

УДК: 616.89:616.98:578.834COVID-19]-085.851

ПСИХООСВІТА ЯК НЕВІД'ЄМНА СКЛАДОВА ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ПІДТРИМКИ ХВОРИХ НА COVID-19

Лещина І.В.

Харківський національний медичний університет, Харків, Україна

Пандемія COVID-19 є першою у світовій історії пандемією, яка розгортається в умовах існування соціальних мереж і тому супроводжується небувалою панікою, наслідки якої можуть значно погіршити власні наслідки захворювання. Стрес в умовах пандемії найбільше шкодить літнім людям, дітям та підліткам, медичним працівникам та людям із психічними захворюваннями. Проведено комплексне клініко-психопатологічне та психодіагностичне обстеження 125 хворих на COVID-19 з непсихотичними психічними розладами (68 жінок та 57 чоловіків) середнього віку ($36,0 \pm 3,4$) роки. За результатами клініко-психопатологічного дослідження клінічна картина непсихотичних психічних розладів у обстежених хворих була представлена депресивним, тривожним, астено-невротичним та когнітивним синдромами. Нами була розроблена модель персоніфікованої психотерапевтичної підтримки хворих, які перенесли COVID-19, що включає психотерапію та психоосвіту. За результатами дослідження на тлі використання психоосвітніх програм в структурі психотерапевтичної підтримки хворих на COVID-19 в обстежених хворих відмічена позитивна динаміка психічного стану; зниження виразності тривожно-депресивної симптоматики; позитивна трансформація копінг-стратегій; перехід неконструктивних типів відношення до хвороби в адаптивні, конструктивні близьких, що означає високий рівень сприйняття якості життя. Дослідження динаміки типів ставлення до хвороби на тлі лікування показала зміну відношення до хвороби, що полягає в підвищенні показників гармонійного та ергопатичного типів ставлення до хвороби.

Ключові слова: психічні розлади, коронавірусна інфекція 2019-nCoV, психотерапія, копінг-стратегії.



Цитуйте українською: Лещина ІВ. Психоосвіта як невід'ємна складова психотерапевтичної підтримки хворих на COVID-19. Експериментальна і клінічна медицина. 2021;90(4):73-7. <https://doi.org/10.35339/ekm.2021.90.4.les>

Cite in English: Leshchyna I. Psychoeducation as an integral component of psychotherapeutic support for patients with COVID-19. Experimental and Clinical Medicine. 2021;90(4):73-7. <https://doi.org/10.35339/ekm.2021.90.4.les> [in Ukrainian].

Вступ
Пандемія SARS-CoV-2 за даними літератури часто спричиняє появу три-

вожних станів [1]. Хвороба пов'язана з невизначеністю, нерозумінням, що трапилось, ізоляцією, цілою низкою стра-

© Лещина І.В., 2021

© Leshchyna I., 2021

хів та побоювань. Страх і занепокоєння, тривога та хвилювання – природні реакції на складні та небезпечні життєві обставини. Чим більше людина зосереджує увагу на тому, що не може безпосередньо контролювати, тим швидше вона втрачає самовладання, перестає керуватися своїми почуттями та емоціями [2; 3].

Високі показники тривожності, депресії, посттравматичного стресу, психологічного дистресу реєструються серед населення багатьох країн світу під час пандемії COVID-19 [4]. При оцінці психологічних наслідків, викликаних спалахом коронавірусу, слід також враховувати тривалість психічних симптомів, оскільки гострі психологічні реакції на стресові або травмуючі події іноді мають захисний характер [5].

Пандемія COVID-19 є першою у світовій історії пандемією, яка розгортається в умовах існування соціальних мереж, через що вона супроводжується непередбачуваною панікою, яка погіршує наслідки захворювання [6].

На вплив стресу часто не звертають уваги в умовах пандемії високозаразної інфекції з високим рівнем летальності. Але окремі категорії хворих (діти, підлітки, літні люди, медичні працівники, психічні хворі) значно чутливі до стресу [7]. Для них «соціальне дистанціювання» під час пандемії пов'язано з ще більшою стигматизацією, нижчою цікавістю до їх потреб та значним зниженням рівню підтримки. У людей, які не мали проблем з психічним здоров'ям, на тлі пандемії можуть виникати напади паніки, тривоги, страху, прояви розгорнутої депресії. В осіб з проблемами психічного здоров'я на тлі відчуття «невизначеного майбутнього» симптоматика хвороб посилюється, а потреба в професійній допомозі збільшується [8–10].

Метою дослідження була розробка та апробація психоосвітньої програми в структурі психотерапевтичної підтримки хворих на COVID-19.

Матеріали та методи

Задля отримання поставленої мети, за умови інформованої згоди пацієнтів, нами було проведено комплексне клініко-психопатологічне та психодіагностичне обстеження 125 осіб, хворих на COVID-19, з несприятливими психічними розладами (68 жінок та 57 чоловіків) середнього віку ($36,0 \pm 3,4$) роки.

Нами були використані наступні методи обстеження: клініко-психопатологічний та психодіагностичний. Психодіагностичний включав такі методи: методика «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» (Норман С., Ендлер Д.Ф., Джеймс Д.А, Паркер М.І., в адаптації Крюкової Т.А.); методика ТОБОЛ (Визначення переважаючого типу ставлення до хвороби).

Методика «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» – це адаптований варіант копінг-стресової поведінки включає перелік заданих реакцій на стресові ситуації та націлений на визначення домінуючих копінг-стресових поведінкових стратегій.

Методика ТОБОЛ призначена для психологічної діагностики типів ставлення до хвороби. При такій діагностиці задіяна типологію відносин до хвороби, запропонована Личко А.Е. і Івановим Н.Я. (1980). Методика дозволяє діагностувати наступні 12 типів ставлення: сенситивний; тривожний; іпохондричний; меланхолійний; апатичний; неврастенічний; егоцентричний; паранойяльний; анозогнозический; дисфоричний; ергопатический; гармонійний.

Математико-статистичну обробку результатів дослідження проводили за допомогою пакетів спеціалізованих програм (Statistica 6.0, MS Excel, США).

Групова робота давала можливість пацієнтам відкрито, без упереджень, страхів чи стигматизації обговорити отриману інформацію з іншими учасниками, порівняти її з власним пережитим досвідом. Вирішальне значення мав той факт, що пацієнти могли отримати необхідну інформацію не тільки від лікаря, але і від інших пацієнтів, обмінятися з ними власним досвідом, разом знайти шляхи вирішення своїх проблем. Крім того, за допомогою участі в групі була задоволена потреба у спілкуванні, відсутність якого є причиною виникнення психічних розладів в період пандемії [9], що пов'язують з ізоляцією.

Ефективність розробленої психосвітної програми в структурі психотерапевтичної підтримки хворих на COVID-19 була вивчена у порівнянні з традиційними заходами психокорекції.

Результати та їх обговорення

Клініко-психопатологічне дослідження показало, що у клінічній картині непсихотичних психічних розладів у обстежених пацієнтів мають місце тривожний (42 [33,6 %] хворих), депресивний (36 [28,8 %]), астено-невротичний (31 [24,8 %]) і когнітивний (16 [12,8 %]) синдроми. З урахуванням цього результату нами була розроблена модель персоналізованої психотерапевтичної підтримки пацієнтів, які перенесли COVID-19. Зазначена модель складалася з психотерапії та психоосвіти.

Аналіз отриманих клінічних результатів використання запропонованої розробленої програми показав позитивну динаміку емоційного стану, зниження рівня тривожності у 71 (56,8 %) обстежених хворих.

На першому етапі дослідження (перед проведенням психоосвіти) у всіх обстежених пацієнтів встановлено значну поширеність дисгармонійних типів ставлення до хвороби: тривожний (46

[36,8 %] пацієнтів), іпохондричний (43 [34,4 %] обстежених), анозогностичний (14 [11,2 %]), ергопатичний (13 [10,4 %] пацієнтів). Гармонійний тип відзначався лише у 9 (7,2 %) обстежених хворих. Для більшості обстежених хворих була характерна виражена пригніченість хворобою; страх перед майбутнім; млявість та апатія; надмірне зосередження на хворобливих суб'єктивних та інших неприємних відчуттях.

Дослідження динаміки типів ставлення до хвороби на тлі проведеного комплексу втручань продемонструвало зміни деструктивних типів відношення до хвороби в адаптивні, що полягає у підвищенні показників гармонійного (72 [57,6 %] пацієнтів) та ергопатичного (53 [42,4 %] пацієнтів) типів ставлення до хвороби.

У сфері реалізації копінг-стратегій на першому етапі дослідження у 56 (44,8 %) обстежених хворих відмічався копінг, орієнтований на уникнення; у 28 (22,4 %) – на соціальне відволікання; у 26 (20,8 %) – на емоції; у 15 (12,0 %) – на вирішення завдань. Після проведення психоосвіти в обстежених хворих домінував копінг, спрямований на вирішення завдань (67 [53,6 %] пацієнтів).

Висновки

Отже, за результатами дослідження на тлі використання психоосвітніх програм в структурі психотерапевтичної підтримки хворих на COVID-19 в обстежених хворих була відмічена позитивна динаміка психічного стану, зниження виразності тривожно-депресивної симптоматики; позитивна трансформація копінг-стратегій; перехід неконструктивних типів відносин до хвороби близьких в адаптивні та конструктивні типи, що підтверджує ефективність розробленої програми.

Конфлікт інтересів відсутній.

Література

1. Zhang Y, Ma ZF. Impact of the COVID-19 pandemic on mental health and quality of life among local residents in Liaoning Province, China: a cross-sectional study. *J. Environ. Res. Public Health*. 2020;17(7):2381. DOI: 10.3390/ijerph17072381. PMID: 32244498.
2. Чабан ОС, Хаустова ОО. Психічне здоров'я в період пандемії COVID-19 (особливості психологічної кризи, тривоги, страху та тривожних розладів). *НейроNews [НейроНовини]*. 2020;3(114):26-36. Доступно на: [https://neuronews.com.ua/uploads/issues/2020/3\(114\)/nn20_3_26-36.pdf](https://neuronews.com.ua/uploads/issues/2020/3(114)/nn20_3_26-36.pdf)
3. Gao J, Zheng P, Jia Y, Chen H, Mao Y, Chen S, et al. Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak. *PLoS ONE*. 2020;15(4):e0231924. DOI: 10.1371/journal.pone.0231924. PMID: 32298385.
4. Huang Y, Zhao N. Generalized Anxiety Disorder, Depressive Symptoms and Sleep Quality during COVID-19 Epidemic in China: A Web-Based Cross-Sectional Survey. *Psychiatry Res*. 2020;288:112954. DOI: 10.1016/j.psychres.2020.112954. PMID: 32325383.
5. Пішель В Я, Ільницька ТЮ, Чумак СА, Степанова НМ, Ячник ЮВ. Психічне здоров'я медичних працівників в умовах пандемії COVID-19. *НейроNews [НейроНовини]*. 2020;10(121):20-2. Доступно на: [https://neuronews.com.ua/uploads/issues/2021/10\(121\)/nn20_10_20-22.pdf](https://neuronews.com.ua/uploads/issues/2021/10(121)/nn20_10_20-22.pdf)
6. Gonzalez-Sanguino C, Ausin B, Castellanos MA, Saiz J, Lopez-Gomez A, Ugidos C, et al. Mental Health Consequences during the Initial Stage of the 2020 Coronavirus Pandemic (COVID-19) in Spain. *Brain Behav. Immun*. 2020;87:172-6. DOI: 10.1016/j.bbi.2020.05.040. PMID: 29786478.
7. Zarocostas J. How to fight an infodemic. *The Lancet*. 2020;395(10225):676. DOI: 10.1016/S0140-6736(20)30461-X. PMID: 32113495
8. Юрьева ЛН, Шустерман ТИ. Пандемия COVID-19: риски для психологического благополучия и психического здоровья. *Украинский вестник психоневрологии*. 2020;28(2(103)):5-10. DOI: 10.36927/2079-0325-V28-is2-2020.
9. Ткаченко ОВ. Вплив пандемії COVID-19 на психічне здоров'я (огляд літератури). *Український вісник психоневрології*. 2021;29(1(106)):55-9. DOI: 10.36927/2079-0325-V29-is1-2021.
10. Duan L, Zhu G. Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *Lancet Psychiatry*. 2020;7(4):300-2. DOI: 10.1016/S2215-0366(20)30073-0. PMID: 32085840.

Leshchyna I.

PSYCHOEDUCATION AS AN INTEGRAL COMPONENT OF PSYCHOTHERAPEUTIC SUPPORT FOR PATIENTS WITH COVID-19

The COVID-19 pandemic is the first pandemic in world history that unfolds in the context of the existence of social networks. And therefore, it is accompanied by unprecedented panic, the consequences of which can significantly worsen the own consequences of COVID-19. No one is spared stress during a pandemic, but the most vulnerable to it, are the elderly, children and adolescents, medical workers, and, as sad as it sounds, people with mental illnesses will have to pay the highest price. A comprehensive clinical-psychopathological and psychodiagnostic examination of 125 patients with COVID-19 with non-psychotic mental disorders (68 women and 57 men) with an average age (36.0 ± 3.4) years was conducted. As shown by the results of the clinical-psychopathological study, the clinical picture of non-psychotic mental disorders in the examined patients is represented by depressive, anxious, astheno-neurotic and

cognitive syndromes. Taking into account the data obtained during the comprehensive examination on the psychological, pathopsychological, and clinical-psychopathological features of patients with COVID-19, a model of personalized psychotherapeutic support for patients who suffered from COVID-19 was developed, which includes psychotherapy and psychoeducation. According to the results of the study, against the background of the use of psychoeducational programs in the structure of psychotherapeutic support for patients with COVID-19, positive dynamics of the mental state, a decrease in the expressiveness of anxiety-depressive symptoms were noted in the examined patients; positive transformation of coping strategies; the transition of non-constructive types of attitude to the disease into adaptive, constructive ones. Regarding the dynamics of patients' attitude to disease against background of treatment – types of attitude have changed, which consists in increasing the indicators of harmonious and ergopathic types of attitude to the disease.

Keywords: *mental disorders, coronavirus infection 2019-nCoV, psychotherapy, coping strategies.*

Лецина И.В.

ПСИХООБРАЗОВАНИЕ КАК НЕОТЪЕМЛЕМАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ БОЛЬНЫХ COVID-19

Пандемия COVID-19 является первой в мировой истории пандемией, которая разворачивается в условиях существования социальных сетей и сопровождается небывалой паникой, последствия которой могут значительно ухудшить состояние заболевших. К стрессу, вызванному пандемией, наиболее чувствительны пожилые люди, дети, подростки, медицинские работники и психические больные. Было проведено комплексное клинко-психопатологическое и психодиагностическое обследование 125 больных COVID-19 с непсихотическими психическими расстройствами (68 женщин и 57 мужчин) среднего возраста ($36,0 \pm 3,4$) года. В результате клинко-психопатологического исследования в клинической картине непсихотических психических расстройств у обследованных больных были выявлены депрессивный, тревожный, астено-невротический и когнитивным синдромы. С учетом полученных в ходе комплексного обследования данных о психологических, патопсихологических и клинко-психопатологических особенностях больных COVID-19 нами была разработана модель персонифицированной психотерапевтической поддержки, которая включает психотерапию и психообразование. По результатам психообразования обследованных больных была отмечена положительная динамика психического состояния; снижение выраженности тревожно-депрессивной симптоматики; положительная трансформация копинг-стратегий; переход неконструктивных типов отношения к болезни в адаптивные, конструктивные. На фоне лечения также изменились типы отношения к болезни, что проявилось повышением показателей гармоничного и эргопатического типов отношения к болезни.

Ключевые слова: *психические расстройства, коронавирусная инфекция 2019-nCoV, психотерапия, копинг-стратегии.*

Надійшла до редакції 21.10.2021

Відомості про автора

Лецина Ірина Володимирівна – кандидат медичних наук, доцент, доцент кафедри психіатрії, наркології, медичної психології та соціальної роботи Харківського національного медичного університету.

Адреса: Україна, 61022, м. Харків, пр. Науки, 4, ХНМУ.

E-mail: proector_npr@knmu.edu.ua

ORCID: 0000-0002-8053-5288.