

РЕАБІЛІТАЦІЯ ХВОРИХ З НЕВРОЗАМИ

Крилевська К.А., Сафронов Д.В.

Національний фармацевтичний університет

Україна, м.Харків

Krylevska196763@gmail.com

Вступ. Неврози — це захворювання нервової системи, які розвиваються при тривалому впливі психічних або інших несприятливих факторів зовнішнього або внутрішнього середовища, що призводять до відхилення від норми функції вищої нервової діяльності людини. Розрізняють такі основні форми неврозів: неврастенію, психастенію, істерію. Згідно зі статистичними даними ВООЗ, за останні 2 десятиліття поширеність захворювання зросла в 20 разів і продовжує стрімко зростати. На сьогодні невроз можна віднести до хвороб цивілізації, що обумовлено стрімким ритмом життя людей, соціальними та економічними проблемами.

Наразі не виникає сумніву, що поява неврозів зумовлена дією інформаційних чинників (психічної травми). Вперше це було підтверджено І.П. Павловим у його експериментах над тваринами. Психогенними чинниками можуть бути: зовнішні конфлікти; внутрішньопсихічні конфлікти; довготривале або надто гостре сильне емоційне чи інтелектуальне психічне перенапруження. Вагому роль у прояві захворювання можуть відігравати вроджені особливості нервової системи, а також її стан на певний момент. Найвразливішими в цьому відношенні є індивіди з астенічними, істеричними та психастенічними рисами характеру, тим більше якщо вони досягають психопатичного рівня.

Роботи І.П. Павлова та його учнів допомогли розкрити патофізіологічні механізми, які зумовлюють розвиток неврозів. Суть таких розладів полягає у порушенні балансу між дратівливим і гальмівним процесами. Йдеться про так звану СШИБКУ, яка виникає в результаті порушення рівноваги, яке характерне нормальному стану фізіологічної діяльності великих півкуль. Порушення взаємодії між основними нервовими процесами змінює протікання вищої нервової діяльності, що в майбутньому може викликати патологічне переважання або дратівливого, або гальмівного процесу.

Неврастенія є одним з розповсюдженим захворюванням, що виникає через надмірне за силою або тривалістю напруження НС, яке виходить за межі витривалості організму. Хворі на неврастенію скаржаться на швидку стомлюваність при виконанні будь-якої роботи, поганий сон, зниження пам'яті, уваги, головні болі, запаморочення, часту зміну настрою без особливих причин. Хворі не стримані у своїй поведінці. У спортсменів неврастенія може розвиватися після тривалих фізичних і психічних навантажень, внаслідок

перенапруження, особливо у таких видах спорту, що потребують уваги, зорового напруження (у воротарів, автомотогонщиків.). У більшості випадків проявляються не всі симптоми хвороби, а переважають ті чи інші її прояви. Психастенія трапляється переважно у людей розумової праці, характеризується наявністю застійних процесів (осередки патологічної застійності, так звані «хворі пункти»). При психастенії спостерігаються малорухливість, часті нервові стани, пригніченість, стійкий червоний дермографізм, підвищена збудливість вазомоторів, посилена пітливість, плаксивість; хворих турбують тривожні думки, страхи.

Істерія – є однією з форм патології вищої нервової діяльності, що супроводжується недостатністю вищих психічних механізмів і, як наслідок, порушенням нормальних взаємовідношень між першою і другою сигнальними системами з перевагою першої. Симптоми захворювання досить різні: підвищена емоційна збудливість, напади судомного плачу, бажання привертати до себе увагу, афективні вибухи, судомні напади, розлад ходи аж до парезів і паралічів, розлади .

Мета дослідження : вивчити вплив неврозів на фізичний стан людини та представити варіації застосування фізичної реабілітації при даному захворюванні

Матеріали та методи: У процесі дослідження використано методи аналізу та синтезу сучасних джерел інформації

Результати дослідження:

Реабілітація впливає на основні патофізіологічні прояви при неврозах — сприяє вирівнюванню динаміки основних нервових процесів, координуванню функції кори і підкірки, першої та другої сигнальних систем тощо. У стаціонарних умовах хворі найчастіше перебувають на ліжковому режимі. У першому періоді лікування призначають прості вправи, що не потребують напруження уваги. В подальшому можна поступово вводити вправи з більш складною координацією рухів. Важливо звертати увагу на емоційну сторону занять. Указання повинні бути спокійними, пояснення — чіткими. Навантаження має відповідати функціональному стану хворого. Після заняття пацієнт повинен відчувати бадьорість і легке стомлення. Частота серцевих скорочень і дихання мають повертатися до вихідних даних спокою через 5–10 хв після закінчення заняття.

Пацієнтам хворим на неврози спочатку рекомендують прості вправи (для рук, ніг, тулуба) з полегшених вихідних положень (сидячи, лежачи). Ускладнювати їх слід поступово, додаючи вправи з гімнастичними

палицями, вправи на подолання перешкод, рівновагу. У ході занять необхідно переключити увагу хворого від нав'язливих думок, зацікавити його захоплюючими ігровими вправами. Також необхідно робити паузи для відпочинку, чергувати загальнозміцнюючі вправи з дихальними. З метою загального тонізування можна додати коригувальні вправи з дозованим навантаженням, вправи у парах. Рекомендуються також вправи на розвиток вестибулярного апарату. Для тренування вестибулярного апарату слід використовувати вправи з заплющеними очима, кругові рухи головою, нахили тулуба в різних напрямках, вправи з раптовою перебудовою, ходьба з заплющеними очима і т. п. При гарному перенесенні навантаження додаються стрибки, вправи зі скакалкою, рухливі та спортивні ігри. Для підвищення настрою хворих велику увагу приділяють вправам з м'ячем і вправам в ігровій формі, бажано використовувати музичний супровід. Тривалість заняття спочатку дорівнює 10–15 хв, у міру адаптації хворих до навантаження час поступово збільшується до 35–45 хв.

Хворим з різними видами неврозів рекомендується продовжувати заняття і вдома у вигляді ранкової гімнастики (комплекс складає лікар з урахуванням особливостей порушених у хворого функцій), гри у волейбол, ходьби, їзди на велосипеді і т. п.

Висновок: Аналізуючи наукові джерела можна зробити висновок, що у світі проводяться активні дослідження впливу фізичної терапії на стан людей з неврозами. Поки що існують загальні рекомендації щодо використання фізичної реабілітації та працетерапії для поліпшення життя хворих з неврозами. Якщо брати до уваги поширення неврозів та їх негативний вплив на життя людей в світі, важливо акцентувати увагу на створенні методики фізичної реабілітації для поліпшення якості життя цих хворих.