

КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ПСИХІАТРИЧНОЇ ДОПОМОГИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМ ЗІ СТРЕС-АСОЦІЙОВАНИМИ РОЗЛАДАМИ В УМОВАХ ВІЙНИ

Стеблюк В.В. *, Кожина Г.М. **, Зеленська К.О. **,
Проноза-Стеблюк К.В. ***

*Міністерств оборони України

**Харківський національний медичний університет

***НДІ медичної реабілітації та курортології МОЗ України



Метальні наслідки тривалого військового конфлікту в Україні розвивалися нелінійно, відбиваючи чередування гострої та хронічної травматизації, що визначило принципово новий клінічний профіль на відміну від класичних постконфліктних когорт.

2014-2015

Фаза гострої травматизації

- ✓ Масовий розвиток гострих стресових реакцій
- ✓ Гострий стресовий розлад
- ✓ Розлади адаптації

2016-2021

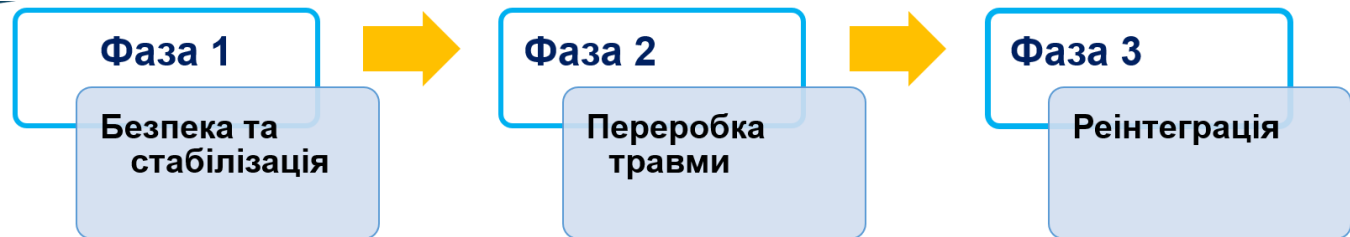
Фаза адаптації та хронізації

- ✓ Часткова адаптація населення
- ✓ Зростання коморбідності
- ✓ Хронізація гострих реакцій
- ✓ ПТСР, комплексний ПТСР

2022-2026

Фаза тотальної психотравматизації

- ✓ Кумулятивна травма
- ✓ Катастрофічне зростання ПТСР, комплексного ПТСР
- ✓ Синдром окопу
- ✓ Синдром дрон-індукованого стресу
- ✓ Цифрова травма
- ✓ Синдром повітряної тривоги



КРОК 1: СКРИНІНГ
PCL-5 / IES-R → якщо ≥ 31

КРОК 2: СТРУКТУРОВАНА ОЦІНКА
CAPS-5 + ITQ + C-SSRS + PHQ-9

КРОК 3: ВСТАНОВЛЕННЯ ДІАГНОЗУ
ПТСР, КПТСР, Коморбідність

КРОК 4: ЛІКУВАННЯ
Психотерапія, фармакотерапія, психоосвіта

КРОК 5: МОНІТОРИНГ
PCL-5 кожні 4 тижні; перегляд плану при $<20\%$ поліпшення через 8 тижнів

	Добова доза, мг	Рівень доказовості	Рівень рекомендацій
<u>Циталопрам</u>	20-40	IA	A+
<u>Есциталопрам</u>	10-20	IA	A+
<u>Пароксетин</u>	20-50	IA	A+
<u>Сертралін</u>	50-150	IA	A+
<u>Дулоксетин</u>	60-120	IA	A+
<u>Венлафаксин</u>	75-225	IA	A+
<u>Кломіпрамін</u>	75-260	IA	B+
<u>Прегабалін</u>	150-600	IA	B+
<u>Опіпрамол</u>	50-300	IB	O+

Травма-фокусована когнітивно-поведінкова терапія
Cognitive Behavioral Therapy

Десенсибілізація і корекція за допомогою руху очей
Eye Movement Desensitization and Reprocessing

Пролонгована експозиційна терапія
Prolonged Exposure Therapy

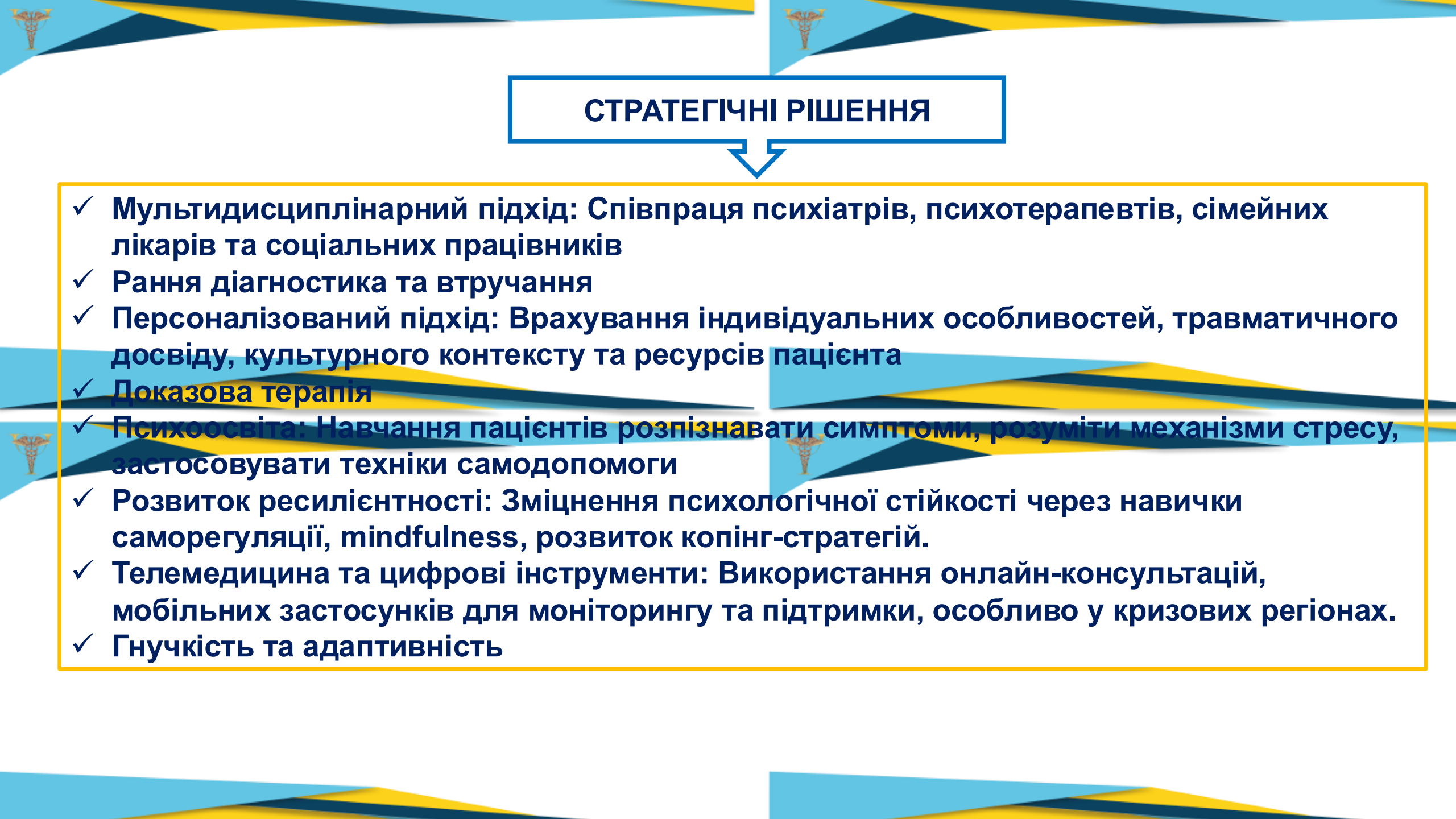
Терапія прийняття та прихильності
Acceptance and Commitment Therapy

VR-терапія

Схема-терапія
Schema Therapy

Техники релаксації.
Дихальні вправи

Майндфулнес-терапія
Mindfulness-based Cognitive Therapy



СТРАТЕГІЧНІ РІШЕННЯ

- ✓ **Мультидисциплінарний підхід:** Співпраця психіатрів, психотерапевтів, сімейних лікарів та соціальних працівників
- ✓ **Рання діагностика та втручання**
- ✓ **Персоналізований підхід:** Врахування індивідуальних особливостей, травматичного досвіду, культурного контексту та ресурсів пацієнта
- ✓ **Доказова терапія**
- ✓ **Психоосвіта:** Навчання пацієнтів розпізнавати симптоми, розуміти механізми стресу, застосовувати техніки самодопомоги
- ✓ **Розвиток ресилієнтності:** Зміцнення психологічної стійкості через навички саморегуляції, mindfulness, розвиток копінг-стратегій.
- ✓ **Телемедицина та цифрові інструменти:** Використання онлайн-консультацій, мобільних застосунків для моніторингу та підтримки, особливо у кризових регіонах.
- ✓ **Гнучкість та адаптивність**