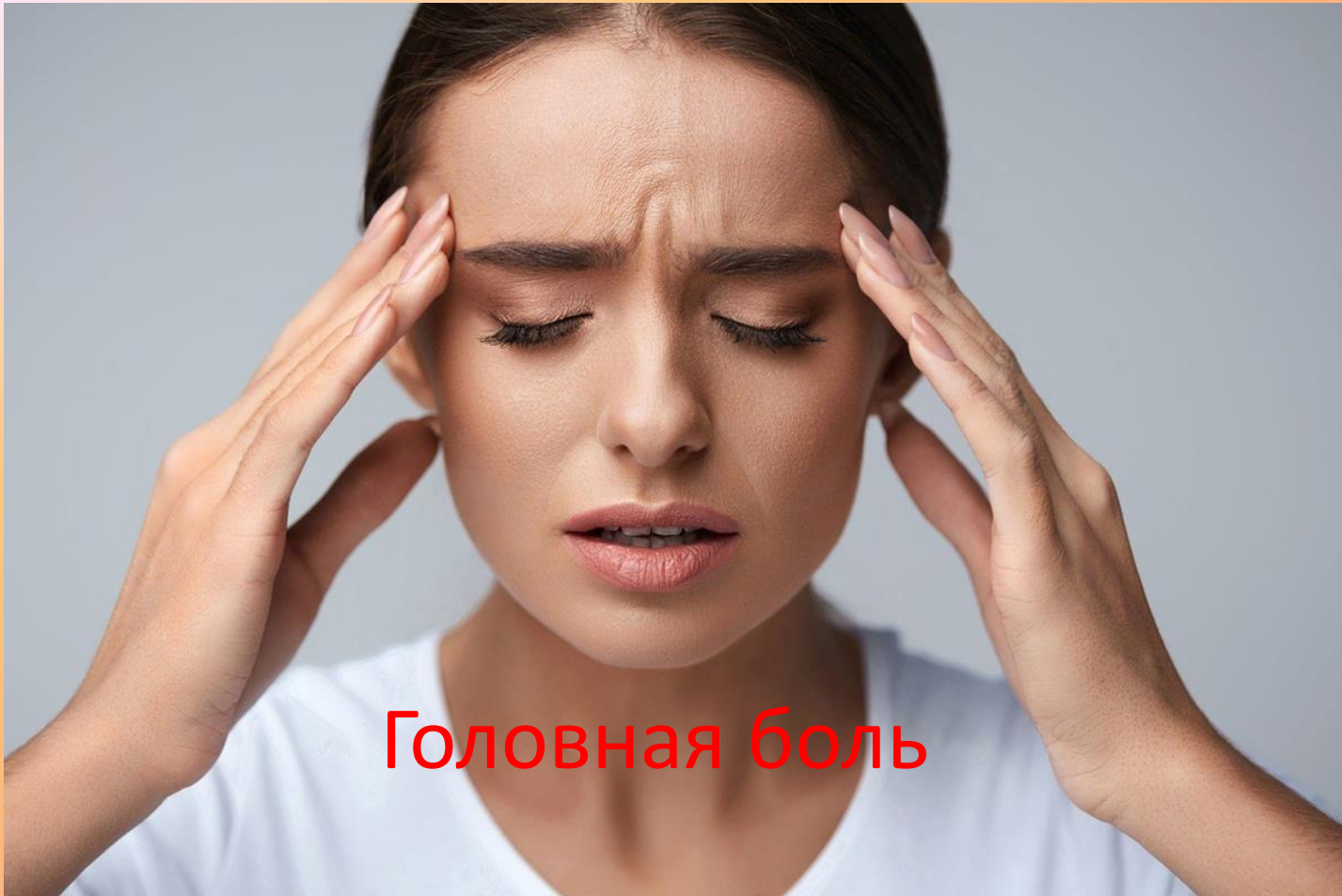


Раннее выявление расстройств
тревожно – депрессивного
характера у детей и подростков

ЦВЛ «Детская психиатрия»

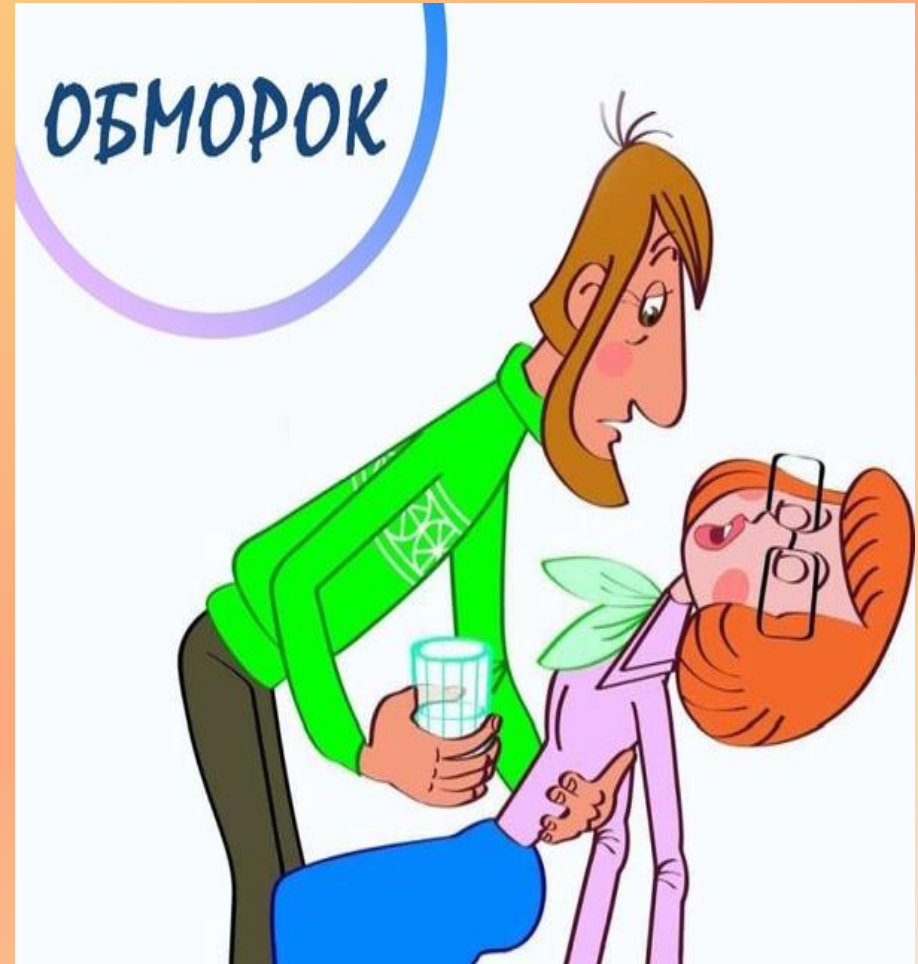
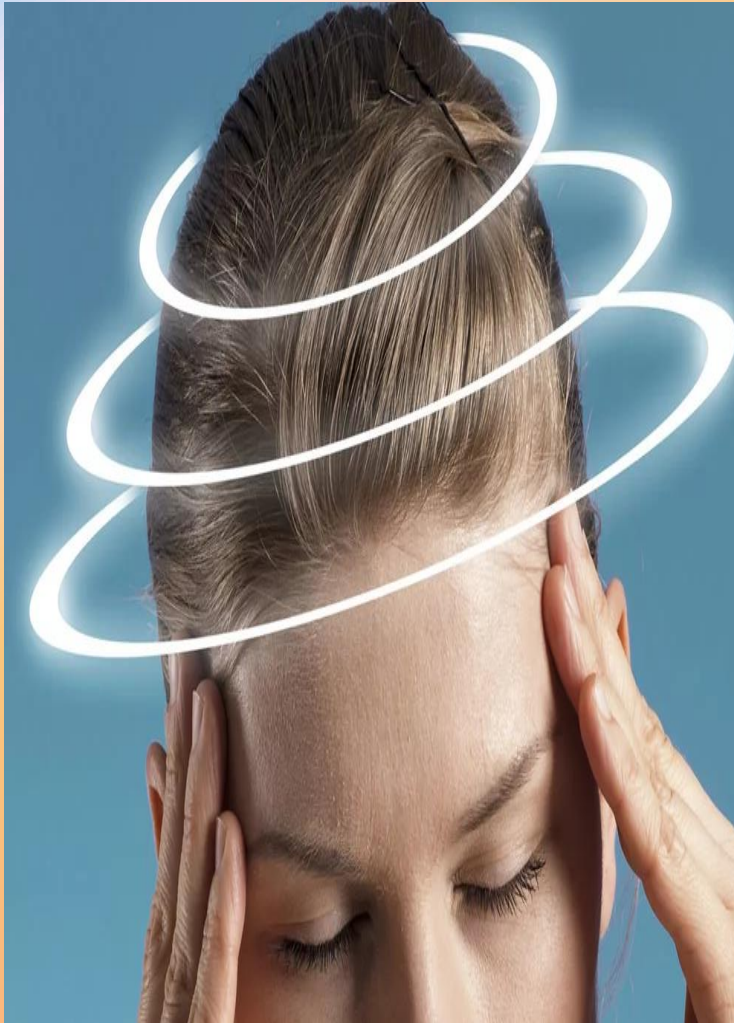
им. С.С. Мнухина

Телесные проявления тревоги



Головная боль

Головокружение и предобморочные СОСТОЯНИЯ



Боли в сердце, учащенное
сердцебиение, одышка (ощущение
нехватки воздуха)



Телесные проявления тревоги

- Боли в животе
- Тошнота, рвота.
- Позывы на частое мочеиспускание и/или дефекацию, особенно перед выходом из дома. Понос ли запор
- Проблемы со сном: трудности засыпания, ранние пробуждения или наоборот повышенная потребность во сне, беспокойный сон, кошмары.
- Дрожь в теле, конечностях, мышечные подергивания.
- Ком в горле
- Неинфекционного характера подъем температуры.
- Хронические боли неясного происхождения

Тревога и психические проявления

- Нарушение внимания, не может ни на чем сосредоточиться
- Ухудшение памяти
- Постоянное беспокойство, раздражительность, ощущение, что постоянно на взводе
- Панические атаки

Тревога и психические проявления

- Избегание социальных ситуаций:
- переживает, что кто-то его осудит, раскритикует или будет внимательно рассматривать;
- боится опозориться или быть униженным на глазах у других людей;
- испытывает страх перед социальными ситуациями;
- из-за этих страхов не посещает определенных мероприятий.
- Другие различные страхи.
- Выполнение ритуалов для снижения тревоги: мытье рук, пользоваться персональной посудой, не есть в общественных местах или с определенными людьми, определенное количество раз повторить какое - то действие, например: включить и выключить свет, посмотреться в зеркало, или наоборот, проходя мимо зеркала не смотреть на свое отражение и т.д.

Депрессия



Download from
Dreamstime.com

This watermarked comp image is for previewing purposes only.

ID 109967142

© Shao-chun Wang | Dreamstime.com

Депрессия

- Грустное настроение, уныние, плаксивость;
- Грустное, подавленное, печальное выражения лица.



Депрессия

- Повышенная утомляемость, упадок сил, вялость, апатия.
- Раздражительность, несдержанность, гневливость.
- Потеря интереса к прежним увлечениям;
- Ребенок забрасывает учебу, его успеваемость в школе снижается.
- Самоизоляция, тяга к уединению (даже у тех детей, которые ранее отличались общительностью).
- Чувство собственной неполноценности.
- Чувство вины.
- Ухудшение памяти, снижение способности концентрации внимания;
- Суицидальные мысли.

Депрессия и телесные проявления

- Изменение аппетита: снижение аппетита или обжорство.
- Запоры.
- Проблемы со сном.
- Боли в разных частях тела (спина, голова, живот).

Депрессия и поведение

- Бездеятелен, лежит, ничего не делает.
- Проявления агрессивности.
- Аутоагрессия - нанесение вреда самому себе, самоповреждение (порезы, ожоги, удары).
- Употребление психоактивных веществ.
- Рискованные формы поведения: провоцируют экстремальные ситуации, чтобы получить мощный выброс адреналина и таким образом временно заблокировать симптомы депрессии. Это занятие экстремальными видами спорта, участие в правонарушениях, рискованное развязное поведение, опасные селфи, прогулки по крышам, стройкам и т. д.

Действия родителей

- Нельзя обвинять ребенка в слабости, стыдить его, требовать взять себя в руки, взбодриться, не раскисать. Депрессия не является добровольным выбором человека или чем-то надуманным, несерьезным. Ее, как и любую другую болезнь, нельзя победить усилием воли. Депрессия — это тяжелое и коварное заболевание.
- Нельзя обесценивать переживания подростка и высмеивать его увлечения. Взрослому человеку подростковые переживания могут показаться преувеличенными и беспочвенными, а проблемы — ничтожными. Но для подростка все это совсем не так. Депрессия требует квалифицированного лечения.

Посоветуйтесь с детским психологом

(круглосуточно, анонимно, бесплатно)

Отделение медико-социально-
психологической и психотерапевтической
помощи с «телефоном доверия»

576 -10-10

Всероссийский детский телефон доверия

8 -800 -2000-122

112

Благодарю за внимание