



Психиатрия и психология Интервью с экспертом

29 апреля 2015 года



Владимир Бородин: «Депрессии у женщин случаются в 2 раза чаще, чем у мужчин»

А правда ли, что все болезни от нервов или это миф? О депрессиях, таблетках, сложных психических заболеваниях МЕД-инфо рассказывает **Владимир Иванович Бородин**, врач-психиатр высшей категории, психотерапевт, психоаналитик, член Проблемного Совета по социальной психиатрии, профессор, член Ученого Совета ФГБУ «Федеральный медицинский исследовательский центр психиатрии и наркологии» Министерства здравоохранения Российской Федерации.

Владимир Иванович, все-таки чаще пациентов приводят родственники. Дайте советы родственникам, как надо себя вести с такими пациентами, когда пора вести к психиатру?

— Тут все зависит от тяжести расстройств. Больных с психозом действительно чаще приводят родственники, и чем быстрее это происходит, тем лучше. Такие пациенты могут быть опасны для себя (суицид) или для окружающих (агрессия). Однако боязнь последнего в обществе несколько преувеличена. Вести себя по отношению к психически больным необходимо в спокойной, уверенной и доброжелательной манере. Не нужно излишне «давить» на него или, наоборот, заискивать перед ним. Пусть ваше поведение будет как можно более естественным. Если больной высказывает какие-то бредовые идеи, не нужно с ним спорить, разубеждать его, но и не стоит соглашаться. Тем не менее рекомендуется демонстрация понимания, прежде всего, эмоционального состояния больного человека. Также допустимы осторожный, ненавязчивый призыв к чувству реальности и столь же осторожное информирование больного о возможных негативных последствиях его нарушенного поведения. Больные же с так называемыми пограничными психическими расстройствами, например, с неврозами, сохраняющие в целом адекватное восприятие себя и окружающего мира, добровольно обращаются за психиатрической помощью.

Кто чаще обращается за помощью психиатра, мужчины или женщины?

— Чаще — женщины. Эмоциональные расстройства, особенно депрессии, имеющие в настоящее время самое широкое распространение среди населения, по статистике, в 2 раза чаще возникают именно у женщин.

Таблетки в психиатрии — это основное средство терапии?

— Отнюдь нет! В настоящее время повсеместно в мире бурно развиваются психологические (психотерапевтические) и другие нелекарственные методы лечения. Таблетки, то есть психотропные препараты, являются одним из важных компонентов комплексного лечения, рекомендуемого для подавляющего большинства психических расстройств. К сожалению, для отечественных психиатров, работающих в государственной системе здравоохранения, психотропные препараты до сих пор стоят на первом месте. Однако подобная ситуация в конечном счете связана не с личными предпочтениями, а с экономическими причинами.

Вы специализируетесь на психотерапии взрослых и детей. Какие расстройства встречаются чаще у детей?

— Лично я не специализируюсь, а, скорее, делаю акцент на психотерапии. Что касается детей, то у них возникают, в основном, те же психические расстройства, что и у взрослого населения. В то же время страхи, проблемы поведения, аутизм и другие нарушения психического развития, а также синдром дефицита внимания, заикание и ряд других расстройств считаются характерными именно для детского и подросткового возраста.

Как понять, что у ребенка психическое расстройство? Какие признаки должны насторожить? Что делать в такой ситуации?

— В этих случаях, прежде всего, довольно резко меняется поведение ребенка, и на это необходимо обращать самое пристальное внимание. Может снизиться школьная успеваемость. Также могут ухудшиться отношения со сверстниками. Необходимо обязательно исключить какие-либо суицидальные проявления — разговоры на тему смерти, бессмысленности жизни, высказывания о нежелании жить и тому подобное. При психических расстройствах у детей часто нарушается сон и аппетит, появляются тревога и страхи, снижается фон настроения. Но это, естественно, далеко не полный список. А что делать? Обращаться к специалисту.

Всегда ли обратная сторона гениальности — психическая болезнь?

— Гениальность — явление социальное, а социум по отношению к натуре есть нечто искусственное. И как искусственное в этом смысле социум часто требует от человека предельного напряжения или проявления его природных возможностей. Таким образом, в рамках социума идет по существу искусственный отбор крайних вариантов социально значимых — для той или иной сферы человеческой деятельности — природных способностей: по одну сторону — это гениальность, по другую — психическое расстройство. Между ними есть несомненная связь, но нет прямой корреляции. В определенном смысле к этому надо относиться и как к тайне.

Почему происходят весенние и осенние обострения психических расстройств?

— Психика — это не орган, это процесс. И как любой естественный процесс психика находится во власти временных закономерностей, в частности, суточных и сезонных ритмов.

«Навязчивое» состояние любви. 10 лет любить одного и того же человека. Это психическое отклонение? Могут ли затяжные личные переживания (неудача во взаимоотношениях с мужчиной) стать причиной нервного срыва, а в дальнейшем психического заболевания?

— Очень не хочется говорить о любви в контексте «психического отклонения». Любить одного и того же человека не то что 10 лет, а целую жизнь совсем недавно считалось духовным подвигом. Если же говорить о «навязчивом» состоянии любви (love addiction, зависимость от любви), то его надо рассматривать предельно узко — как состояние, характерное для определенных вариантов личностного или бредового расстройства (так называемый любовный бред). Кроме того, если любовные переживания достигают уровня выраженного, да еще и затяжного стресса, то они вполне могут вызвать или, лучше сказать, спровоцировать то психическое заболевание, к которому уже имеется определенная личностная или наследственная предрасположенность.

Есть ли какие-то способы профилактики психических заболеваний? Как-то можно избежать этого?

— Прежде всего, это правильное информирование населения о психических расстройствах, причинах их возникновения и развития, внутренних (наследственность) и внешних (травмы, интоксикации, нейроинфекции, нарушения обмена веществ, эндокринопатии и так далее). Естественно, необходима пропаганда здорового образа жизни. И еще очень важно преодоление у большинства нашего населения отрицательного отношения к психиатрии и психиатрическому лечению, нередко приобретающего явно карикатурные формы.

Что такое депрессия? Чем она опасна?

— Депрессия — это самостоятельное и весьма серьезное психическое расстройство, проявляющееся целым комплексом симптомов, в структуре которого пониженное настроение — лишь один из признаков. Основная опасность депрессии связана с риском суицида, а основное отрицательное последствие депрессии — это снижение качества жизни во всех ее проявлениях.

Булимия и анорексия. Как бороться с этим?

— Это весьма сложные по своей природе психические расстройства. По отношению к ним требуется так называемый междисциплинарный подход, подразумевающий совместное участие специалистов разного профиля: психиатров, психологов, гастроэнтерологов, эндокринологов, а иногда и реаниматологов. Существуют различные схемы лекарственной терапии, программы индивидуальной и групповой психотерапии, направленные на лечение и реабилитацию данной группы больных.

Психика, нервы — все это неразделимо? Все болезни действительно от нервов?

— Конечно, отделять психику от нервов нельзя. Однако это не одно и то же. По аналогии с компьютером, мозг — это hard, а психика — это soft. И у них не совсем одинаковые принципы функционирования. Во всяком случае психику нельзя объяснить в «мозговых» понятиях. Такие попытки всегда заканчиваются неудачей. А то, что «все болезни от нервов», так это просто слишком примитивная и сильно устаревшая формула из области «неврологической мифологии».

Как бы вы охарактеризовали состояние дел в сфере современной российской психиатрии?

— Как кризисное, хотя звучит довольно банально. Основная проблема даже не российской, а мировой классической психиатрии обусловливается стагнацией теоретического, а вслед за этим и практического ее развития. Дело в том, что сердцевина классической психиатрии — общая психопатология — методологически в гораздо большей степени связана с медициной, нежели

с психологией и гуманитарными науками (хотя основной ее предмет — психика и психические расстройства — прямо отсылает ее именно к этим последним наукам). В связи с этим классическая психиатрия до сих пор оперирует такими понятиями, как «симптом», «синдром», «нозология», категорически отрицательно относится ко всякого рода «психологизациям», включая и психотерапию, и в совокупности характеризуется редукционистским (упрощенческим) в целом подходом к психическому, а к тому же еще и дефицитом того, что можно обозначить таким понятием, как гуманитарность. Не имея собственной методологии, отвечающей специфике основного предмета исследования, классическая психиатрия может пока развиваться только за счет других наук: либо биологических, то есть нейронаук (так называемая биологическая психиатрия), либо психотерапии и клинической психологии. В развитых странах психиатрия весьма плотно взаимодействует и с нейронауками, и в особенности с психотерапией. К сожалению, в отечественной психиатрии отношение к психотерапии и психологии до сих пор отрицательное, несмотря на многочисленные декларации и демонстрации позитива. Как говорится, «судите не по словам, а по делам их». Количество клинических психологов и особенно психотерапевтов (!) в государственной системе психиатрической помощи в России, будучи и так совершенно недостаточным, за последние годы имеет тенденцию к еще большему снижению. Государственное образование в сфере психотерапии крайне скудное и очень далекое от совершенства. Какое-то хаотическое развитие психотерапии происходит в частной практике, но она располагается в основном на «теневой стороне» и по существу никак не связана с официальной психиатрией. В итоге недостаточное развитие психотерапии в России тормозит развитие системы психосоциальной реабилитации психически больных и больных иного профиля, а в конце концов негативно сказывается и на научном развитии современной российской психиатрии. Это вкратце.

Фото из личного архива В. И. Бородина

Автор: Оксана Плисенкова