

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ ПАЦІЄНТІВ З ЦУКРОВИМ ДІАБЕТОМ

О. В. Абдуласва

Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

На сьогодні поширеність цукрового діабету (ЦД) в Україні набула характеру пандемії. Цукровий діабет є причиною інвалідизації та смертності поряд з ішемічною хворобою серця та онкологічними захворюваннями. Велику небезпеку становлять хронічні ускладнення ЦД, що призводять до втрати зору, розвитку термінально-ниркової недостатності й нетравматичних ампутацій [1, с.9].

Цукровий діабет – група ендокринних захворювань, що розвиваються внаслідок абсолютної чи відносної недостатності гормону інсуліну, появи інсулінорезистентності, внаслідок чого виникає гіперглікемія – стійке підвищення рівня глюкози у крові.

Ще в 100-му році нашої ери лікар Аретаїус зазначав, що діабет – загадкова хвороба. Це висловлювання справедливе і сьогодні, тому що причина діабету залишається багато в чому нез'ясованою. З симптомами цукрового діабету людство знайоме дуже давно. Єгипетські автори «Папірусу Еберса» описали цю хворобу близько трьох з половиною тисяч років тому, і навіть запропонували свої методи його лікування. Питання лікування психічних розладів у хворих на цукровий діабет стали розглядатися порівняно недавно, і велика частина проблем в цій галузі до теперішнього часу залишається спірною і невирішеною. Питанням психоемоційного стану людей з ЦД займалися вчені М.І.Балаболкін, С. Брінк, Ш. Еберхард, М. Хельмут, Н.Н. Громнацький.

Таким чином, незважаючи на велику кількість робіт, присвячених даній проблемі, залишаються недостатньо вивченими питання прогнозу, щодо розвитку психічних порушень при цукровому діабеті, особливо їх клінічної структури та оптимальних методів лікування [2, с.11].

Вчені все частіше стали замислюватися про те, як цукровий діабет впливає на психіку хворого, які психічні зміни поведінки проявляються і чим вони обумовлені. Багатозначну роль тут грає тривога рідних таких пацієнтів, які говорять про зміну сімейних відносин. При цьому ступінь серйозності проблеми залежить від тривалості захворювання.

Статистика вказує на те, що ризик розвитку порушення при цукровому діабеті залежить від комплексу синдромів і може дорівнювати від 17% до 84%. Синдромокомплекс являє собою набір симптомів, які описують зміст синдрому. Можна виділити три різновиди синдрому, які можуть проявлятися одночасно або самостійно. Психологія виділяє наступні синдроми:

- невротичний синдром - у хворих під час цукрового діабету часто спостерігаються невротичні розлади, в тому числі поганий настрій, відсутність радості, розгубленість, неприємний тривожний тик, нестійкість емоцій і так далі. Такі діабетики уразливі, чутливі і дратівливі;

- астеничний синдром проявляється надмірною збудливістю, якій характерна агресивність, конфліктність, невдоволення собою. Якщо людині довелося страждати від цього синдрому вона, швидше за все, буде мати проблеми зі сном, тобто погано засипати, часто прокидатися, відчувати сонливість вдень;

- депресивний синдром часто стає компонентом перших двох різновидів, однак в окремих випадках він також зустрічається самостійно.

У людей, які страждають на цукровий діабет, зустрічається ряд психологічних проблем і психічних розладів. Їх наявність, може негативно впливати на життєву стратегію людини: часто діабетик організовує все своє життя навколо свого страждання («діабет як спосіб життя»).

Коли у хворого діагностовано цукровий діабет, він починає змінюватися не тільки зовні, але і внутрішньо.

Психічні розлади трапляються через збої в роботі внутрішніх органів, в тому числі кровоносної та лімфатичної системи. Коли у хворого діагностовано цукровий діабет, він починає змінюватися не тільки зовні, але і внутрішньо.

Цукровий діабет може стати причиною психічних розладів. Серед них можна виділити основні:

- переїдання - суб'єкт починає стрімко заїдати проблеми, які стають перед ним більш гостро. Діабетик, намагаючись поліпшити свій стан, прагне з'їсти якомога більше їжі, серед якої мало корисних продуктів харчування. Порушення харчового режиму призводить до того, що людина на емоційному рівні відчуває тривогу, коли приходить відчуття голоду.

- хворий постійно знаходиться в стані тривоги і страху. Кожен відділ головного мозку зазнає впливу психосоматики цукрового діабету. Поява безпричинного страху, тривога, стан гноблення стає причиною депресії затяжного характеру, яка погано піддається лікуванню.

- для більш важких випадків характерно виникнення психозів і шизофренії, яка представляє собою патологічний стан, що є ускладненням цукрового діабету.

Таким чином, процес лікування супроводжується виникненням всіляких відхилень психологічного типу, починаючи несуттєвою апатією і завершуючи список шизофренією. Саме тому хворі на цукровий діабет потребують психотерапії, яка допоможе виявити головну причину, після чого необхідно своєчасно усунути її [4, с.28].

Депресивні психологічні особливості хворих на цукровий діабет виражаються наступними симптомами:

- з'являється відчуття втрати, пригніченості і відчаю;
- спостерігається погіршення настрою, відчуття безнадійності, безглуздості;
- діабетикові стає важче думати, приймати рішення;
- тривога, відсутність прагнень бажань, байдужість до себе і оточуючих.

Всі можливі зміни психіки діабетика обумовлені низкою факторів:

- неадекватно низкий рівень кисню в крові, спровокований ураженням церебральних судин, призводить до кисневого голодування головного мозку;

- гіпоглікемія;
- ураження мозкових тканин;
- інтоксикація, спровокована поразкою нирок і печінки;
- психологічні та соціальні аспекти [5, с.171].

Лікування психічних розладів у хворих на цукровий діабет здійснюється за допомогою психотерапевта (психолога). Консультант після збору анамнезу розробляє індивідуальну методику для конкретного пацієнта. Як правило, під час таких психотерапевтичних сеансів пацієнт вчиться по-новому сприймати світ і оточуючих, опрацьовує свої комплекси і страхи, а також усвідомлює і усуває глибинні проблеми.

Для деяких хворих психотерапевт вдається до медикаментозної терапії (при узгодженні з лікарем-ендокринологом), яка спрямовується на анулювання психологічних порушень. Для таких ситуацій призначаються нейрометаболічні стимулятори, психотропні лікарські засоби або седативні препарати. Важливо розуміти, що лікування повинно мати комплексний підхід і проходити строго під контролем лікуючого лікаря [6, с.11].

Отже, цукровий діабет – це захворювання ендокринної природи, викликане абсолютною або відносною нестачею гормону підшлункової залози інсуліну. Однією з найактуальніших проблем сучасної медицини є цукровий діабет, який представляє собою медико-соціальну та психологічну проблему. Протягом 20 століття ця патологія стала однією з найпоширеніших серед хронічних захворювань неінфекційного характеру.

Найбільш частими симптомами є астеничні: підвищена дратівливість, швидка фізична і розумова стомлюваність, зниження пам'яті, порушення сну, утруднення концентрації уваги, почуття внутрішньої незадоволеності і образи, звуження кола інтересів, апатія, млявість, плаксивість, схильність до депресії, підвищеної тривожності і боязкості, нав'язливі страхи.

На всіх етапах хвороби позитивний ефект дають сугестивні методи впливу, і зокрема аутогенне тренування. Головна профілактична міра розладів психіки у хворого на діабет полягає у виключенні негативної психологічної обстановки. Людині з таким захворюванням важливо усвідомлювати і відчувати любов і підтримку оточуючих.

#### **Список використаної літератури**

1. Майоров А.Ю. Школи діабету–обов'язковий компонент лікування захворювання и профілактики його ускладнень // Ендокринологія. – 2011. – №2.– С.9
2. Гострі ускладнення цукрового діабету I типу: навчально-метод. рекомендації / уклад. Е.А. Азова, В.А. Воробйова, Н.А. Азов –Новгород: Вид-во НГМА, 2001. –34 с.
3. Уільямз Г. Керівництво по діабету: перек. з англ. / Уільямз Г., Пікап Дж.К. М: МЕДпресс-інформ, 2003. – 248 с.
4. Штандл Е., Менерт. Х. Великий довідник по діабету. - Вид-во У: Інтерексперт, 2000. –399 с.
- 5.Хайт Ф.І. Особистісні особливості ендокринологічних хворих в період загострення їх хронічного захворювання / Ф.І. Хайт, Н.М. Манухіна // Аспірант і здобувач. 2002. –Т. 13, № 6. – С. 171.
- 6.Цукровий діабет і супутні депресії / Є.В. Суркова, М.Ю. Дробижев, О.Г. Мельникова та ін. // Пробл. ендокринології. 2003. –Т.49, № 6. – С. 11.

*Науковий керівник: доцент О. В. Куліш*

## **ОПТИМІЗМ ЯК ЧИННИК ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я**

**Д. І. Басиста**

Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

Однією з фундаментальних цінностей особистості є її фізичне і психологічне здоров'я. Саме тому важливим завданням психології є виявлення особистісних чинників, здатних підтримувати психологічне здоров'я людини.

Позитивне світовідчуття та життєрадісність – важливі атрибути психологічного здоров'я людини. Вони можуть бути описані у категорії «оптимізму». У свою чергу, негативне світовідчуття, похмурість описуються категорією «песимізму».

З кінця ХХ століття у своїх дослідженнях учені особливу увагу приділяють вивченню впливу різних психологічних особливостей особистості на стан здоров'я. Зокрема дослідники (Х. Анісман, Дж. Вейлант, М. Вісінтейнер, М. Замишляєва,