

ОБРАЩАЕМОСТЬ ТРУДОСПОСОБНОГО НАСЕЛЕНИЯ В КЛИНИКУ НЕВРОЗОВ

Аносов Ю.А., Аносова А.Ю.

Российский университет дружбы народов, кафедра психиатрии, г. Москва.

В последнее время растет число работающих граждан, имеющих те или иные невротические расстройства, однако пациенты чаще всего обращаются за помощью к врачу уже в том случае, когда болезнь мешает справляться с повседневными обязанностями, что влечет за собой довольно длительную госпитализацию.

Причинами данного явления могут являться несколько факторов: нездоровый микроклимат в семье, перенапряжение на работе, стрессы, психотравмирующие ситуации. Также, одной из причин госпитализации зачастую являются поздние обращения пациентов в Клинику. Так, если бы пациенты обращались на ранних этапах развития заболевания, они могли бы обойтись лишь амбулаторной консультацией. Изучая жалобы и анамнез трудоспособных пациентов, одними из самых частых жалоб являются расстройство сна, частые головные боли, именно эти симптомы многие пациенты считают «отправной точкой» начала своего заболевания. Недосыпание способствует наращиванию общей астенизации организма, снижению работоспособности, зачастую возникновению тревожных состояний. Причинами этих симптомов являются различные факторы, мы их перечислили выше, однако все их можно свести к одной причине: неумению расслабляться, контролировать свои эмоции. На примере различных методик, применяемых в нашей Клинике, нужно отметить высокую эффективность аутогенной тренировки для купирования данного спектра расстройств, овладение данной методикой улучшает общее самочувствие, углубляет ночной сон и повышает жизненный тонус, и самое ценное в данной методике то, что пациент, овладев ей, может использовать ее самостоятельно в повседневной жизни. В процессе применения аутогенной тренировки пациенты в конечном итоге учатся контролировать свои эмоции. Профилактика возникновения неврозов у трудоспособных граждан, таким образом, способствует снижению количества госпитализаций. Важными факторами профилактики неврозов являются: нормализация режима труда и отдыха, достаточный сон, а также проведение санитарно-просветительской работы среди населения и доступность психотерапевтической помощи. Но самое главное, надо обратить внимание на разрушение стереотипов, сложившихся в нашей стране касательно психиатрической помощи в целом.

Учитывая высокую распространенность невротических расстройств среди населения, нежелание работающих граждан оформлять длительные больничные листы, возникает необходимость внедрения психотерапевтических методик в амбулаторную практику, создание психотерапевтических групп для лечения неврозов легкой выраженности.

Литература

1. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2010г.
2. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2009г.
3. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2008г.
4. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2007г.
5. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2006г.
6. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2005г.
7. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2004г.
8. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2003г.
9. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2002г.
10. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 2001г.
11. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке» РУДН, Москва, 1999г.