

Посттравматическое стрессовое расстройство (далее - ПТСР) - комплекс психических нарушений, возникающих в результате воздействия стрессовых событий имеющих чрезвычайную опасность и масштаб катастрофы (несчастные случаи, терроризм, истязания, техногенные и природные катастрофы, боевые действия), терроризм, истязания, техногенные и природные катастрофы, боевые действия).

Характерной особенностью ПТСР является наличие стойких переживаний психотравмирующей ситуации. Это расстройство имеет замедленное развитие с интервалом от нескольких недель до нескольких месяцев. Распространенность в общей популяции 1-9%, при чем риск развития посттравматического стрессового расстройства у женщин в 2 раза выше, чем у мужчин.

Факторы риска развития ПТСР являются:

- перенесенный ранее опыт расставания с близкими;**
- предшествующие психические и серьезные соматические заболевания;**
- невротизм (личностные особенности реагирования);**
- отсутствие поддержки со стороны семьи.**

ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ:

- 1. симптомы избегания в виде избегания разговоров или размышлений о травмирующем событии, избегания мест, занятий или людей, которые напоминают о травмирующем событии.**
- 2. навязчивые воспоминания в виде переживания событий так, как если бы оно происходило снова и снова, тревожные сны/кошмары о травмирующем событии, повторяющиеся воспоминания о травмирующем событии, развитие сильной эмоциональной или физической реакции на вещи, которые напоминают о травмирующем событии.**
- 3. изменения в эмоциональных реакциях, проявляющие в виде развития непреодолимого чувства вины или стыда, повышенной раздражительности и беспокойство, нарушения сна, развития внезапных вспышек гнева, агрессивного и саморазрушительного поведения.**
- 4. негативные изменения в мышлении и настроении в виде негативного отношения к себе и другим, отсутствие интереса к занятиям, в которых вы когда-то находили удовольствие, трудности в поддержании отношений с другими людьми, проблемы с памятью – неспособность вспомнить части травмирующего события, чувство безнадежности в отношении будущего, эмоциональное оцепенение – чувство оторванности от других, неспособность испытывать положительные эмоции.**

У детей и подростков симптомы посттравматического стрессового расстройства могут несколько отличаться от симптомов взрослых.

Эти симптомы включают:

- **Сильная тревога разлуки – страх быть разлученным со своими родителями.**
- **Игры, демонстрирующие возрождение травмирующих событий.**
- **Фобии, не связанные с травмирующим событием (например, страх перед монстрами).**
- **Разыгрывание травмирующего опыта с помощью рисунков, социальных игр или историй.**
- **Утрата ранее приобретенных навыков (например, регресс в развитии речи).**
- **Проблемы со сном и ночные кошмары, не связанные с событием.**
- **Раздражительность и агрессия.**
- **Боли во всем теле или отдельных частях тела без причины.**

Основные принципы терапии посттравматического стрессового расстройства:

- Немедленное начало лечения после психотравмы в целях, предотвращения развития хронической формы заболевания.**
- Комплексное лечение, включающее психофармакотерапию и психотерапию.**
- Применение различных методов психотерапии (индивидуальная психотерапия, семейная психотерапия, супружеская психотерапия).**