитація

Розлад адаптації з тривогою

*Ліки повинні бути спрямовані на симптоми пацієнта. Пацієнту, який відчуває тривогу - небензодіазепіновий анксиолітик **буспірон***



Американська асоціація щодо тривоги та депресії

Когнітивна поведінкова терапія

- ✓ Робота з травматичними спогадами
- ✓ Робота над емоціями
- ✓ Допомога в подоланні поведінки уникнення
- ✓ Підтримка у відновленні адаптації

Підтримуюча психотерапія

- ✓ Розмовний стиль
- ✓ Похвала, запевнення та заохочення
- ✓ Поради
- ✓ Раціоналізація
- ✓ Роз'яснення та інтерпретація

Експозиція

Пацієнти ставлять себе в ситуації, яких вони зазвичай уникають, з метою зменшення труднощів адаптації, які є наслідком їхнього розладу

Систематична десенсибілізація

Пацієнт поступово потрапляє в ситуації, яких він боїться, починаючи з тієї, якої він боїться найменше

Наводнення

Пацієнта просять потрапляти в ситуації, які асоціюються з тривогою, до тих пір, поки тривога, пов'язана з експозицією не вщухне

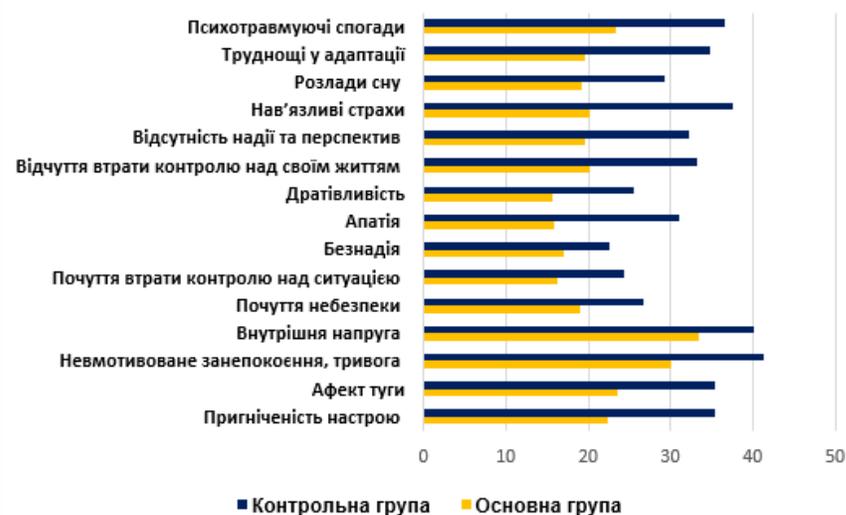
Дихальні вправи

Тренінги з релаксації

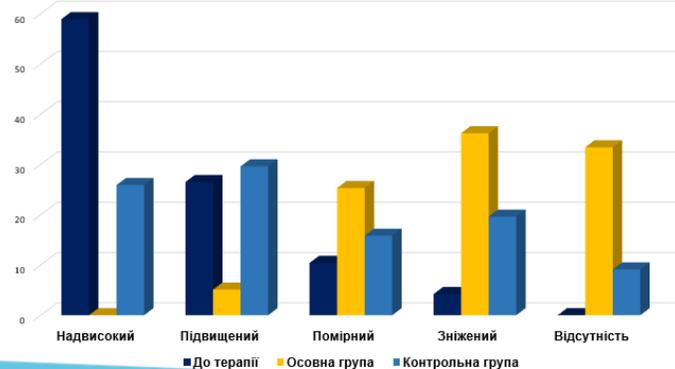
Психоосвіта



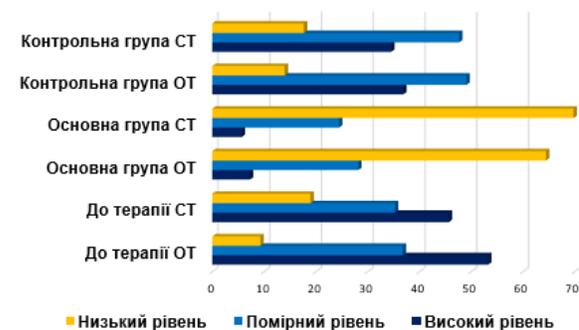
Динаміка психопатологічної симптоматики на тлі комплексної терапії у обстежених хворих (%)



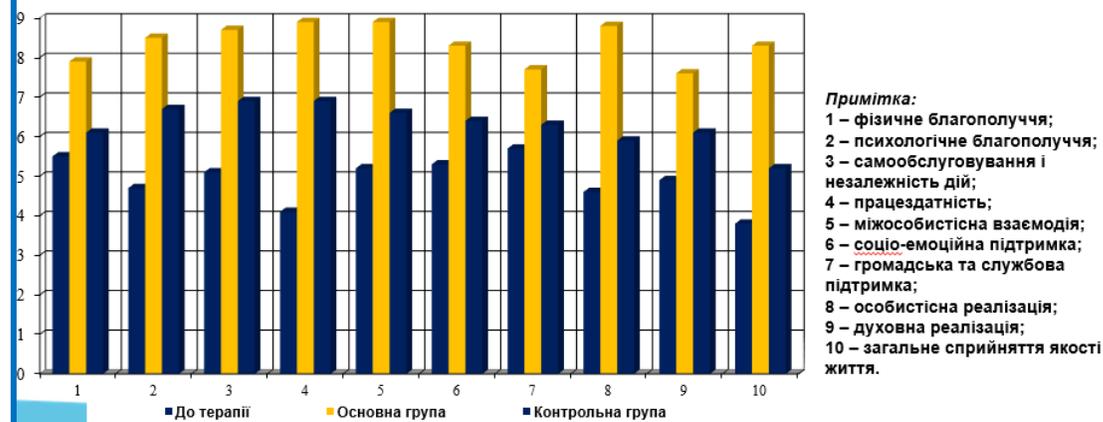
Динаміка рівня соціальної фрустрації у обстежених хворих за методикою «Діагностика рівня соціальної фрустрації» (%)



Динаміка показників ситуаційної та особистісної тривоги у обстежених хворих на тлі комплексної терапевтичної програми



Динаміка рівня якості життя у хворих на тлі проведення комплексної терапевтичної програми за шкалою оцінки інтегрованого показника якості життя (Mezzich, Coher, Ruiperez, Liu & Yoon, у модифікації Н.О. Марути) (%)



Примітка:
 1 – фізичне благополуччя;
 2 – психологічне благополуччя;
 3 – самообслуговування і незалежність дій;
 4 – працездатність;
 5 – міжособистісна взаємодія;
 6 – соціо-емоційна підтримка;
 7 – громадська та службова підтримка;
 8 – особистісна реалізація;
 9 – духовна реалізація;
 10 – загальне сприйняття якості життя.