

суток. Летальных случаев у пациентов основной группы не было, в контрольной группе умер один пациент (4,35%) от прогрессирующей легочно-сердечной недостаточности.

МЕДИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ПРИ COVID-19

**Помыткина Т. Ю., Мавлянова З.Ф.,
Бурханова Г.Л.**

Ижевская государственная медицинская академия, РФ

²Самаркандский государственный медицинский институт, Самарканд, Узбекистан

Психологическая реабилитация является неотъемлемым компонентом целостной системы медицинской реабилитации, однако на практике, как правило, используются лишь отдельные методы реабилитации. Во время начальной фазы вспышки COVID-19 в Китае более половины респондентов оценили психологическое воздействие как среднетяжелое, и около одной трети сообщили о среднетяжелой тревожности. Проблемы с психическим здоровьем часто встречались у пожилых китайских взрослых (т.е. ≥ 55 лет), причем распространенность депрессивных симптомов, как сообщается, составляет 6% в этой популяции. Поэтому по рекомендациям китайских коллег одним из важных аспектов восстановления больных коронавирусной инфекцией является психологическая поддержка на всех этапах реабилитации.

Оказание базовой психологической и психосоциальной поддержки лиц с подозрением или с подтвержденным COVID-19 является обязательной рекомендацией ВОЗ. Необходимо своевременно выявлять симптомы тревоги и депрессии, постоянно опрашивая пациентов о самочувствии, их потребностях и переживаниях. Важно стремиться помогать пациентам максимально сохранять функциональную активность и улучшать качество жизни. Специалисты, работающие с больными COVID-19, обращают внимание на то, что психологические проблемы (депрессия, беспокойство, отсутствие мотивации и т.д.) могут служить препятствием для выполнения физических упражнений, в том числе дыхательных, необходимых для вторичной профилактики грозных легочных осложнений. Необходимо понимать, что одна из особенностей коронавирусной инфекции – необходимость самоизоляции, однако потребность в коммуникации – одна из базовых социальных потребностей современного человека. Депривация данной потребности неизбежно

приводит к фрустрации и возникновению тревоги и страхов.

Объем, длительность и первоочередность психологической реабилитации должны определяться степенью психологической дисфункции и стрессоустойчивостью человека. При организации и направлении на психологическую реабилитацию важно знать и учитывать особенности психологического состояния больных и его динамику при данном заболевании, природу психологических изменений на разных этапах заболевания, его диагностики и лечения, факторы, влияющие на процесс психологической реадaptации. Личностные реакции на болезнь могут быть представлены самыми разными реакциями. На этапе диагностики и лечения, на котором больной узнает от врача и все в большей и большей мере осознает, что болен тяжелой болезнью, несущей угрозу его благополучию и самой жизни, у больного закономерно возникают тревожные опасения и страхи за жизнь и здоровье, мрачные размышления о будущем, подавленность, страх перед возможной инвалидностью, ощущение краха карьеры, а подчас и всей жизни. Боль, слабость, физический дискомфорт усугубляют реакцию больного на психическую травму, в роли которой выступает тяжелое и опасное заболевание. Выделяются как адекватные, так и патологические личностные реакции на болезнь и лечение, а также связанные с ними реальные и/или ожидаемые последствия.

Также важно понимать, что психологическая реакция на болезнь зависит от личностных особенностей пациента. Весьма важную роль эмоциональной поддержки и всесторонней помощи больным играет семья. Вместе с тем чрезмерная опека близких затрудняет процесс психологической реадaptации. Поэтому врачу необходимо проводить и разъяснительные беседы с членами семьи для формирования у лиц ближайшего окружения больного адекватных представлений о болезни, путях ее преодоления и последствиях. Важно выработать у больного и членов его семьи единые установки, способствующие активному участию в программах реабилитации.

Таким образом, только общая слаженная работа по реабилитации пациента будет способствовать скорейшему выздоровлению и реадaptации больного COVID-19 и позволит сократить время его нетрудоспособности и восстановить качество жизни больного.