

**УДОСКОНАЛЕННЯ МЕТОДІВ ЛІКУВАННЯ ХВОРИХ
ІЗ РОЗЛАДАМИ АДАПТАЦІЇ**

Карвацька Н.С., Русіна С.М., Нікоряк Р.А., Карвацька Т.Г.

Вищий державний навчальний заклад України
«Буковинський державний медичний університет», м. Чернівці

Залишаються актуальними пошуки найбільш вдалого підходу в лікуванні хворих із розладами адаптації (РА). Метою дослідження було оцінити ефективність конкретних психокорекційних і психотерапевтичних методів і технік надання допомоги хворим із РА. Вивчили клініко-психопатологічні особливості і патопсихологічні особливості у 40 хворих середнім віком – 33, 5±6,75 років із РА на початку і після проведеного комплексного медикаментозного і психотерапевтичного лікування з використанням особистісного опитувальника визначення акцентуацій особистості, депресивності Бека і визначенням показників тривожності.

Медикаментозна терапія здійснювала вплив на патогенетичні ланки захворювання, зменшувала хворобливі прояви та усувала психопатологічну симптоматику. Психотерапія допомагала у вирішенні конфліктів з урахуванням індивідуально-типологічних рис особистості. На основі методів та технік когнітивно-поведінкової психотерапії розроблений комплекс заходів, спрямованих на усунення наслідків РА (когнітивна терапія Бека, техніки, що моделюють поведінку), методики прогресивної м'язової релаксації, що давали кращий ефект у порівнянні з традиційним фармакологічним лікуванням.

Результати дослідження показали, що серед механізмів виникнення порушень визначальну роль мали акцентуації характеру, високий рівень алекситимії, зниження фрустраційної толерантності особистості, на які спрямована психотерапія з метою розвинути навички емоційної саморегуляції і в подальшому – більш активно справлятися з кризовими ситуаціями, не занурюючись у депресію і тривогу. Перспективи подальших досліджень полягають у розробці заходів, спрямованих на профілактику РА.