

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ І ЗДОРОВ'Я**



**VII науково-практична конференція
студентів та молодих вчених з міжнародною участю**

**«ВІД ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ТА КЛІНІЧНОЇ ПАТОФІЗІОЛОГІЇ
ДО ДОСЯГНЕНЬ СУЧАСНОЇ МЕДИЦИНИ І ФАРМАЦІЇ»**

**15 травня 2025 р.
ХАРКІВ – Україна**

ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕСОВИЙ РОЗЛАД У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ЦИВІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ

Сіренко Д. С.

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна

sirenkodarya007@gmail.com

Вступ. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) — це психічний стан, що виникає внаслідок сильного психологічного стресу або травматичних подій. Згідно з даними, знайденими в наукових статтях, публікаціях та відкритих інтернет-джерелах, ПТСР зустрічається як у військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, так і серед цивільного населення, яке пережило травмуючі події — насильство, втрату, катастрофи. Розлад значно впливає на емоційний стан, поведінку, соціальні зв'язки та якість життя постраждалих.

Мета дослідження. Метою цього дослідження є аналіз наявних досліджень та публікацій щодо посттравматичного стресового розладу у військових і цивільних осіб, виявлення основних симптомів і підходів до лікування, що використовуються в сучасній психотерапевтичній практиці.

Матеріали та методи. У роботі використано матеріали з наукових статей, медичних досліджень, психологічних публікацій та звітів міжнародних організацій. Інформація була отримана із відкритих джерел, що стосуються теми ПТСР, та наукових баз даних, таких як PubMed, Google Scholar та інші джерела, що публікують сучасні результати досліджень у сфері психічного здоров'я.

Результати. Згідно з даними, зібраними з наукових публікацій, ПТСР виявляється в 20–30% військових після участі в бойових діях. Військові, як правило, стикаються з більш інтенсивними симптомами ПТСР, такими як гіпервозбудливість, агресія, проблеми зі сном (безсоння), часті нічні кошмари та флешбеки, що призводять до значної соціальної ізоляції. У багатьох випадках такі симптоми можуть перешкоджати нормальному функціонуванню в повсякденному житті, знижуючи працездатність і порушуючи міжособистісні стосунки.

Серед цивільного населення частота ПТСР складає приблизно 7–10%, хоча у деяких групах (наприклад, у жертв насильства або людей, які пережили природні катастрофи) цей показник може бути вищим. У цивільних осіб симптоми ПТСР, як правило, менш виражені, однак вони також можуть значно впливати на якість життя. Тривожність, депресивні стани, емоційна нестабільність, труднощі з концентрацією уваги, почуття відчуження та зниження соціальної активності — це основні прояви ПТСР серед цивільних.

Дослідження показали, що найбільш ефективними методами лікування ПТСР є когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), яка допомагає змінити негативні моделі мислення та поведінки, а також метод EMDR (десенсибілізація і переробка травми рухами очей), що дозволяє зменшити вплив травмуючої пам'яті. Крім того, психологи відзначають важливість психосоціальної підтримки — групової терапії та реабілітаційних програм, які допомагають пацієнтам адаптуватися до нормального соціального функціонування після

пережитих травм. У деяких випадках також потрібне медикаментозне лікування для полегшення симптомів, таких як депресія або тривожність.

Додатково, аналіз показав, що військові часто потребують тривалішої реабілітації через складність їхнього психоемоційного стану, в той час як цивільні можуть пройти терапію в більш короткі терміни, за умови своєчасного звернення за допомогою.

Висновки. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) серйозно впливає на психічне здоров'я як військових, так і цивільних осіб. Військові, які пережили бойові дії, частіше страждають від більш виражених симптомів ПТСР, таких як агресія, соціальна ізоляція. У цивільних осіб симптоми зазвичай менш інтенсивні, але також знижують якість життя. Найефективнішими методами лікування є когнітивно-поведінкова терапія та EMDR, а також медикаментозне лікування в деяких випадках. Важливо, щоб лікування було індивідуальним, враховуючи специфіку травми та стан пацієнта. Загалом, успішне лікування ПТСР вимагає комплексного підходу, включаючи психотерапію, соціальну реабілітацію та підтримку. Для військових реабілітація часто вимагає більше часу, ніж для цивільних осіб.

Ключові слова: посттравматичний стресовий розлад, військові, цивільні, психотерапія, EMDR, психічне здоров'я.