

УДК 159.972

*Дружинин К.А.*

*студент*

*2 курс, Медико-биологический факультет*

*ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова МЗ РФ*

*Россия, г. Москва*

*Ионова А.А.*

*студент*

*3 курс, Лечебный факультет*

*ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова МЗ РФ*

*Россия, г. Москва*

*Курашенко А.Р.*

*студент*

*2 курс, Медико-биологический факультет*

*ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова МЗ РФ*

*Россия, г. Москва*

*Понкратова Л.П.*

*студент*

*3 курс, Лечебный факультет*

*ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова МЗ РФ*

*Россия, г. Москва*

## **ПСИХИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ: ИСТОРИЯ ДИАГНОСТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ, ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ И МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ**

*Аннотация: Сегодня психиатрия интегрирует подходы, включая биологические, психологические и социокультурные аспекты. Зарождается интерес к персонализированной медицине и использованию технологий, таких как телемедицина. Однако, стоит отметить, что в истории также были*

моменты, связанные с неэтичными методами лечения и недостаточным уважением прав пациентов. Современные усилия направлены на соблюдение этических стандартов, уважение к правам человека и интеграцию различных методов для эффективного лечения психических расстройств.

*Ключевые слова: психиатрия, психические расстройства, психотический спектр, категории, история*

*Annotation: Today, psychiatry integrates approaches, including biological, psychological and sociocultural aspects. There is a growing interest in personalized medicine and the use of technologies such as telemedicine. However, it is worth noting that there have also been moments in history related to unethical treatment methods and insufficient respect for the rights of patients. Modern efforts are aimed at upholding ethical standards, respect for human rights and the integration of various methods for the effective treatment of mental disorders.*

*Keywords: psychiatry, mental disorders, psychotic spectrum, categories, history*

## **Введение**

История диагностирования и лечения психических расстройств на протяжении веков отражает эволюцию научных подходов, социокультурных норм, и понимания природы этих расстройств [1]. Ниже представлен краткий обзор этой истории:

В древности психические расстройства объяснялись сверхъестественными силами, божественным наказанием или влиянием злых духов. Лечение часто включало религиозные обряды, экзорцизм и даже жестокие методы, такие как табуляция (погружение в воду) или изоляция.

В период Возрождения началось постепенное смещение взглядов на психическое здоровье. Французский врач Филипп Пинель в конце 18 века стал

одним из первых, кто предложил гуманное отношение к пациентам с психическими расстройствами. Он отменил использование цепей и ввел методы лечения через беседы и активность.

В 19 веке развиваются идеи о химических дисбалансах в мозге. Эмиль Крепелин внес вклад в классификацию психических заболеваний, а Зигмунд Фрейд разработал психоанализ, подчеркивая значение бессознательных процессов.

В 20 веке становятся доступными новые методы диагностики, такие как электроэнцефалография (ЭЭГ) и нейроимиджинг. Развиваются психофармакология и использование психотропных препаратов для лечения психических расстройств. В 1950-60-е годы начинается массовое применение антипсихотиков.

В связи с развитием нейронаук и молекулярной биологии в последние десятилетия появилась новая волна исследований в области генетики и нейрохимии психических расстройств [2]. Лечение стало более индивидуализированным с использованием антипсихотиков, антидепрессантов, стабилизаторов настроения и терапии.

### **Основная классификация**

Психические расстройства классифицируются на основе различных критериев, таких как тип симптомов, длительность, тяжесть и причины [3]. Однако, следует отметить, что классификация психических расстройств может изменяться в соответствии с последними научными исследованиями и обновлениями диагностических систем. В настоящее время широко используется Диагностическое и статистическое руководство психических расстройств (DSM-5) и Международная классификация болезней (МКБ-10). Вот общая классификация некоторых основных категорий психических расстройств:

1. Расстройства психотического спектра:
  - Шизофрения включает характерные симптомы, такие как бред, галлюцинации, расстройства мышления и социальная изоляция.
  
2. Расстройства настроения:
  - Депрессивные расстройства включают депрессивное расстройство, биполярное расстройство и циклотимию.
  - Биполярные и связанные с ними расстройства характеризуются сменой эпизодов депрессии и мании или гипомании.
  
3. Расстройства тревожного спектра:
  - Общее тревожное расстройство (ОТР): продолжительное и чрезмерное беспокойство и напряжение.
  - Паническое расстройство: периодически возникающие приступы интенсивной тревоги и физических симптомов.
  - Социальное фобическое расстройство: избегание социальных ситуаций из-за сильной тревоги.
  
4. Расстройства соматических симптомов и связанные с стрессом:
  - Расстройства соматических симптомов: проявление физических симптомов без явных медицинских причин.
  - Расстройства адаптации и реакции на стресс: реакции на стрессоры, включая посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).
  
5. Расстройства личности:
  - Пограничное расстройство личности, антисоциальное расстройство, параноидное расстройство: включают измененные и неадаптивные образцы мышления, восприятия и поведения.

6. Расстройства пищевого поведения:
  - Анорексия нервозная, булимия нервозная, расстройство принятия пищи: связаны с неправильным восприятием тела и отклонениями в пищевом поведении.
  
7. Расстройства сна:
  - Бессонница, гиперсомния, нарушения циркадных ритмов: включают различные нарушения сна.
  
8. Расстройства аутистического спектра:
  - Аутистическое расстройство: включает в себя дефициты в социальной коммуникации и ограниченные интересы и деятельность.
  
9. Расстройства внимания и активности:
  - Дефицит внимания с гиперактивностью (ДВГ): проявляется в сложности с концентрацией и избыточной активностью.

Это общая классификация, и каждая из этих категорий может иметь различные подтипы и уровни тяжести. Диагностика и лечение проводятся врачами-психиатрами и психотерапевтами на основе детального анализа симптомов и истории пациента.

Рассмотрим каждое из перечисленных психических расстройств более подробно в контексте причин возникновения и методов лечения:

- Шизофрения

Причины: генетическая предрасположенность, химический дисбаланс в мозге, нарушения внутриутробного развития и воздействие стресса.

Лечение: антипсихотические препараты для управления симптомами (например, рисперидон, клозапин), психотерапия, социальная и трудовая реабилитация.

- Депрессивные расстройства:

Причины: генетические факторы, химический дисбаланс (особенно низкий уровень серотонина), травмы, стресс и хронические болезни.

Лечение: антидепрессанты (например, селективные ингибиторы обратного захвата серотонина), психотерапия (когнитивно-поведенческая терапия, интерперсональная терапия), электрошоковая терапия.

- Общее тревожное расстройство (ОТР):

Причины: генетика, нестабильность нейрохимии мозга, стресс, травмы.

Лечение: психотерапия (когнитивно-поведенческая терапия, релаксационные техники), анксиолитики (бензодиазепины, селективные ингибиторы обратного захвата серотонина).

- Аутистическое расстройство:

Причины: генетика, нарушения внутриутробного развития, биохимические изменения в мозге.

Лечение: ранняя поведенческая терапия, терапия по методу АВА (анализ поведения приложений), обучение социальным навыкам, индивидуализированная образовательная поддержка.

- Дефицит внимания с гиперактивностью (ДВГ):

Причины: генетика, химический дисбаланс в мозге, факторы окружающей среды.

Лечение: психообразование и тренинг для родителей, поведенческая терапия, медикаментозное лечение (стимуляторы, например, метилфенидат).

- Анорексия нервная и булимия нервная (расстройства пищевого поведения):

Причины: генетические факторы, культурные и социальные воздействия, стресс, стремление к идеалам красоты.

Лечение: психотерапия (когнитивно-поведенческая терапия), медикаментозная терапия в некоторых случаях, медицинская поддержка для восстановления физического здоровья.

- **Биполярное расстройство:**

Причины: генетическая предрасположенность, химические дисбалансы в мозге, стресс.

Лечение: стабилизаторы настроения (литий, вальпроат), антидепрессанты, антипсихотики, психотерапия (познавательная терапия).

Эффективное лечение обычно требует индивидуального подхода, включающего комбинацию фармакотерапии и психотерапии. Важно проводить тщательную диагностику и выбирать подходящие методы лечения с учетом индивидуальных особенностей каждого пациента.

### **Статистика**

Распространенность психических расстройств может различаться в зависимости от региона, методов диагностики и других факторов [4]. Вот общая картина на момент моего последнего обновления в январе 2022 года:

#### **Шизофрения:**

Примерно 1% населения по всему миру сталкивается с шизофренией.

Распределение по полу примерно одинаково, но возраст начала симптомов обычно приходится на раннюю взрослость.

#### **Депрессивные расстройства:**

Депрессивные расстройства влияют на более чем 264 миллиона людей по всему миру, согласно Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ).

Женщины чаще сталкиваются с депрессией, чем мужчины.

#### **Общее тревожное расстройство (ОТР):**

ОТР встречаются примерно у 3-4% населения в течение года.

Женщины чаще сталкиваются с тревожными расстройствами, чем мужчины.

#### **Аутистическое расстройство:**

Оценивается, что аутистическое расстройство затрагивает около 1 из 160 детей по всему миру.

Мальчики чаще сталкиваются с аутизмом, чем девочки.

Дефицит внимания с гиперактивностью (ДВГ):

Примерно 5-7% детей по всему миру сталкиваются с ДВГ.

ДВГ может сохраняться во взрослом возрасте у некоторых людей.

Анорексия нервозная и булимия нервозная:

Расстройства пищевого поведения, такие как анорексия и булимия, затрагивают в основном женщин в возрасте от 15 до 24 лет.

Примерно 0,5-4% населения сталкивается с анорексией, а булимия менее распространена.

Биполярное расстройство:

Примерно 2% населения в мире сталкивается с биполярным расстройством.

Возраст начала симптомов чаще всего приходится на молодой возраст.

Статистика может изменяться, и новые исследования могут предоставить более точные данные. Важно отметить, что многие психические расстройства могут оставаться недооцененными и недостаточно лечиться, что подчеркивает необходимость осведомленности, борьбы со стигматизацией и улучшения доступности качественной психической помощи.

### **Профилактика**

Профилактика психических расстройств включает разнообразные стратегии и подходы, направленные на поддержание психического здоровья и предотвращение возникновения различных психических проблем. Вот несколько общих методов профилактики:

#### **1. Здоровый образ жизни:**

Регулярная физическая активность помогает улучшить настроение, снизить стресс и укрепить общее физическое здоровье. Здоровое питание также играет роль в поддержании психического здоровья.



## 2. Стресс-менеджмент:

Обучение методам эффективного управления стрессом, таким как релаксация, медитация, дыхательные упражнения и йога. Регулярные перерывы и отпуска для отдыха и восстановления.

## 3. Социальная поддержка:

Поддержка со стороны семьи, друзей и сообщества может играть ключевую роль в предотвращении психических проблем. Развитие и поддержание близких отношений способствует чувству принадлежности и безопасности.

## 4. Психобразование:

Разъяснение обществу о психических заболеваниях, снижение стигмы и улучшение понимания симптомов и лечения. Обучение навыкам по укреплению психического здоровья и обращению за помощью при необходимости.

## 5. Предотвращение злоупотребления веществ:

Ограничение употребления алкоголя и других веществ, поскольку их злоупотребление может ухудшить состояние психического здоровья.

## 6. Профилактика детских и подростковых проблем:

Поддержка здорового развития детей, обеспечение безопасности и эмоциональной поддержки. Развитие у детей социальных и эмоциональных навыков.

## 7. Раннее выявление и лечение:

Регулярные медицинские обследования и обращение за помощью при первых признаках психического дисбаланса. Своевременное лечение и поддержка людей с риском развития психических расстройств.

## 8. Развитие адаптивных навыков:

Обучение навыкам эмоциональной регуляции, решению проблем и общению, способствующим адаптации к стрессорам и изменениям в жизни.

Важно отметить, что профилактика психических расстройств требует системного и комплексного подхода. Различные стратегии могут быть эффективны в зависимости от индивидуальных потребностей и контекста.

**Использованные источники:**

1. Братусь Б.С. «К истории психологического изучения душевной патологии». 2018. С. 99-108.
2. Золотова Н.В., Мазилев В.А., Базиков М.В. «Возникновение и становление отечественной медицинской психологии». 2015. С. 297-310.
3. Алёхин А.Н. «Психологический феномен как методологическая проблема». 2013. С. 16-22.
4. Емалетдинов Б.М. «"Психические расстройства" или "психические нарушения"?». 2020. С. 681-687.