# Когнитивный и психоэмоциональный статус пожилого человека

И.Е. Моисеева
Кафедра семейной медицины
СЗГМУ им. И.И. Мечникова

# Актуальность

- Распространенность психических расстройств в пожилом возрасте — 40–74%
- Начальные проявления когнитивных расстройств — 18,7 % населения пожилого и старческого возраста (при сплошном обследовании — 30,8 %)
- До 70% пациентов старше 60 лет, обращающихся в поликлинику
- Деменция — 5–8%
- Умеренное когнитивное расстройство — 10–20%
- Депрессия — 5–40%

# Ситуация в первичном звене

- Высокая распространенность когнитивных и эмоциональных нарушений у пациентов пожилого и старческого возраста
- Недостаточная диагностика
- Недостаточное лечение

# Влияние психических расстройств

- Тревожно-депрессивные расстройства
- Нарушение социальной адаптации
- Снижение комплайнса
- Утрата независимости
- Ухудшение соматического состояния
- Нарушения питания
- Снижение качества жизни
- Повышение риска развития ССЗ
- …

# Классификация когнитивных расстройств

- Легкие когнитивные нарушения
  - Снижение когнитивных способностей по сравнению с более высоким преморбидным уровнем, которое остается в пределах средневозрастной нормы или отклоняется от нее незначительно
  - Отражается в жалобах больного, но не обращает на себя внимания окружающих
  - Не вызывает затруднений в повседневной жизни, даже в наиболее сложных ее формах
- Умеренные когнитивные нарушения
  - Снижение когнитивных способностей (выходит за пределы возрастной нормы)
  - Отражается в жалобах пациента и обращает на себя внимание окружающих
  - Не приводит к затруднениям в повседневной жизни, но может препятствовать сложным видам интеллектуальной активности
- Тяжелые когнитивные нарушения
  - Снижение когнитивных способностей, которое приводит к существенным затруднениям в повседневной жизни, частичной или полной утрате независимости и самостоятельности

# Диагностика

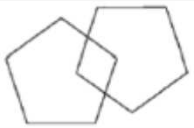
- Жалобы пациента и/или родственников, друзей и т.п. (снижение памяти, трудности с сосредоточением, утомляемость при умственной работе и т.д.)

- Нейропсихологические методы (опросники, тесты и т.п.)

# Краткая шкала оценки психического статуса (MMSE)

Краткая шкала оценки психического статуса (MMSE)

ФИО_____Дата_____

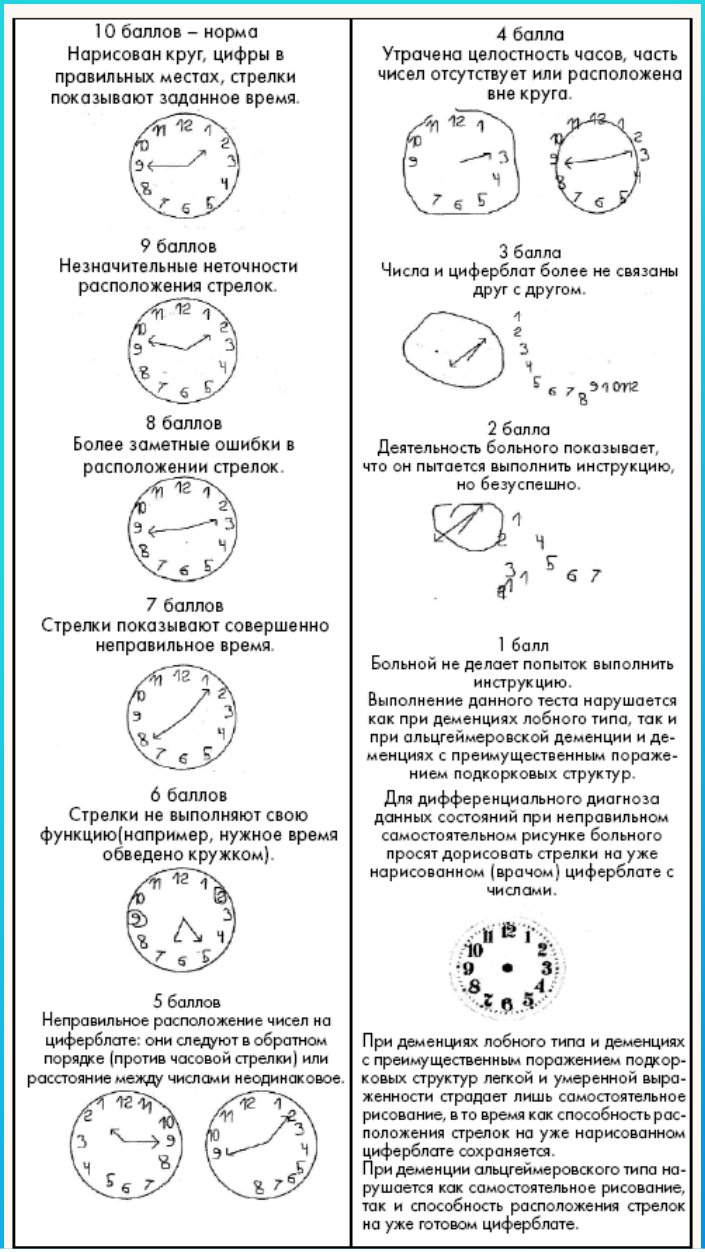
| Проба | Оценка | Балл |
|---|---|---|
| 1.Ориентировка во времени:<br>Назовите дату (число, месяц, год, день недели, время года) | 0 - 5 | |
| 2.Ориентировка в месте:<br>Где мы находимся? (страна, область, город, клиника, этаж) | 0 - 5 | |
| 3.Восприятие:<br>Повторите три слова: карандаш, дом, копейка | 0 - 3 | |
| 4.Концентрация внимания и счет:<br>Серийный счет ("от 100 отнять 7") - пять раз либо:<br>Произнесите слово "земля" наоборот | 0 - 5 | |
| 5.Память<br>Припомните 3 слова (см. пункт 3) | 0 - 3 | |
| 6.Речь:<br>Показываем ручку и часы, спрашиваем: "как это называется?"<br>Просим повторить предложение: "Никаких если, и или но" | 0 - 3 | |
| Выполнение 3-этапной команды:<br>"Возьмите правой рукой лист бумаги, сложите его вдвое и положите на стол" | 0 - 3 | |
| Чтение: "Прочтите и выполните"<br>1. Закройте глаза<br>2. Напишите предложение | 0 - 2 | |
| 3. Срисуйте рисунок  | 0 - 1 | |
| **Общий балл:** | **0-30** | |

Интерпретация результатов:
28 – 30 баллов – нет нарушений когнитивных функций;
24 – 27 баллов – преддементные когнитивные нарушения;
20 – 23 балла – деменция легкой степени выраженности;
11 – 19 баллов – деменция умеренной степени выраженности;
0 – 10 баллов – тяжелая деменция.

Плюс:
- Многофункциональная оценка

Минусы:
- Недостаточная чувствительность к легким когнитивным нарушениям
- Низкая чувствительность к нарушениям лобного генеза

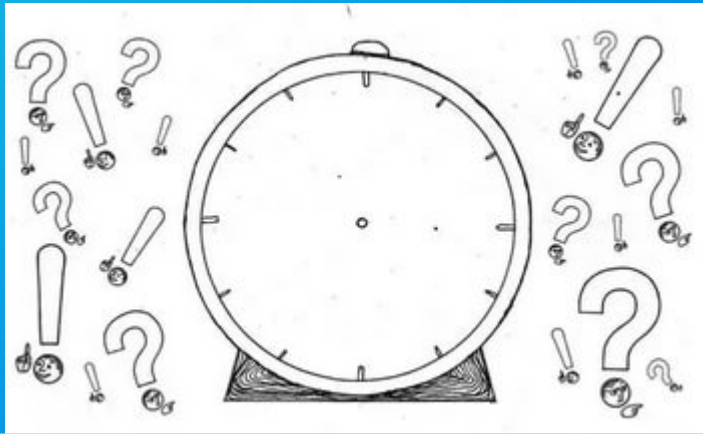
# Рисование циферблата




- 10 баллов - норма, нарисован круг, цифры в правильных местах, стрелки показывают заданное время.
- 9 баллов - незначительные неточности расположения стрелок.
- 8 баллов - более заметные ошибки в расположении стрелок: одна из стрелок отклоняется от нужного времени более чем на один час.
- 7 баллов - обе стрелки показывают неправильное время
- 6 баллов - стрелки не выполняют свою функцию (например, нужное время обведено кружком, или написано пациентом в числовом виде)
- 5 баллов - неправильное расположение чисел на циферблате: в обратном порядке (против часовой стрелки) или расстояние между числами неодинаковое.
- 4 балла - утрачена целостность часов, часть чисел отсутствует или расположена вне круга
- 3 балла - числа и циферблат не связаны друг с другом
- 2 балла - деятельность больного показывает, что он пытается выполнить инструкцию, но безуспешно
- 1 балл - больной не делает попыток выполнить инструкцию

# Мини-КОГ

- Назвать 3 слова и попросить пациента повторить их и запомнить
- Провести тест рисования циферблата
- Попросить назвать 3 слова, которые нужно было запомнить



# Батарея тестов на лобную дисфункцию

*1. Обобщение (концептуализация).* Пациента спрашивают: «Что общего между этими предметами?» Варианты: яблоко и груша, пальто и куртка, стол и стул. Правильный ответ содержит категориальное обобщение («фрукты/(верхняя) одежда/мебель»). Если больной затрудняется или дает иной ответ, ему говорят правильный ответ. Потом предъявляют следующую пару. Каждое категориальное обобщение — 1 балл. Максимальный балл в субтесте – 3, минимальный – 0.

*2. Словарный запас.* Пациента просят закрыть глаза и в течение минуты назвать как можно больше слов на букву «с». Имена собственные не засчитываются. Результат: более 9 слов за минуту – 3 балла, от 6 до 9 слов – 2 балла, от 3 до 5 слов – 1 балл, менее 3 слов– 0 баллов.

*3. Серии движений (программирование).* Врач сидит перед пациентом и дает команду: «Следите внимательно за тем, что я делаю». После этого выполняет левой рукой серию из трех движений: кулак (ставится горизонтально, параллельно поверхности стола) – ребро (кисть ставится вертикально на медиальный край) – ладонь (кисть ставится горизонтально, ладонью вниз). Затем предлагает больному выполнить правой рукой три серии этих движений вместе с ним. После чего приглашает больного продолжить серию самостоятельно. Правильное выполнение шести серий подряд самостоятельно – 3 балла, безошибочное выполнение трех серий подряд самостоятельно – 2 балла, неспособность выполнить самостоятельно серии без ошибок, но правильное выполнение трех серий с врачом – 1 балл.

# Батарея тестов на лобную дисфункцию

*4. Конфликтующие инструкции.* Больному дается инструкция: «Мы будем выстукивать ритм. Если я ударю один раз, Вы должны ударить два раза подряд». Затем идет серия из трех пробных ударов: 1-1-1. «Если я ударю два раза подряд, Вы должны ударить только один раз». Еще одна пробная серия: 2-2-2. Затем выстукивается следующий ритм: 1-1-2-1-2-2- 2-1-1-2. Оценка результата: правильное выполнение – 3 балла, не более 2 ошибок – 2 балла, больше двух ошибок – 1 балл, копирование ритма врача 4 раза подряд – 0 баллов.

*5. Реакция выбора (тормозной контроль).* Дается инструкция: «Теперь, если я ударю один раз, Вы тоже должны ударить один раз». Пробная серия 1-1-1. «Если я ударю два раза подряд, Вы ничего не делаете». Пробная серия: 2-2-2. Затем выстукивается ритм: 1-1-2-1-2-2-2-1-1-2. Оценка результата аналогично п. 4.

*6. Исследование хватательных рефлексов.* Больной сидит перед врачом, его просят положить руки на колени ладонями вверх. Ничего не говоря и не глядя на пациента, врач подносит свои кисти к его ладоням и одновременно касается их, проверяя хватательный рефлекс. Отсутствие хватательного рефлекса — 3 балла. Если больной сдерживается, но спрашивает, должен ли он схватить — 2 балла. Если больной хватает, ему дается инструкция не делать этого и хватательный рефлекс проверяется повторно. Если при повторном исследовании рефлекс отсутствует — 1 балл, в противном случае – 0 баллов.

# Батарея тестов на лобную дисфункцию

***1. Обобщение (концептуализация).***

***2. Словарный запас.***

***3. Серии движений (программирование).***

***4. Конфликтующие инструкции.***

***5. Реакция выбора (тормозной контроль).***

***6. Исследование хватательных рефлексов.***

*Оценка результатов*:
16 –18 – нормальная лобная функция;
12 –15 – умеренная лобная дисфункция;
менее 12 – выраженная лобная дисфункция.

# Тест вербальных ассоциаций

- Исследует беглость речи и состояние семантической памяти
- Чувствителен к легким и умеренным нарушениям (нейродинамические нарушения)
- 1 проба — литеральные ассоциации: пациента просят закрыть глаза и назвать как можно больше слов на букву "л
  - норма — не менее 20 слов за 1 минуту (1 слово = 1 балл, но не более 20 баллов)
- 2 проба — категориальные ассоциации: пациента просят назвать как можно больше животных )
  - норма — не менее 20 слов за 1 минуту (1 животное = 1 балл, но не более 20 баллов)

# Проба Шульте

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 9 | 5 | 11 | 23 | 20 |
| 14 | 25 | 17 | 19 | 13 |
| 16 | 21 | 7 | 3 | 1 |
| 18 | 12 | 6 | 24 | 4 |
| 22 | 15 | 10 | 2 | 8 |

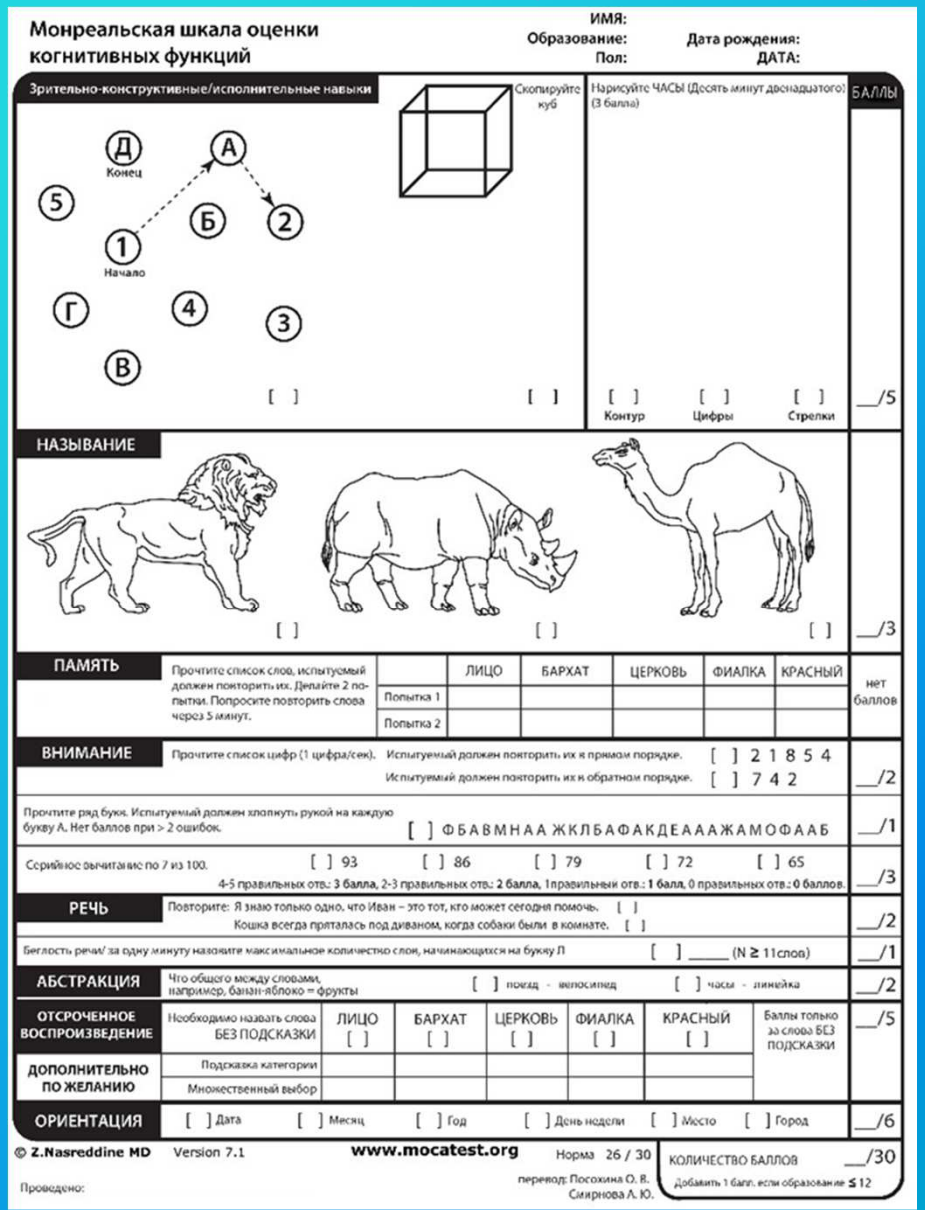
| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 14 | 18 | 7 | 24 | 21 |
| 22 | 1 | 10 | 9 | 6 |
| 16 | 5 | 8 | 20 | 11 |
| 23 | 4 | 25 | 3 | 15 |
| 19 | 13 | 17 | 12 | 2 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 21 | 12 | 7 | 1 | 20 |
| 6 | 15 | 17 | 3 | 18 |
| 19 | 4 | 8 | 25 | 13 |
| 24 | 2 | 22 | 16 | 5 |
| 9 | 14 | 11 | 23 | 10 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 6 | 1 | 18 | 22 | 14 |
| 12 | 10 | 15 | 3 | 25 |
| 2 | 20 | 5 | 23 | 13 |
| 16 | 21 | 8 | 11 | 24 |
| 9 | 4 | 17 | 19 | 7 |

- Таблицу мельком показывают пациенту и дают инструкцию:
- "Сейчас Вам нужно будет показать по порядку все цифры от 1 до 25. Делайте это как можно быстрее, но аккуратно, не пропуская ни одной цифры«
- Дают пациенту таблицу и включают секундомер.
- В норме время выполнения пробы — 25-30 секунд.

# Монреальская шкала оценки когнитивных функций (МоСА)



**Монреальская шкала оценки когнитивных функций**

ИМЯ:
Образование: Дата рождения:
Пол: ДАТА:

**Зрительно-конструктивные/исполнительные навыки**

Скопируйте куб

Нарисуйте ЧАСЫ (Десять минут двенадцатого) (3 балла)

БАЛЛЫ

Д Конец, А, 5, 1 Начало, Б, 2, Г, 4, 3, В

[ ] [ ]

[ ] Контур [ ] Цифры [ ] Стрелки __/5

**НАЗЫВАНИЕ**

[ ] [ ] [ ] __/3

**ПАМЯТЬ**

Прочтите список слов, испытуемый должен повторить их. Делайте 2 попытки. Попросите повторить слова через 5 минут.

| | ЛИЦО | БАРХАТ | ЦЕРКОВЬ | ФИАЛКА | КРАСНЫЙ |
|---|---|---|---|---|---|
| Попытка 1 | | | | | |
| Попытка 2 | | | | | |

нет баллов

**ВНИМАНИЕ**

Прочтите список цифр (1 цифра/сек). Испытуемый должен повторить их в прямом порядке. [ ] 2 1 8 5 4

Испытуемый должен повторить их в обратном порядке. [ ] 7 4 2 __/2

Прочтите ряд букв. Испытуемый должен хлопнуть рукой на каждую букву А. Нет баллов при > 2 ошибок. [ ] Ф Б А В М Н А А Ж К Л Б А Ф А К Д Е А А А Ж А М О Ф А А Б __/1

Серийное вычитание по 7 из 100. [ ] 93 [ ] 86 [ ] 79 [ ] 72 [ ] 65

4-5 правильных отв.: **3 балла**, 2-3 правильных отв.: **2 балла**, 1правильный отв.: **1 балл**, 0 правильных отв.: **0 баллов** __/3

**РЕЧЬ**

Повторите: Я знаю только одно, что Иван – это тот, кто может сегодня помочь. [ ]

Кошка всегда пряталась под диваном, когда собаки были в комнате. [ ] __/2

Беглость речи/ за одну минуту назовите максимальное количество слов, начинающихся на букву Л [ ] _____ (N ≥ 11слов) __/1

**АБСТРАКЦИЯ**

Что общего между словами, например, банан-яблоко = фрукты [ ] поезд - велосипед [ ] часы - линейка __/2

**ОТСРОЧЕННОЕ ВОСПРОИЗВЕДЕНИЕ**

| Необходимо назвать слова БЕЗ ПОДСКАЗКИ | ЛИЦО [ ] | БАРХАТ [ ] | ЦЕРКОВЬ [ ] | ФИАЛКА [ ] | КРАСНЫЙ [ ] | Баллы только за слова БЕЗ ПОДСКАЗКИ |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **ДОПОЛНИТЕЛЬНО ПО ЖЕЛАНИЮ** | | | | | | |
| Подсказка категории | | | | | | |
| Множественный выбор | | | | | | |

__/5

**ОРИЕНТАЦИЯ**

[ ] Дата [ ] Месяц [ ] Год [ ] День недели [ ] Место [ ] Город __/6

© Z.Nasreddine MD Version 7.1 www.mocatest.org Норма 26 / 30

КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ __/30

Добавить 1 балл, если образование ≤ 12

Проведено:

перевод: Посохина О. В. Смирнова Л. Ю.

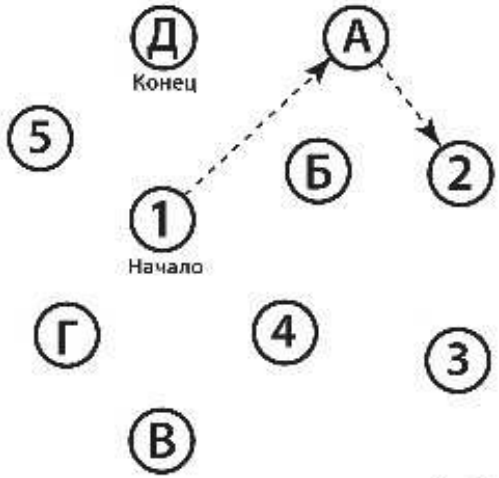
Нормальное значение — выше 26 баллов

# Монреальская шкала оценки когнитивных функций (МоСА)

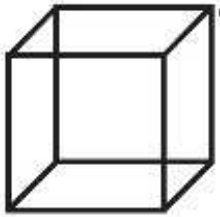
**Монреальская шкала оценки когнитивных функций**

**ИМЯ:**
**Образование:** **Дата рождения:**
**Пол:** **ДАТА:**

**Зрительно-конструктивные/исполнительные навыки**




[ ]



Скопируйте куб

[ ]

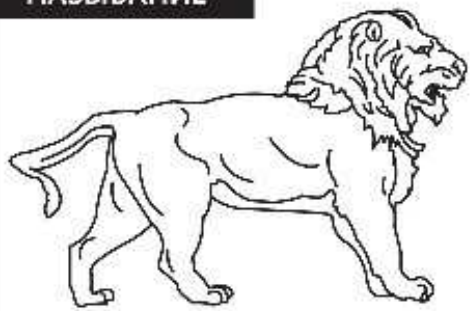
Нарисуйте ЧАСЫ (Десять минут двенадцатого) (3 балла)

[ ] Контур [ ] Цифры [ ] Стрелки

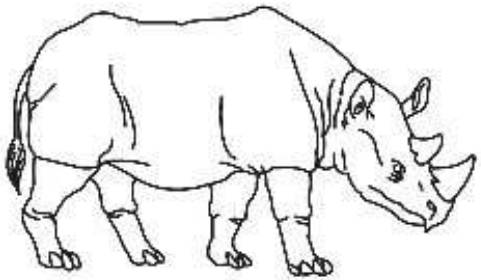
БАЛЛЫ

__/5

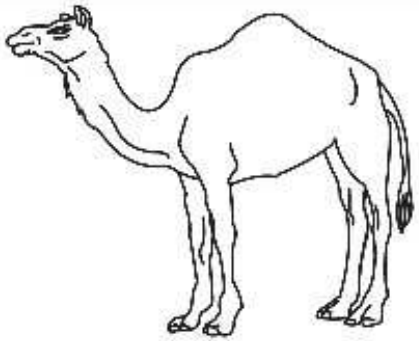
**НАЗЫВАНИЕ**



[ ]



[ ]



[ ]

__/3

# Монреальская шкала оценки когнитивных функций (МоСА)

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **ПАМЯТЬ** | Прочтите список слов, испытуемый должен повторить их. Делайте 2 попытки. Попросите повторить слова через 5 минут. | | ЛИЦО | БАРХАТ | ЦЕРКОВЬ | ФИАЛКА | КРАСНЫЙ | нет баллов |
| | | Попытка 1 | | | | | | |
| | | Попытка 2 | | | | | | |
| **ВНИМАНИЕ** | Прочтите список цифр (1 цифра/сек). | Испытуемый должен повторить их в прямом порядке. | [ ] 2 1 8 5 4 | | | | | |
| | | Испытуемый должен повторить их в обратном порядке. | [ ] 7 4 2 | | | | | ___/2 |
| Прочтите ряд букв. Испытуемый должен хлопнуть рукой на каждую букву А. Нет баллов при > 2 ошибок. | | | [ ] Ф Б А В М Н А А Ж К Л Б А Ф А К Д Е А А А Ж А М О Ф А А Б | | | | | ___/1 |
| Серийное вычитание по 7 из 100. | | | [ ] 93 | [ ] 86 | [ ] 79 | [ ] 72 | [ ] 65 | |
| | | | 4-5 правильных отв.: **3 балла**, 2-3 правильных отв.: **2 балла**, 1правильный отв.: **1 балл**, 0 правильных отв.: **0 баллов**. | | | | | ___/3 |
| **РЕЧЬ** | Повторите: Я знаю только одно, что Иван – это тот, кто может сегодня помочь. [ ] | | | | | | | |
| | Кошка всегда пряталась под диваном, когда собаки были в комнате. [ ] | | | | | | | ___/2 |
| Беглость речи/ за одну минуту назовите максимальное количество слов, начинающихся на букву Л | | | [ ] _____ (N ≥ 11слов) | | | | | ___/1 |
| **АБСТРАКЦИЯ** | Что общего между словами, например, банан-яблоко = фрукты | | [ ] поезд - велосипед | | [ ] часы - линейка | | | ___/2 |
| **ОТСРОЧЕННОЕ ВОСПРОИЗВЕДЕНИЕ** | Необходимо назвать слова БЕЗ ПОДСКАЗКИ | | ЛИЦО [ ] | БАРХАТ [ ] | ЦЕРКОВЬ [ ] | ФИАЛКА [ ] | КРАСНЫЙ [ ] | Баллы только за слова БЕЗ ПОДСКАЗКИ ___/5 |
| **ДОПОЛНИТЕЛЬНО ПО ЖЕЛАНИЮ** | Подсказка категории | | | | | | | |
| | Множественный выбор | | | | | | | |
| **ОРИЕНТАЦИЯ** | [ ] Дата | [ ] Месяц | [ ] Год | [ ] День недели | [ ] Место | [ ] Город | | ___/6 |

© Z.Nasreddine MD Version 7.1 **www.mocatest.org** Норма 26 / 30

КОЛИЧЕСТВО БАЛЛОВ ___/30

Добавить 1 балл. если образование ≤ 12

Проведено:

перевод: Посохина О. В. Смирнова А. Ю.

# Эмоциональные нарушения

- Депрессия
- Тревога
- Астенический синдром

- Сочетанные нарушения

# Эмоциональные нарушения

- Депрессия
- Тревога
- Астенический синдром

- Сочетанные нарушения

# Диагностические критерии депрессивного эпизода (по МКБ-10)

1) **Снижение настроения**, очевидное по сравнению с присущей пациенту нормой, преобладающее почти ежедневно и большую часть дня и продолжающееся не менее 2 недель вне зависимости от ситуации

2) Должны быть представлены следующие **основные симптомы**:

**– сниженное настроение;**

**– отчетливое снижение интересов или удовольствия** от деятельности, обычно связанной с положительными эмоциями;

– **снижение энергии** и повышенная утомляемость;

а также **дополнительные симптомы**:

– сниженная способность к сосредоточению и вниманию;

– снижение самооценки и чувство неуверенности в себе;

– идеи виновности и уничижения (даже при легких депрессиях);

– мрачное и пессимистическое видение будущего;

– идеи или действия, касающиеся самоповреждения или самоубийства;

– нарушенный сон;

– нарушенный аппетит

# Диагностические критерии депрессивного эпизода (по МКБ-10)

3) В анамнезе **не выявлено маниакальных/гипоманиакальных симптомов**, отвечающих критериям маниакального эпизода;

4) Эпизод **нельзя приписать употреблению психоактивных веществ или органическому психическому расстройству**

**Инструменты диагностики:**

- Госпитальная шкала тревоги и депрессии
- PHQ-9
- Шкала Гамильтона
- …

# Госпитальная шкала тревоги и депрессии

## Госпитальная Шкала Тревоги и Депрессии (HADS)

Каждому утверждению соответствуют 4 варианта ответа. Выберите тот из ответов, который соответствует Вашему состоянию, а затем просуммируйте баллы в каждой части.

Часть I (оценка уровня ТРЕВОГИ)

**1. Я испытываю напряжение, мне не по себе**
3 - все время
2 - часто
1 - время от времени, иногда
0 - совсем не испытываю

**2. Я испытываю страх, кажется, что что-то ужасное может вот-вот случиться**
3 - определенно это так, и страх очень велик
2 - да, это так, но страх не очень велик
1 - иногда, но это меня не беспокоит
0 - совсем не испытываю

**3. Беспокойные мысли крутятся у меня в голове**
3 - постоянно
2 - большую часть времени
1 - время от времени и не так часто
0 - только иногда

**4. Я легко могу присесть и расслабиться**
0 - определенно, это так
1 - наверно, это так
2 - лишь изредка, это так
3 - совсем не могу

**5. Я испытываю внутреннее напряжение или дрожь**
0 - совсем не испытываю
1 - иногда
2 - часто
3 - очень часто

**6. Я испытываю неусидчивость, мне постоянно нужно двигаться**
3 - определенно, это так
2 - наверно, это так
1 - лишь в некоторой степени, это так
0 - совсем не испытываю

**7. У меня бывает внезапное чувство паники**
3 - очень часто
2 - довольно часто
1 - не так уж часто
0 - совсем не бывает

Количество баллов здесь _____

Часть II (оценка уровня ДЕПРЕССИИ)

**1. То, что приносило мне большое удовольствие, и сейчас вызывает у меня такое же чувство**
0 - определенно, это так
1 - наверное, это так
2 - лишь в очень малой степени, это так
3 - это совсем не так

**2. Я способен рассмеяться и увидеть в том или ином событии смешное**
0 - определенно, это так
1 - наверное, это так
2 - лишь в очень малой степени, это так
3 - совсем не способен

**3. Я испытываю бодрость**
3 - совсем не испытываю
2 - очень редко
1 - иногда
0 - практически все время

**4. Мне кажется, что я стал все делать очень медленно**
3 - практически все время
2 - часто
1 - иногда
0 - совсем нет

**5. Я не слежу за своей внешностью**
3 - определенно, это так
2 - я не уделяю этому столько времени, сколько нужно
1 - может быть, я стал меньше уделять этому времени
0 - я слежу за собой так же, как и раньше

**6. Я считаю, что мои дела (занятия, увлечения) могут принести мне чувство удовлетворения**
0 - точно так же, как и обычно
1 - да, но не в той степени, как раньше
2 - значительно меньше, чем обычно
3 - совсем так не считаю

**7. Я могу получить удовольствие от хорошей книги, радио- или телепрограммы**
0 - часто
1 - иногда
2 - редко
3 - очень редко

Количество баллов здесь _____

| | |
|---|---|
| 0-7 баллов → | «норма» (отсутствие достоверно выраженных симптомов тревоги и депрессии) |
| 8-10 баллов → | «субклинически выраженная тревога / депрессия» |
| 11 баллов и выше → | «клинически выраженная тревога / депрессия» |

# PHQ-9 / Анкета о состоянии здоровья пациента

*заполняется только пациентом*

| Как часто за последние 2 недели Вас беспокоили следующие проблемы? | Ни разу | Несколь-ко дней | Более полови-ны дней | Почти каждый день |
|---|---|---|---|---|
| 1. Вам не хотелось ничего делать | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 2. У Вас было плохое настроение, Вы были подавлены или испытывали чувство безысходности | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 3. Вам было трудно заснуть, у Вас был прерывистый сон, или Вы слишком много спали | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 4. Вы были утомлены, или у Вас было мало сил | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 5. У Вас был плохой аппетит, или Вы переедали | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 6. Вы плохо о себе думали – Вы считали себя неудачником (неудачницей), или были в себе разочарованы, или считали, что подвели свою семью | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 7. Вам было трудно сосредоточиться (например, на чтении газеты или на просмотре телепередач) | 0 | 1 | 2 | 3 |

| Как часто за последние 2 недели Вас беспокоили следующие проблемы? | Ни разу | Несколь-ко дней | Более полови-ны дней | Почти каждый день |
|---|---|---|---|---|
| 8. Вы двигались или говорили настолько медленно, что окружающие это замечали? Или, наоборот, Вы были настолько суетливы или взбудоражены, что двигались гораздо больше обычного | 0 | 1 | 2 | 3 |
| 9. Вас посещали мысли о том, что Вам лучше было бы умереть, или о том, чтобы причинить себе какой-нибудь вред | 0 | 1 | 2 | 3 |

| Scoring for Use by Study Personnel Only | | |
|---|---|---|
| | | ___0___ + _____ + _____ + _____ |
| | | = Total Score: _____ |
| | | |

Если Вы положительно ответили на какие-нибудь пункты, то оцените, насколько трудно Вам было работать, заниматься домашними делами или общаться с людьми из-за этих проблем?

| Совсем не трудно☐ | Немного трудно☐ | Очень трудно☐ | Чрезвычайно трудно☐ |
|---|---|---|---|

Copyright © 2005 Pfizer Inc. Все права защищены. Воспроизведено с разрешения.

# Тревожные расстройства

- Тревожно-фобические расстройства
- Панические расстройства
- Генерализованные тревожные расстройства

# Тревожно-фобические расстройства

- Основные критерии диагностики

1. Тревога, обусловленная вполне определенными ситуациями, которые объективно не опасны.

2. Эти ситуации вызывают их избегание или страх.

3. Тревога может варьировать от легкой степени до ужаса.

4. Появление вегетативных симптомов, обусловливающих вторичные страхи.

5. Субъективная тревога не зависит от объективной оценки окружающих.

6. Тревога предшествует ситуации, способной вызвать страх.

7. Страх заболевания, если он связан с конкретной ситуацией, но не страх заражения (нозофобия) или уродства (дисморфофобия) — тогда он относится к ипохондрическому расстройству (F 45.2).

# Панические расстройства

- рецидивирующие приступы резко выраженной тревоги (паники), не связанные с какими-либо специфическими ситуациями или предметами, а, следовательно, непредсказуемыми и спонтанными

- 3 основных компонента:

1. Непосредственно субъективные переживания т.е. симптом тревоги в собственном смысле.

2. Страх ожидания приступа, поведение избегания.

3. Вегетативные нарушения – «вегетативные кризы». Чаще симпатикотонические, реже смешанные и вагоинсулярные.

# Генерализованное тревожное расстройство

- *распространенная и устойчивая тревога и напряжение, не ограниченные или не вызванные преимущественно каким-либо особыми окружающими обстоятельствами («свободно плавающая тревога»)*
- Тревога:
- длится не менее 6 месяцев;
- захватывает различные стороны жизни пациента, обстоятельства и виды деятельности;
- направлена преимущественно на предстоящие события;
- не поддается контролю, ее невозможно подавить усилием воли или рациональными убеждениями;
- несоразмерна актуальной жизненной ситуации пациента;
- нередко сопровождается переживаниями чувства вины.

# Инструменты диагностики

- *Госпитальная шкала тревоги и депрессии*
- *Шкала самооценки тревоги Цунга*
- *Шкала Спилбергера—Ханина (оценка реактивной и личностной тревожности)*
- *…*

# Шкала самооценки тревоги Цунга

| № | Симптом | Оченьредко | Редко | Значительную часть времени | Большую часть времени |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Чувствую себя более нервным и тревожным, чем обычно | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2. | Испытываю чувство страха совершенно без причины | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. | Легко огорчаюсь или впадаю в панику | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. | У меня ощущение, что я не могу собраться и взять себя в руки | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5. | У меня ощущение полного благополучия, я чувствую, что со мной не случится ничего плохого | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6. | Мои руки и ноги дрожат и трясутся | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7. | У меня бывают головные боли, боли в шее и спине | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8. | Чувствую разбитость и быстро устаю | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9. | Я спокоен, могу сидеть спокойно без особых усилий | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 10. | У меня бывает ощущение учащенного сердцебиения | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11. | У меня бывают приступы головокружения | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12. | У меня бывают приступы слабости | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13. | Я дышу свободно | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 14. | Ощущение онемения и покалывания в пальцах рук и ног | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15. | Боли в желудке и диспепсические расстройства | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16. | Частые позывы на мочеиспускание | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17. | Мои руки обычно сухие и теплые | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 18. | Мое лицо горит и краснеет | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19. | Я легко засыпаю и сплю глубоким и освежающим сном | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 20. | Меня мучают ночные кошмары | 1 | 2 | 3 | 4 |

20-40 баллов – низкий уровень тревоги; 41-60 баллов – средний уровень тревоги; 61-80 баллов - высокий уровень тревоги

# Астенический синдром

- повышенная утомляемость
- выраженная гиперестезия
- повышенная раздражительность, вспышки, которые быстро истощаются и часто заканчиваются слезами («слезы бессилия»)
- нетерпеливость и постоянное стремление к деятельности, даже в обстановке, благоприятной для отдыха
- снижение работоспособности и продуктивности труда
- постоянное ощущение общей слабости
- головные боли напряжения
- нарушения сна
- диспепсия
- аспонтанность, пассивность и адинамиявегетативные проявления

- Всегда вторичный процесс!

# Заключение

- Психические нарушения (когнитивные и эмоциональные) в пожилом и старческом возрасте – частая проблема (до 30–40%)
- Выраженное влияние на соматическое состояние, социальный статус, адаптацию к окружающей среде, качество жизни и т.д.
- Недостаточная диагностика ведет к неадекватной оценке состояния как пациентом, так и врачами, а значит к недостаточному лечению