

Невроз

***Неврозы** — один из наиболее часто встречающихся видов психогенных реакций, характеризуются психическими расстройствами (тревожность, опасения, фобии, истерические проявления и др.), наличием соматических и вегетативных нарушений.*

Виды невроза

- ▶ *Неврастения*
- ▶ *Истерия*
- ▶ *Психастения*

Основой патофизиологических изменений при неврозах являются нарушения:

- ▶ а) процессов возбуждения и торможения*
- ▶ б) взаимоотношения между корой и над коркой*
- ▶ в) нормального состояния нервной и второй сигнальных систем*

Неврастения

Клинические проявления неврастении характеризуется тремя состояниями нарушения ВНД:

- ▶ *ослаблением внутреннего торможения и следовательно, усилением раздражительного процесса (гиперстения);*
- ▶ *патологической лабильностью раздражительного процесса при одновременной слабости тормозного процесса;*
- ▶ *различным торможением в коре головного мозга и ослаблением раздражительного процесса (гипостения).*

1 стадия неврастении

- ▶ *Гиперстеническая-характеризуется ослаблением процессов торможения и преобладанием процессов возбуждения.*

При гиперстеничной форме неврастении относительно сохраняется адаптация больных к физическим нагрузкам. Отклонения в эмоциональной сфере выражаются в раздражительности, несдержанности, беспокойстве. Имеется ряд вегетативно-дистонических нарушений сердечно-сосудистой системы: боли, тахикардия, повышение АД.

2 стадия неврастении

- ▶ *(раздражительная слабость) характеризуется патологической лабильностью возбудительного процесса и слабостью тормозного. При этой форме неврастении наблюдается эмоциональной лабильность, выражающаяся в частых сменах настроения, слезливости, необоснованной обидчивости: больные впечатлительны, тревожны, мнительны. Наблюдаются нарушения системы кровоснабжения: боли, аритмии, изменения АД.*

3 стадия неврастении

- ▶ *(гипостения) характеризуется развитием разлитого торможения, и ее рассматривают как тормозную. На первый план выступают явления астении, слабости, выраженного снижения переносимости физических нагрузок.*

Истерия

- ▶ *Проявления истерии очень разнообразны, для истерии типично:*
 - *Стремление обратить на себя внимание окружающих*
 - *Отсутствие правильного объективного представления о других и о самом себе*

Психастения

- ▶ *Характеризуется преобладанием второй сигнальной системы с застойным возбуждением в коре головного мозга. Этому заболеванию свойственна инертность корковых процессов, их малая подвижность. В клинических проявлениях заболевание на первый план выступают повышенная рассудительность, чрезвычайная бедность инстинкта и влечений. Характерны навязчивость в трех видах: навязчивые идеи, движения, эмоции.*

Лечебная физкультура при истерии и психастении

Истерия:

- ▶ *требовательность к дисциплинированности и точному выполнению упражнений.*
- ▶ *Упражнения выполняются ритмично, с изменением и особенно с замедлением темпа.*
- ▶ *Упражнения с усложнением координации, на равновесие.*

Психастения:

- 1. Упражнения с ускорением темпа, на равновесие, в метании и ловле мяча, с преодолением препятствий и др.*
- 2. Эмоциональный фон процедуры поддерживать с использованием игр.*

Лечебная физкультура при неврастении

Гиперстения:

- ▶ *Упражнения выполняются ритмично, в спокойном темпе.*
- ▶ *Разнообразные упражнения на точность выполнения, упражнения на координацию, эмоциональные, с замедлением темпа.*

(Прогулки, ближний и дальний туризм, лыжи, коньки, плавание, гребля и др. Городки, волейбол, теннис, подвижные игры.)

Раздражительная слабость

- ▶ Умеренная физическая нагрузка. Дыхание 1:2.
- ▶ Упражнения на координацию, точность, равновесие, на ускорение и замедление темпа.
- ▶ Упражнения в игровой форме, простые подвижные игры

(Прогулки дозированные, ближний туризм, дальний – на пароходу. Прогулки на лыжах, купание, гребля дозированная. Крокет, кегли, городки, подвижные игры.)

Гипостения

- ▶ Упражнения в положении лежа, сидя и стоя.
- ▶ Упражнения корригирующие, с дозированным напряжением, дыхание 1:1.
- ▶ Упражнения на развитие функции вестибулярного аппарата.
- ▶ Включать паузы для отдыха.

(Прогулки дозированные, обтирания, души.

Дозированные прогулки на лыжах, купание)