Неврастения

Выполнил: студент Л-416В группы
Бикбулатов А.Р.

Неврастения -это

патологическое состояние нервной системы человека, возникающее в результате ее истощения при длительной психической или физической перегрузке. Наиболее часто неврастения встречается у людей 20-40 лет, у женщин немного реже, чем у мужчин.

Она развивается при длительном физическом перенапряжении (напряженная работа, недостаточный сон, отсутствие отдыха), частых стрессовых ситуациях, личных трагедиях, длительных конфликтах. Возникновению неврастении могут способствовать соматические заболевания и хронические интоксикации. Лечение неврастении зависит от ее вида. Основополагающим моментом является устранения причинного фактора неврастении.

Классификация неврастении

Неврастения классифицируется по клиническим формам как:

- Гиперстеническая форма
- Раздражительная слабость
- Гипостеническая форма

Данные формы могут проявляться как фазы протекания неврастении.

Симптомы неврастении

Наиболее частым симптомом неврастении является головная боль. Она носит диффузный характер и, как правило, возникает в конце дня. Характерным является чувство давления на голову, будто сдавливание головы тяжелым шлемом («каска неврастеника»).

Вторая жалоба пациентов с неврастенией — это головокружение. Часто такое головокружение возникает при сильном волнении, физической нагрузке, изменении погоды и др.

Характерны симптомы, связанные с сердечно-сосудистыми нарушениями: тахикардия, ощущение сердцебиения, давящая или колющая боль в области сердца, артериальная гипертензия, краснота или бледность кожных покровов. Они могут появиться при малейшем волнении пациента, даже в ходе оживленной беседы.

При неврастении возможны диспепсические явления: изжога, ухудшение аппетита, отрыжка. Тяжесть в желудке, метеоризм, беспричинные поносы или запоры.

У пациентов могут быть частые позывы к мочеиспусканию (поллакиурия), учащающиеся при волнении и проходящие в состоянии покоя. Часто бывает снижено половое влечение.

Гиперстеническая форма

неврастении проявляется повышенной раздражительностью, эмоциональной лабильностью и высокой возбудимостью. Больные легко выходят из себя, кричат на окружающих, часто проявляют нетерпение, не могут держать себя в руках и способны даже оскорбить окружающих. Их раздражает, любой звук, большое скопление людей или их быстрое передвижение. Характерно понижение работоспособности, причем это происходит не столько за счет утомления, сколько за счет первичной слабости активного внимания: рассеянности и несобранности, невозможности «включиться» в работу и сосредоточиться на выполняемом деле.

Не способен длительно выдерживать психическое напряжение, необходимое для ее выполнения и легко отвлекается, после такого отвлечения ему снова трудно начать работу. Это повторяется много раз в течение рабочего дня и в результате человек ничего не успевает сделать. Пациенты также жалуются на нарушения сна в виде проблем с засыпанием, частых ночных пробуждений, тревожных сновидений, связанных с дневными переживаниями. Как результат — тяжелое утреннее пробуждение без чувства отдыха, неясная голова, плохое настроение, постоянное чувство усталости и разбитости. Подобное утреннее состояние больных неврастенией может несколько улучшаться к вечеру

Раздражительная слабость

- вторая фаза неврастении, которая наступает у лиц холерического темперамента или людей с уравновешенным сильным типом нервной системы в случаях, если на первой стадии выздоровление не произошло, а действие патогенного фактора продолжается. Для больного по-прежнему характера сильная раздражительность, но она быстро гаснет и сменяется психическим истощением. Пациенты легко возбуждаются и кричат, но такая первая реакция сменяется чувством бессилия и обиды и часто переходит в плач. Психические реакции с противоположными эмоциональными состояниями возникают по любому, даже самому пустяковому, поводу..

Во второй фазе неврастении больной с огромным трудом приступает к выполнению любого дела или работы, он не в состоянии сосредоточиться. Пытаясь сконцентрироваться на каком-то занятии, он быстро устает, головная боль усиливается и он не может ясно соображать, что делает. Нарастающая общая и нервная слабость заставляет его бросить начатое дело с ощущением полного бессилия. Спустя какое-то время больной снова пытается взяться за работу, но из-за нервного истощения опять ее бросает. Перерывы между такими попытками работать не улучшают ситуацию, так как они не приносят психического отдыха больному. Поэтому многократные попытки поработать могут довести больного неврастенией до состояния полного изнеможения.

Гипостеническая форма

развивается как третья фаза неврастении. Она может возникнуть с самого начала заболевания у астеничных, тревожных и мнительных людей со слабым типом нервной системы. Для этой формы или фазы неврастении характерна постоянная вялость, физическая и психическая слабость, пассивность, снижение настроения, отсутствие интересов. Пациенты испытывают чувство грусти и какой-то неопределенной тревожности, но выраженные приступы тревоги или тоски для них не характерны.

Сниженное настроение сочетается с выраженной астенией и часто проявляется эмоциональной неустойчивостью и слезливостью. Из-за чувства постоянной усталости и общей слабости пациенты вообще не могут собраться для начала какой-либо физической или умственной работы. Они сосредоточенны на своих внутренних ощущениях и мысли о своем состоянии еще больше подавляют их. Характерны ипохондрические жалобы на различные ощущения, исходящие из внутренних органов.

По прошествии некоторого времени при прекращении действия патологического фактора или проведении адекватной терапии у страдающих неврастенией начинает восстанавливаться сон и постепенно происходит выздоровление. При повторном возникновении приступов неврастении их длительность увеличивается, а депрессивные состояния усугубляются.

Диагностика неврастении

- Диагноз неврастении ставится неврологом на основании характерных жалоб пациента, истории развития заболевания и осмотра. При клиническом обследовании необходимо исключить наличие хронических инфекций, интоксикаций или соматических заболеваний, начальным проявлением которых может быть неврастения. Неврастения может развиться и как проявление органического поражения головного мозга (опухоль, воспалительные заболевания, нейро инфекции), поэтому для его исключения пациента обследуют на компьютерном (КТ головного мозга) или магнитно-резонансном (МРТ головного мозга) томографе. Для оценки мозгового кровообращения при неврастении проводят реоэнцефалографию.

Лечение неврастении

- Необходимо уменьшить психическую и физическую нагрузку на пациента, ввести строгий режим труда и отдыха.
- Важно соблюдение правильного распорядка дня, отход ко сну и пробуждение в одни и те же часы.
- Больным неврастенией полезны пешие прогулки перед сном, свежий воздух, витаминизированное питание, перемена обстановки. Им рекомендована рациональная психотерапия и аутогенные тренировки.
- Эффективны бром и кофеин в индивидуально подобранных дозировках. Терапия сердечно-сосудистых нарушений проводится настойкой боярышника, препаратами валерианы и пустырника.
- При всех формах неврастении возможно назначение сонапакса. В малых дозах он действует как антидепрессант и оказывает стимулирующее воздействие на нервную систему, поэтому применяется при гипостенической форме. В больших дозах у него проявляется седативный эффект, что позволяет использовать его в лечении гиперстенической формы.
- Пациентам с неврастенией рекомендована консультация физиотерапевта для подбора эффективных физиотерапевтических методов лечения заболевания. При неврастении могут применяться электросон, массаж, рефлексотерапия, ароматерапия и другие процедуры.

Прогноз при неврастении

- Неврастения имеет наиболее оптимистичные прогнозы среди всех неврозов. Однако часто происходит переход в хроническую форму, трудно поддающуюся лечению.

Профилактика неврастении

- Главным в предупреждении развития неврастении является соблюдение правильного режима труда и отдыха, применение релаксирующих методик после нервного перенапряжения, избегание физических перегрузок и стрессовых ситуаций. Важное значение имеет смена деятельности, полное отключение от работы, активный отдых. В некоторых случаях предотвратить развитие начинающегося невроза помогает отпуск и поездка на отдых.