

Пендрикова О. В.

НЕМЕДИКАМЕНТОЗНЫЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ КУРЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ С ВЫСОКИМ УРОВНЕМ НЕЙРОТИЗМА

Научный руководитель к.м.н, доцент Скуратова Н. А.

Кафедра педиатрии

Гомельский государственный медицинский университет, г. Гомель

Актуальность. На этапе введения работы по формированию здорового образа жизни на новый качественный уровень актуальным и необходимым является психологическое сопровождение деятельности в данном направлении. Важность проведения психологических методик заключается в том, что они помогают учесть индивидуальные установки человека, его уровень нейротизма. До настоящего времени не установлено точных сведений об эффективных методах лечения курения, что явилось поводом для проведения настоящего исследования.

Цель: выявить эффективные пути профилактики курения у подростков на основании индивидуальной темпераментной характеристики.

Материалы и методы. Проведено тестирование 80 курящих подростков в возрасте от 15 до 18 лет по методу Айзенка, для выявления темпераментной характеристики личности.

Результаты и их обсуждение. По данным исследования установлено, что 29 (36,2%) подростков имели высокий уровень нейротизма и средний уровень экстраверсии-интроверсии. 10 (12,5%) подростков с высоким уровнем интроверсии или экстраверсии и высоким уровнем нейротизма, согласно Айзенку, соответствует невротическому состоянию. Данные группы подростков выбирали сигареты, как источник спокойствия в период эмоциональной нестабильности, тревожных состояний.

Для такой группы людей мы рекомендуем следующее немедикаментозные методы лечения: музыкотерапию, ароматерапию, когнитивно-поведенческую терапию, которая направлена на коррекцию психического состояния, моделей поведения посредством трансформации представлений, установок. Для пациентов с неврозами необходимо применять телесно-ориентированную терапию. Так, В.Райх (2000 г) считал, что снятие мышечного напряжения устраняет симптомы различных психических расстройств или смягчает их. Немаловажной является личностно-ориентированная терапия, направленная на коррекцию личности с учетом психологических факторов и механизмов формирования глубоких переживаний.

Среди образовательно-просветительской работы заслуживают внимания методы индивидуального воздействия (беседа, консультация), группового (лекция, семинар, проведение массовых конкурсов), печатные формы (буклет, книга, газета), изобразительные методы (плакат, фотография, презентация, фильм, наклейка).

Нами разработан проект: попробуй сигарету «на вкус», направленный на раннюю профилактику курения среди молодежи, В ходе проекта подростки усваивают знания о функции и строении органов человека, влиянии никотина на их работу. Формируется умения думать и мыслить о последствиях табакокурения. Проект запущен в учреждении Гомельской областной детской клинической больницы (личный вклад автора 100%).

Выводы. На основании высокого уровня нейротизма предложены эффективные немедикаментозные методы лечения курения, суть которых заключается в проведении психоаналитической работы. Это приводит к устранению симптомов различных психических расстройств, тем самым подростки не будут нуждаться в такой форме успокоительного, как курение.

При профилактических осмотрах в детских поликлиниках рекомендовано проводить тест Айзенка, при этом подростков с высоким уровнем нейротизма необходимо направлять в кабинет психолога для дальнейшей диагностики.