Комитет по здравоохранению
Ленинградской области

Памятка населению

ПТСР

(посттравматическое
стрессовое расстройство)

ПТСР – это расстройство психики, которое возникает после воздействия мощного стрессового фактора, который в большинстве случаев несет в себе угрозу жизни или благополучию и является дистрессом для любого человека.

Симптомы

• могут проявляться как сразу же после психотравмирующего события (дни и недели),
• так и иметь отдаленные последствия (до полугода после события).



1. Эпизоды переживания травмирующего события в навязчивых воспоминаниях («кадрах»), мыслях и кошмарах. Человек при этом непроизвольно, постоянно, мысленно возвращается в травмирующую ситуацию.
2. Чувство оцепенения, эмоциональной заторможенности, отчужденности от людей.
3. Избегание действий и ситуаций, напоминающих о травме.
4. Перевозбужденность, импульсивность, немотивированные вспышки агрессии, гнева.
5. Сверхнастороженность, тревога, повышенная реакция на испуг.
6. Нарушения сна, бессонница, панические атаки, депрессивные состояния, апатия.
7. Отказ от привычных ритуалов: чтение книг, просмотр кино, встречи со знакомыми и близкими.

Если Вы обнаруживаете у себя или Ваших близких похожие симптомы - стоит незамедлительно обратиться за специализированной медицинской помощью.

ПТСР, при своевременном выявлении, хорошо поддается как фармакологическому, так и психотерапевтическому лечению.

ПТСР не входит в перечень заболеваний, приводящих к ограничению в правах и трудоустройстве, факт обращения за медицинской помощью к врачам психотерапевтам и психиатрам защищен законом о врачебной тайне.

Своевременная и адекватная медико-психологическая помощь при ПТСР приводит к полному восстановлению состояния психического благополучия.

На базах районных больниц и поликлиник Ленинградской области реализуется программа медицинской реабилитации лицам, вернувшимся из зоны проведения СВО, а также, членам их семей.



междисциплинарный подход: лечение врачом общей практики при привлечении узких специалистов /врача – психотерапевта.



профилактический медицинский осмотр/ диспансеризация: будут предложены обращении в мед. организацию по месту жительства, осмотр узкими специалистами, услуги дневного стационара (при назначении леч. врача).



Уточняйте информацию в своей поликлинике по месту жительства у участкового терапевта. «Горячая линия» комитета по здравоохранению Ленинградской области:

(812) 679-60-04
8 (800) 200-47-03