

Организация оказания медицинской помощи пациентам с посттравматическим стрессовым расстройством

Что такое посттравматическое стрессовое расстройство?

Пережитая ситуация непосредственной угрозы собственной жизни и здоровью, жизни и здоровью близких чаще всего не проходит бесследно. У части пострадавших развивается посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) – наиболее тяжелое из психических расстройств, связанных со стрессом. Признаки ПТСР чаще всего проявляются не сразу после травмы, а спустя некоторый период мнимого благополучия, который может длиться от нескольких недель до полугода.

Как проявляется ПТСР?

Главный признак ПТСР – повторяющиеся навязчивые воспоминания о случившемся. Они не похожи на наши обычные воспоминания – человек полностью, вновь и вновь, погружается в шоковую ситуацию, испытывая при этом чувство страха. При этом, описать свое состояние словами он чаще всего затрудняется.

Частые приступы страха вызывают вторичные, дополнительные нарушения со стороны психики, которые могут быть такими:

1. Избегающее поведение. Приступ навязчивых воспоминаний о пережитом чаще провоцируется внешними факторами, например, встречей с определенными людьми, мелодией, запахом, пребыванием в определенном месте. Чтобы защитить себя, человек избегает факторов или ситуаций, провоцирующих приступ.

2. Социальная изоляция. Человек с ПТСР воспринимает свое состояние как принципиально непонятное окружающим. Он замыкается в себе, избегает общения, а попытки вывести его на разговор не находят отклика или вызывают раздражение.

3. Нарушения эмоциональной сферы могут быть представлены тоской с чувством вины и мыслями о собственной виновности, безразличием к окружающему, озлобленностью со вспышками агрессии или всеми этими проявлениями попеременно. Эти симптомы могут приводить как к суицидальным попыткам, так и к агрессии к окружающим.

4. Психосоматические симптомы проявляются болью различной локализации, одышкой, сердцебиением, тремором, тошнотой, при этом не имеют какой-либо объективной причины.

5. Нарушения сна: затрудненное засыпание, частые ночные пробуждения, кошмарные сны, воспроизводящие пережитую травму.

Пациенты с ПТСР для облегчения состояния нередко прибегают к алкоголю и запрещенным веществам, что создает дополнительные проблемы.

Это важно!

Пациенты с ПТСР в редких случаях обращаются за помощью самостоятельно, так как воспоминания о пережитом трудно выразить словами, они часто связаны с острыми чувствами стыда и вины. Обычно для обращения за помощью требуется содействие близкого человека или медицинского работника.

Может ли ПТСР пройти само?

К сожалению, в этом случае время не лечит. Без помощи специалиста симптомы ПТСР могут сохраняться месяцы и годы, и даже приобретать тенденцию к утяжелению.

Может ли ПТСР развиваться у детей и подростков?

Да, но проявления имеют определенные возрастные особенности.

Дети дошкольного возраста практически не могут выразить словами свои переживания, расстройство будет проявляться угнетенностью, замкнутостью, плохим аппетитом, поверхностным сном с ночными кошмарами.

Дети более старшего возраста нередко выражают травматические воспоминания в повторяющихся рисунках. У подростков ПТСР может проявляться, в том числе, грубостью, конфликтностью, протестным поведением.

ПТСР, развившееся у ребенка или подростка, без лечения может привести к патологическому (психопатическому) формированию личности.

Можно ли получить анонимную консультацию по телефону по поводу психических расстройств, связанных со стрессом?

Граждане, отмечающие у себя проблемы с психическим здоровьем и эмоциональным благополучием на фоне стресса, могут в круглосуточном режиме обратиться на «Горячую линию» по телефону **8(473)271-53-50 (Телефон доверия)**, где имеется возможность получить устную консультативную помощь по вопросам, связанным с психическим здоровьем, в том числе с его нарушениями на фоне психической травмы.

Какой врач оказывает помощь пациентам с ПТСР? Где принимает такой специалист?

Эффективную помощь пациенту с ПТСР может оказать только профильный специалист: врач-психиатр или врач-психотерапевт.

В нашей области такие специалисты ведут прием в 29 медицинских организациях:

КУЗ ВО «Воронежский областной клинический психоневрологический диспансер» - г. Воронеж, ул.20-летия Октября, 73 (взрослые, подростки) и г. Воронеж, ул. Кольцовская, 1 (дети до 15 лет).

БУЗ ВО «Воронежская городская клиническая поликлиника № 1»

БУЗ ВО «Воронежская городская клиническая поликлиника № 4»

БУЗ ВО «Воронежская городская клиническая поликлиника № 7»

БУЗ ВО «Воронежская городская клиническая поликлиника № 18»

БУЗ ВО «Аннинская районная больница»

БУЗ ВО «Бобровская районная больница»

БУЗ ВО «Богучарская районная больница»

КУЗВО «Борисоглебский психоневрологический диспансер»

БУЗ ВО «Бутурлиновская районная больница»

БУЗ ВО «Верхнемамонская районная больница»

БУЗ ВО «Верхнехавская районная больница»

БУЗ ВО «Воробьевская районная больница»

БУЗ ВО «Калачеевская районная больница»

БУЗ ВО «Каменская районная больница»

БУЗ ВО «Лискинская районная больница»

БУЗ ВО «Нижнедевицкая районная больница»

БУЗ ВО «Новоусманская районная больница»

БУЗ ВО «Ольховатская районная больница»

БУЗ ВО «Острогожская районная больница»

БУЗ ВО «Павловская районная больница»

БУЗ ВО «Панинская районная больница»

БУЗ ВО «Петропавловская районная больница»

БУЗ ВО «Поворинская районная больница»

БУЗ ВО «Рамонская районная больница»

БУЗ ВО «Россошанская районная больница»

БУЗ ВО «Семилукская районная больница»

БУЗ ВО «Хохольская районная больница»

ФГБУЗ Клиническая больница № 33 ФМБА России (г. Нововоронеж)

По поводу проблем с психическим благополучием на фоне стресса (в том числе при симптомах ПТСР) Вы можете обратиться в территориально ближайшую к Вам медицинскую организацию из этого списка. Вам потребуются только паспорт и СНИЛС. Необходимости в дополнительных обследованиях, получении направления от других врачей нет.

Как записаться на прием к врачам головного областного учреждения?

К врачу-психотерапевту КУЗ ВО «Воронежский областной клинический психоневрологический диспансер» можно записаться несколькими способами:

1. В Интернете через Личный кабинет пациента Воронежской области (<https://rmis36.ru/>)
2. В Интернете через ЕПГУ - Единый портал государственных услуг Российской Федерации;
3. По телефонам регистратуры 8(473)2029833; 8(473)2020281. Телефонная запись доступна с 8-00 до 19-00 в рабочие дни.
4. При личном обращении в регистратуру по адресам: г. Воронеж, ул.20-летия Октября, 73 (взрослые, подростки) и г. Воронеж, ул. Кольцовская, 1 (дети до 15 лет) с 8-00 до 19-00 в рабочие дни.

В тесном взаимодействии с медицинскими организациями психологическую помощь участникам СВО и их семьям оказывают некоммерческие организации.

За оказанием духовной и психологической помощи участникам СВО и их семьям Вы можете обратиться на горячую линию некоммерческой организации по телефону: 8(920) 228-19-78.