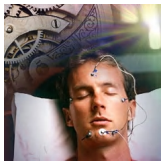
Автор: Administrator
24.07.2008 16:49 - Обновлено 24.07.2008 18:45



О том, что в организме что-то разладилось, нам сообщает головной мозг. Именно он переводит тревожные сигналы внутренних органов на более понятный язык боли и плохого самочувствия. Но если неполадка случилась с ним самим, то понять, что мозг приболел, можно разве что по снисходительной улыбке психиатра.

Проблема: шизофрения

Любой студент мединститута сходу скажет, что шизофрения – это «расщепление разума», по крайней мере в переводе с греческого. Правда, это всего лишь название. Болезнь, в общем, не сводится к раздвоению личности и приятному общению с самим собой. Симптомы шизофрении настолько разнообразны, что медики отказываютсякак-либо их систематизировать. Единственное, что объединяет почти всех шизофреников – многочисленные галлюцинации и иллюзии: напутственные речи в голове, соседи-инопланетяне, агрессивные предметы мебели – жалобам на всех этих персонажей уже давно не удивляется ни один психиатр.

Тревожные признаки

Шизофрения может проявляться обострениями и ремиссиями или же протекать более-менее ровно. В первом случае жизнь больного довольно скучна и неинтересна, так как большую часть времени он практически ничем не отличается от здоровых людей. Лишь порой в его жизнь входит приятное разнообразие в виде приступа шизофрении, который, впрочем, довольно быстро проходит, иногда даже без вмешательства врачей. Перманентные шизофреники живут гораздо веселее. Их жизнь – вечная борьба. Например, с соседями, облучающими их гамма-лучами из установки, замаскированной под люстру Чижевского, с продавцами молока, в котором купали больных туберкулезом и т.д. и т.п.

Лечение

В большинстве случаев шизофрению лечат амбулаторно. В больницу помещают редко и обычноненадолго – на этапе постановки диагноза или во время особенно тяжелых приступов. Лечение столь же разнообразно, как и симптомы – от нейролептических препаратов до групповой психотерапии. По статистике, полностью излечиваются 25% больных. Еще столько же улучшают свое состояние до практически полной безобидности, и процентов 20 после лечения кажутся вполне нормальными, хотя бы на первый взгляд. Еще 30% никак не реагируют на лечение и продолжают поить инопланетян чаем на корпоративной кухне.

По средствам

Внезависимости от того, что именно произошло с психикой, лечить ее нужно осторожно, тщательно подбирая препараты. Средств очень много, а названий еще больше, так что для удобства врачи поделили их на несколько групп.

Нейролептики – призваны успокоить разыгравшееся воображение. Блестяще справляются с галлюцинациями и бредом, однако вызывают у пациента состояние сильной заторможенности. Самый известный нейролептик – галоперидол.

Антидепрессанты – борются с плохим и очень плохим настроением, повышая уровень свободного серотонина в мозге. Это заставляет по-новому взглянуть на увольнение с работы и увидеть в нем массу положительных моментов. Разумеется, вызывают привыкание.

Транквилизаторы – согласно дословному переводу с латыни должны вызывать состояние безмятежности. Снижают страх и тревогу, правда вместе с быстротой реакцией и жаждой активных действий. Долгий прием чреват психической зависимостью.

Факт

У обычного человека шанс заболеть шизофрениейсоставляет не более 1%, но наличие

среди близкой родни хотя бы одного шизофреникаувеличивает такую вероятность примерно в 20 раз.

Факт

Излишнюю ревнивость и подозрительность также считаютодним из признаков шизофрении. И словосочетание такое хорошее придумали дляопределения – «бред ревности».

Факт

Шизофренией чаще болеют люди с техническим складомума – конструкторы, физики, математики.

Проблема: депрессия

Махнуть рукой на окружающий мир и возопить: «Оставь меня, старушка, я в печали!» иногда хочется каждому. Но когда от этих взмахов уже начинает отниматься рука, а печаль сопровождается повышенной раздражительностью, отсутствием аппетита, бессонницей и великодушными желанием взять на себя вину за все плохое, происходящее в мире, – значит, пришла депрессия. Не та хандра, о которой принято рассказывать девушкам, чтобы прослыть тонкой, ранимой личностью, а настоящий диагноз.

Тревожные признаки

Симптомы депрессии делятся на 2 типа. Первые –вышеописанные психические переживания в хронической форме. Вторая группа признаков к психике, на первый взгляд, отношения не имеет. Среди них боль в животе, суставах, сердце, понос или рвота. Нередко больные даже бегают лечиться к соответствующим врачам. Это так

называемая маскированная депрессия, обычно свойственная мужчинам. Видимо, сказывается классическое мужское нежелание выносить на люди свои печали.

Лечение

Депрессия – одно из самых распространенных психических заболеваний и, что не может не радовать – чуть ли не лучше всех поддается лечению. Успешно излечиваются почти 90% больных. Тем не менее, несмотря на кажущуюся безобидность, депрессия уносит куда больше жизней, чем тиф или чума. Все из-за того, что огромное количество депрессирующих кончают жизнь самоубийством. Депрессию лечат всеми классическими приемами – лекарствами, психо- и социальной терапией. Подбирать антидепрессанты может только специалист. Вдобавок, профессиональный врач также поддержит советом, даст правильную психологическую установку (это психотерапия) и не поленится поработать с близким окружением. Например, посоветует чаще рассказыватьбольному, какая тот выдающаяся личность. Это и есть социальная терапия.

Факт

Самый легко доступный и эффективный способ профилактики депрессии – регулярные физические упражнения. Они способствуют выработке эндорфинов, которые помогают психике лучше любых химических антидепрессантов.

Маниакально-депрессивныйпсихоз (МДП)

Все знают, что жизнь бывает полосатой, однако, не всем дано с этим стоически смирится. Некоторые слишком болезненно реагируют на перемены в жизни, в результате чего полосатой уже становится их психика. Маниакально-депрессивный психоз еще называют биполярным расстройством. Устрадающих им людей глубокие депрессии чередуются необычайными подъемами настроения и приступами гипертрофированной активности (маниями). Чаще всего заболевают молодые люди в возрасте до 35 лет, большинство – мужчины.

Тревожные признаки

Депрессивная фаза мало отличается от классической депрессии. А вот период приподнятого настроения у биполярных больных – это настоящий клад впечатлений как для специалиста, так и для случайного прохожего. В маниакальной стадии у биполярных больных энергия прет через все. Такие люди садятся писать «Войну и мир-2», а через час, набросав пару томов, могут плюнутьна это занятие, наскоро заложить свою квартиру и купить на вырученные средства автомобиль «Святогор» с откидным верхом. В преодолении препятствий, неминуемовстающих у пациента на пути, помогают неуемная раздражительность и приступы неконтролируемой агрессии.

Лечение

Для каждого из периодов болезни оно разное. Во время депрессии больной получает антидепрессанты, а как только настроение превышаетвсе мыслимые пределы вместо них в дело идут нейролептики: галоперидол или аминазин. Вероятность полного излечения не очень велика – 20%, но еще в 70% случаев удается сократить до минимума частоту и интенсивность приступов. После этого врачи переходят к психотерапии и семейной терапии – чтобы смягчить последующее общение с людьми, вынужденными ночевать в машине «Святогор» вместо 2-комнатной квартиры.

Факт

Вероятность проявления маниакально-депрессивного психоза – 1%.

Фобии

Вполне естественно, если ты боишься, например, гнева своего начальника. Не менее естественно обходить стороной пьяных подростков, озабоченных отсутствием зажигалки. Но когда ты покрываешься холодным потом при мысли о том, что забыл помыть руки, и ожидаешь вследствие этого скорой и неминуемой смерти – значит, твой страх не совсем нормален. И именуется отныне греческим словом «фобия».

Тревожные признаки

Фобии бывают двух видов – изолированные и социальные. Первые представляют собой страх перед определенными предметами или ситуациями. Это, например, боязнь крыс, высоты, извержений вулкана или ржавых машин. Социальные фобии – это боязнь отрицательной оценки своих действий со стороны окружающих. Например, ты боишься быть освистанным после предложения выпить за невесту. Если дело происходит не на похоронах, а на полноценной свадьбе – то это уже фобия.

Если для страха и вовсе не нашлось причин, но человек все равно упорно ожидает худшего развития событий, то это паническое или тревожное расстройство. Оно, как и другие фобии, не несет никакой опасности для жизни, но сильно ее осложняет. Как минимум, создает человеку репутацию субъекта со странностями. Тут недалеко и до депрессии.

Лечение

Врач сперва долго и обстоятельно беседует спациентом, пытаясь установить причины иррационального страха перед птичьими пометом или яичницей. Если это удается – половина дела сделана, и лечение вообще может ограничиться десятком сеансов психотерапии. Если появлению страханет никаких видимых причин (что случается гораздо чаще), то назначаются медикаменты. Лечат больных обычно амбулаторно и довольно долго, но зато, как правило, успешно.

Посттравматическоестрессовое расстройство (ПТСР)

Порог чувствительности у каждого человека свой. Кто-то вполне искренне считает «Звонок» чудной комедией, а кто-то испытывает благоговейный ужас при виде мертвого таракана и в течение месяца мучается по ночам картиной тоненьких, судорожно дергающихся лапок. Соответственно, чем сильнее стрессовая ситуация, тем больше шансов, что переживший ее человек будет долго и упорно переживать ее снова – только уже во снах и кошмарах. Все эти переживания и принято называть посттравматическим стрессовым расстройством, сокращенно – ПТСР.

Тревожные признаки

ПТСР покорны все возрасты и оба пола, хотя вполне логично, что женщины страдают им чаще. Впрочем, особо тяжелые приступы ПТСР наблюдаются после таких ситуаций, в которых получить психическую травму не стыдно и самому мускулистому мачо. ПТСР активирует защитные реакции организма, которые иногда проявляются весьма своеобразно: истерические припадки, потеря памяти, слепота, глухота, паралич. Угроза повторения стрессовой ситуации,вызвавшей расстройство, может повлечь за собой неконтролируемую панику или, наоборот, агрессию. Почти у трети больных ПТСР перерастает в хроническую депрессию, еще 40% обзаводятся различными фобиями.

Лечение

ПТСР трудно излечить какими-либо лекарствами, да и применяют их лишь в самых ярко выраженных случаях и при перерастании этого расстройства в другие заболевания. Самые лучшие результаты на данный моментдает психотерапия – индивидуальная, семейная или групповая.

Факт

После вьетнамской и афганской войн ПТСР в той или иной степени страдали примерно 30% ветеранов.

Неврастения

Это состояние психики, при котором повышенная возбудимость и раздражительность сочетается с быстрой утомляемостью. Такое расстройство – бич «белых воротничков». Основная причина – переутомление, моральное и физическое. Ты легко заработаешь эту болезнь, вкалывая без выходных, задерживаясь в офисе допоздна. Если при этом от принимаемых тобой решений зависит судьба человеческих жизней или, хотя бы, крупных сумм – ты стопроцентный кандидат в неврастеники. Впрочем, существует и так называемая«реактивная неврастения», вызываемая тяжелой жизненной ситуацией –

разводом или смертью близкого существа.

Тревожные признаки

Неврастения протекает в три стадии. На первой человек просто становится донельзя раздражительным. Взбесить его может все, что угодно – от пробки на дороге до опечатки в слове «трансцендентальный». Еще один симптом первой стадии - проблемы со сном. На второй стадии неврастении у больного несколько портятся отношения на работе. И не только потому, что коллеги уже втихую называют его «психом» и предпочитают не связываться. Просто у неврастеника с огромным трудом выходит взяться за работу и почти никогда не получается довести ее до конца. В итоге он приходит к выводу о своем полном бессилии, после чего переходит к стадии третьей, на которой уже вообще не способен приступить к труду. Одновременно приходит общая тоскливость, потеря интереса к жизни, апатия и повышенная сонливость, при которой, впрочем, всеравно не получается выспаться.

Лечение

Неврастения – одно из немногих психических заболеваний, которое, в принципе, поддается самолечению. Хотя если ты дошел до третьей стадии, посетить психотерапевта все-таки не помешает: у тебя уже налицо потребность в лекарствах, которые может прописать только специалист. Если же ты обнаружил в себе неврастению на стадии зарождения, то тебе вполне может помочь обыкновенный отпуск. В чуть более запущенных случаях отдых можно сопроводить приемом легких успокаивающих препаратов типа валерианки или настойки ландыша. В целом, вероятность излечить неврастению – почти 90%.

К психиатру или к психотерапевту?

Человеческой психикой занимается бесчисленное число специалистов. Не запутаться в них нам помогла Марта Васильевна Чесновская, врач-психиатр с 30-летним стажем.

Психиатр Это дипломированный специалист-медик, долго и упорно обучавшийся лечить и/или предупреждать заболевания психики. Психиатр специализируется на медикаментозном лечении иимеет дело с самыми сложными патологиями. Очень обижается, если его называют«психиатОр».

Психотерапевт Так же, как и психиатр является дипломированным врачом, но в качестве метода лечения применяет психотерапию, так как проходил по ней специализацию в вузе. Пытается воздействовать на сознание и подсознание, возвращая тем самым пациента к действительности. Лечит обычно менее серьезные расстройства.

Невропатолог Врач, специализирующийся на патологиях головного и спинного мозга, нервной системы. Поскольку заболеванияэтих органов обычно влекут расстройства психики, он невольно лечит и их, хотя чаще имеет дело с инсультами и параличами.

Психоаналитик Врач-психиатр, применяющий в качестве метода лечения особый метод – психоанализ. Встречаются психоаналитики и без врачебного диплома, но компетентная медицинская общественность считает их шарлатанами.

Психолог Вообще не врач. Скорее его можно назвать исследователем человеческой психики, не углубляющимся до медицинского уровня и не осуществляющим лечение – только анализ и профилактику. Впрочем, психологов иногда привлекают к лечению ПТСР.

Автор: Дима Демиденко, Митя Демиденко
Источник: menshealth