



Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Рязанский государственный медицинский университет
имени академика И. П. Павлова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России)



Первичная и вторичная профилактика депрессий у лиц пожилого возраста на базе геронтологического центра

Рязань, 2019

Выполнила Сенина А.Д.
ФКП, 5 к, 1 гр.

Актуальность

- Лица пожилого и старческого возраста, страдающие хроническими соматическими заболеваниями составляют группу повышенного риска развития депрессивных расстройств.
- В условиях первичной помощи депрессия недостаточно диагностируется, и не все больные получают лечение.
- Симптомы депрессии у пожилых людей нередко не получают должного внимания и лечения, поскольку совпадают с другими проблемами пожилого возраста.
- Среди страдающих депрессией пациентов пожилого возраста отмечается высокая смертность, в значительной степени из-за сопутствующих соматических заболеваний

Факторы риска

1. снижение социально-экономического статуса на пенсии, резкое прекращение профессиональной деятельности

2. потеря близких, изменение отношений с ними, проживание вдали от близких или в одиночестве

3. ухудшение соматического состояния, обострение заболеваний



Важно: возраст старше 60 лет - фактор риска возникновения депрессивных расстройств

Депрессивные расстройства у лиц пожилого возраста

Депрессии позднего возраста характеризуются:

- преобладание тревожных форм депрессий (30%),
- склонность к затяжному течению, рецидивированию расстройств,
- атипизация циркулярных депрессий,
- наличие в клинической картине депрессий признаков, указывающих на цереброорганический фон,
- соматическая отягощенность, являющаяся часто причиной неадекватной оценки психического состояния больных.



Цель

- **Первичная профилактика** – комплекс мероприятий, направленных на организацию условий для формирования у пожилых объективных, соответствующих знаний о возрастных изменениях и отличительных особенностях данного периода развития, на их основе формирование деятельного отношения к жизни + информирование об особенностях и рисках развития депрессии.
- **Вторичная профилактика депрессии у лиц пожилого возраста** – комплекс мероприятий, направленных на устранение выраженных факторов риска развития депрессии, которые при определенных условиях могут привести к возникновению, обострению и рецидиву заболевания.
- Своевременная диагностика и коррекция факторов риска развития депрессии у лиц пожилого возраста, проходящих наблюдение или проживающих в геронтологическом центре.

Задачи

1. Расширение и углубление имеющихся знаний о психологических особенностях и социальных возможностях собственного возраста посредством лекций, бесед;
2. Помощь пожилым в принятии нового образа себя, своей новой роли;
3. Организация просмотра фильмов, чтения литературы на данную тематику и их обсуждения;
4. Формирование адекватной установки в отношении внутрисемейных связей и ожиданий от них;
5. Выявление групп риска развития депрессии среди пациентов геронтологического центра;
6. Своевременная идентификация первичных признаков развития депрессии у пожилых;
7. Комплекс воздействия на социопсихологические факторы развития депрессии

Организационные условия

- Условия групповых занятий на базе геронтологического центра;
- Участники: лица пожилого возраста (от 60 до 70 лет)
- Группы смешанные, максимально разнообразные, гетерогенные по полу, возрасту и сопутствующим соматическим заболеваниям;
- Занятия проводятся два раза в неделю в течение двух месяцев, продолжительность от 25 до 40 минут
- Проводятся клиническим психологом или психологом, прошедшим курсы дополнительного образования.



Диагностика

Цели диагностики: определение представителей групп риска, которым во время проведения занятий будет уделяться большее внимание для выявления патологических паттернов реагирования с последующим назначением индивидуальных встреч с психологом.
Включает: наблюдение, беседу, психодиагностические методики



Используемые методики:

- Шкала депрессии Бека
- Шкала Занга для самооценки депрессии
- Шкала оценки депрессии пожилого и старческого возраста
- Опросник оценки качества жизни
- Шкала диагностики межличностных отношений
- Опросник Шмишека
- «Большая пятерка»
- Методика СЖО Леонтьева

1 этап: просветительский

Цель: расширение и углубление имеющихся знаний о психологических особенностях и социальных возможностях собственного возраста. Дополнительно уделяется внимание снижению стрессовой напряженности, улучшению саморегуляции.

Методы:

- Лекция
- Групповая дискуссия
- Просмотр фильмов, совместное чтение литературы с последующим обсуждением
- Аутогенная тренировка

2 этап: диагностический

Задача: выявление групп риска развития депрессии среди пациентов и клиентов геронтологического центра

Методы:

- Психодиагностические методики
- Анкетирование, опрос
- Индивидуальная беседа
- Анализ документов для составления анамнеза

Среди опрошенных выделяются люди, наиболее подверженные факторам риска развития депрессии, а именно испытывающие неудовлетворение собственными возрастными изменениями, сменой социального статуса, переживающие нарушение межличностного общения с близкими, находящимися в подавленном настроении и т.д.

3 этап: психотерапевтический

Цель: нормализация эмоционального состояния, осмысление пройденного жизненного пути и определение перспектив на будущее, работа с ценностно-смысловой сферой личности. Более глубокое осознание изменений социальной роли, ее принятие; обсуждение каждого из вариантов ролей в семье и за ее пределами, расширение круга общения;

Методы: Поддерживающая психотерапия - используется для продолжения психотерапевтической работы с пожилыми пациентами, переживающими депрессию. Этот вид психотерапии направлен на стабилизацию и поддержание удовлетворительного эмоционального состояния, помощь в разрешении имеющихся у пожилого человека трудностей, конфликтных ситуаций, в перестройке нарушенных отношений личности.

Методы воздействия

- Психотерапия как метод вторичной профилактики депрессий у лиц пожилого возраста при различных соматических патологиях обладает достоверным профилактическим действием в отношении развития депрессии и снижает выраженность отдельных симптомов.
- К основным видам психотерапии, применяющимся на этапах организации гериатрической помощи, относят
 - рациональную психотерапию,
 - когнитивно-поведенческую психотерапию,
 - тренинг навыков общения, конфликтного поведения
 - арт-терапию,
 - релаксирующие методики, аутогенную тренировку, медитацию и пр.

*** Рекомендуется привлечение врача-психотерапевта**

Ожидаемые результаты

- ▣ Нахождение «опоры» в семье, общении, увлечениях
- ▣ Определение новых целей в жизни, осмысление всего жизненного опыта
- ▣ Принятие своей новой социальной роли

