

Клинические особенности неврастении



Неврастения

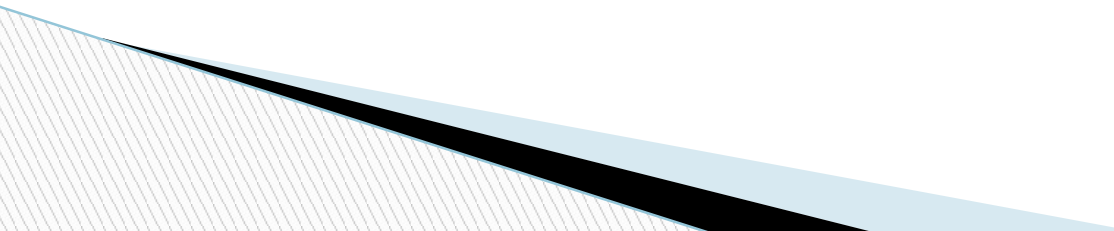
□ — это психическое расстройство, относящееся к группе неврозов. (*Невро́з* — собирательное название для группы функциональных психогенных обратимых расстройств, имеющих тенденцию к затяжному течению.)

— патологическое состояние нервной системы человека, возникающее в результате ее истощения при длительной психической или физической перегрузке.

— психическое расстройство из группы невроза, проявляющееся в повышенной раздражительности, утомляемости, утрате способности к длительному умственному и физическому напряжению.



Клиника:

- головная боль;
 - чувство давления на голову «каска неврастеника»;
 - головокружение, которое заключается в ощущении вращения в голове, но не сопровождается чувством вращения окружающих предметов;
 - учащение пульса (тахикардия);
 - давящая или колющая боль в области сердца;
 - краснота или бледность кожных покровов;
 - могут проявляться изжога, ухудшение аппетита и др.
- 

Стадии неврастения:

Гиперстеническая неврастения

- начальная стадия

Симптомы:

- *раздражительность и возбудимость;
- *сниженная работоспособность;
- *рассеянность;
- *плохой сон;
- *головная боль.

Раздражительная слабость

- промежуточная стадия

Симптомы:

- *раздражительная слабость (сочетание повышенной возбудимости и раздражительности с утомляемостью и быстрым истощением);
- *нарушение сна;
- *снижение/отсутствие аппетита;
- *возможны расстройства половой функции.

Гипостеническая неврастения

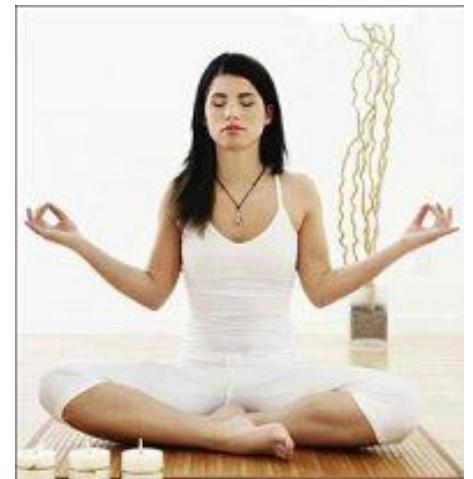
- последняя стадия

Симптомы:

- *вялость;
- *апатия;
- *повышенная сонливость;
- *подавленность;
- *тревожное настроение;
- *подавленность интересов;
- *зацикленность на внутренних переживаниях

Профилактика неврастении:

- соблюдение правильного режима труда и отдыха;
- применение релаксирующих методик после нервного перенапряжения;
- избегание физических перегрузок и стрессовых ситуаций;
- активный отдых.



Невроз навязчивых состояний

- это тревожное расстройство, для которого характерны отягощённые мысли, страх, опасение, беспокойство, повторяющиеся действия, позволяющие снизить это беспокойство, а также комбинацию навязчивых маний и идей.
- это разновидность невроза, которая проявляется в виде навязчивых движений, навязчивых мыслей или навязчивых страхов (фобий).



Невроз навязчивых состояний

навязчивые страхи (фобии)	обсессия	навязчивые движения
<p>Фобия (боязнь) — неконтролируемый страх или устойчивое переживание излишней тревоги в определённых ситуациях или в присутствии(ожидании) некоего известного объекта.</p>	<p>- это навязчивые мысли, продолжающиеся и повторяющиеся, несмотря на попытки игнорировать или противостоять им.</p>	<p><u>Симптомы:</u></p> <ul style="list-style-type: none">▪ ребёнок грызёт ногти;▪ щёлкает пальцами;▪ резко крутит головой;▪ дергает губой;▪ причмокивает;▪ обходит все предметы только слева или только справа;▪ крутит пуговицы;▪ кусает губы;▪ дует на ладони и др.

Профилактика навязчивых состояний:

1. Стабильный режим дня, сон не менее 9-10 часов в сутки, ложиться спать не позже 22ч.;
2. Здоровый образ жизни;
3. Не допускать физических и психических перегрузок;
4. Освоить и применять техники мышечной и дыхательной релаксации, медитации ;
5. По необходимости применять народные средства – успокоительные сборы, хвойные ванны, сеансы ароматерапии

