

<https://doi.org/10.30629/2618-6667-2021-19-1-80-89>

УДК 614.2

Психообразование, психиатрическое просвещение и психопрофилактика как составные части работы врача-психиатра амбулаторного консультативного приема

Шаповалова Л.А.¹, Шаповалов К.А.²

¹ Государственное автономное учреждение здравоохранения Республики Коми «Консультативно-диагностический центр Республики Коми», Сыктывкар, Республика Коми, Российская Федерация

² Государственное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Коми республиканский институт развития образования», Сыктывкар, Республика Коми, Российская Федерация

ОРИГИНАЛЬНАЯ
СТАТЬЯ

Резюме

Введение: просвещение населения в области психического здоровья включает совокупность образовательных, воспитательных и агитационных мер, пропаганду здорового образа жизни, направленных на профилактику заболеваний, сохранение и укрепление здоровья, повышение трудоспособности людей, продление их активной жизни. **Материал и методы:** проведен анализ пяти квалификационных работ врача-психиатра на предмет санитарно-просветительской работы. Глубина исследования составила 24 года. При работе над материалом использовались следующие методические подходы: системный, комплексный, динамический, нормативный, количественный и ситуационный. Методы анализа включали исторический, аналитический и метод сравнения. Для анализа применялись приемы группировки, абсолютных величин, сплошных и выборочных наблюдений. **Результаты:** психиатрический прием в консультативном отделении ГАУЗ РК «КДЦ РК» осуществляется одним специалистом. Индивидуальное психообразование, психиатрическое просвещение и психопрофилактика сопровождает весь процесс врачебной помощи лицам с психическими расстройствами. Психиатр регионального центра постоянно занимается психопросвещением населения, взаимодействует с медицинским персоналом учреждения и центральных районных больниц, выполняет методическую и исследовательскую работу. **Обсуждение:** просвещение в психиатрии во всех формах способствует более широкой медицинской профилактике психической патологии, а также улучшению уже развивавшихся болезней и предупреждению их рецидивов. Несмотря на то что психиатр имеет дело с такими темами, которые не носят выраженного психологического характера, они всегда включают в себя психологическую проблематику, поскольку касаются человеческих взаимоотношений, предоставляют людям информацию, рекомендации, советы и действуют на них эмотивно. **Выводы:** санитарно-просветительная работа в психиатрии направлена на повышение уровня знания населения о психических расстройствах, овладение методами защиты от стресса, пагубного влияния вредных привычек. Индивидуальное санитарное просвещение сопровождает весь лечебный процесс.

Ключевые слова: гигиеническое воспитание; санитарно-просветительская работа; психообразование; психиатрическое просвещение; психопрофилактика; амбулаторный прием психиатра.

Для цитирования: Шаповалова Л.А., Шаповалов К.А. Психообразование, психиатрическое просвещение и психопрофилактика как составные части работы врача-психиатра амбулаторного консультативного приема. *Психиатрия*. 2021;19(1):80–89. <https://doi.org/10.30629/2618-6667-2021-19-1-80-89>

Конфликт интересов отсутствует

Psychoeducation, Psychiatric Education and Psychoprophylaxis as an Integral Part of the Work of a Psychiatrist in an Outpatient Consultative Appointment

Shapovalova L.A.¹, Shapovalov K.A.²

¹State Autonomous Health Agency of the Republic of Коми "Consultative and Diagnostic Center of the Republic of Коми", Syktyvkar, Republic of Коми, Russian Federation

²State Autonomous Agency of Additional Professional Education of the Republic of Коми "Komі Republican Institute for Development of Education", Syktyvkar, Republic of Коми, Russian Federation

RESEARCH

Summary

Introduction: hygienic education of the population includes a set of educational, upbringing, agitation and propaganda activities aimed at promoting a healthy lifestyle, preventing diseases, maintaining and strengthening health, increasing the working capacity of people, and prolonging their active life. **Material and methods:** the analysis of 5 qualification works of a psychiatrist was carried out for the hygienic and health education. The depth of the study was 24 years. When working on the material, the following methodological approaches were used: systemic, complex, dynamic, normative, quantitative and situational. Analysis methods included: historical, analytical and comparison. The following techniques were used for the analysis: groupings, absolute values, continuous and selective observations. **Results:** psychiatric reception in the advisory department of GAUZ RK "CDC RK" is carried out by one specialist. Individual psychoeducation, psychiatric education and

psychoprophylaxis accompany the entire treatment process of persons with mental disorders. The psychiatrist of the regional center is constantly engaged in psychoeducation of the population, works with the medical staff of the institution and central regional hospitals, is engaged in methodological and research work. **Discussion:** health education in psychiatry in all forms contributes to a wider medical prevention of the development of pathology in the mental sphere, as well as to the improvement of already developing diseases and the prevention of relapse of already cured diseases. Despite the fact that the psychiatrist deals with such topics that are not of a pronounced psychological nature, they always include psychological problems, since they relate to human relationships, provide people with information, recommendations, advice and act on them emotively. **Conclusions:** sanitary and educational work in psychiatry is aimed at increasing the level of knowledge of the population about mental disorders, mastering methods of protection from stress, the harmful effects of bad habits. Individual health education accompanies the entire treatment process.

Keywords: hygienic education; health education; psychoeducation; psychiatric education; psychoprophylaxis; outpatient psychiatrist.

For citation: Shapovalova L.A., Shapovalov K.A. Psychoeducation, Psychiatric Education and Psychoprophylaxis as an Integral Part of the Work of a Psychiatrist in an Outpatient Consultative Appointment. *Psychiatry (Moscow) (Psikhiatriya)*. 2021;19(1):80–89. <https://doi.org/10.30629/2618-6667-2021-19-1-80-89>

There is no conflict of interests

ВВЕДЕНИЕ

Гигиеническое обучение и воспитание населения с целью его привлечения к активному участию в охране персонального и общественного здоровья является важным разделом профилактической деятельности органов и учреждений здравоохранения, задачами и содержанием санитарного просвещения. В работе врача-психиатра психообразование, психиатрическое просвещение пациентов и психопрофилактика включают совокупность образовательных, воспитательных, агитационных мер, пропаганду здорового образа жизни, направленных на профилактику заболеваний, сохранение и укрепление здоровья, повышение трудоспособности людей, продление их активной жизни. [1–3]. Требования к оформлению отчета для специалистов с высшим медицинским и фармацевтическим образованием формулируют положение о санитарно-просветительской работе врача следующим образом: «Раздел 8. Санитарно-просветительская работа (отражается проделанная работа за отчетный период с указанием тематики лекций, публикаций в печати, выступлений по радио и телевидению)» [4]. Из этого следует, что специалист, оформляющий документы на квалификационную категорию, должен заниматься санитарно-просветительской работой, иметь публикации в печати и выступать с беседами по радио и телевидению.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ

Проведен анализ пяти квалификационных работ врача-психиатра (1997, 2002, 2008, 2013 и 2018 гг.) на предмет санитарно-просветительской работы как составляющей части обязательных требований к оформлению документов при их подаче в аттестационную комиссию о присвоении высшей квалификационной врачебной категории по психиатрии. Глубина исследования составила 24 года [5–9].

При работе над материалом использовались следующие методические подходы: системный, комплексный, динамический, нормативный, количественный

и ситуационный. Методы анализа включали исторический, аналитический и метод сравнения сплошных и выборочных наблюдений.

Исследование проводилось на базе государственного автономного учреждения здравоохранения Республики Коми «Консультативно-диагностический центр Республики Коми» (ГАУЗ РК «КДЦ РК»), которое обеспечивает высококвалифицированную консультативно-диагностическую, специализированную медицинскую помощь населению РК и организационно-методическое руководство диагностическими службами учреждений здравоохранения внутри региональных административных образований. РК расположена на крайнем северо-востоке европейской части Российской Федерации (РФ) и относится к субарктическим территориям. Главная задача ГАУЗ РК «КДЦ РК» состоит в проведении доступной широким слоям населения качественной комплексной диагностики заболеваний и оказания высококвалифицированной консультативной помощи с применением высокоэффективных медицинских технологий в амбулаторных условиях. Оно обслуживает пациентов 20 административных территорий РК и части Архангельской области. Для этого в учреждении сосредоточено современное диагностическое и техническое оборудование, сформирован коллектив квалифицированных специалистов.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Психиатрический прием в консультативном отделении ГАУЗ РК «КДЦ РК» осуществляется одним специалистом. Консультации психиатра не только дополняют диагностику, но и раскрывают перед врачами-интернистами особенности соматической патологии с признаками изменений в психической сфере [10, 11].

Мероприятия по охране и укреплению здоровья больных, страдающих психическими заболеваниями, являются важной составной частью работы врача-психиатра. Санитарно-просветительная работа в психиатрии направлена на повышение уровня знания населения о психических расстройствах, овладение методами защиты от стресса, пагубного влияния вредных

привычек. Индивидуальное психиатрическое просвещение и образование сопровождает весь лечебный процесс.

Психообразование пациентов с психическими расстройствами

Психиатр работает с каждым конкретным пациентом с признаками патологии психической сферы и через распространение медицинских и гигиенических знаний, воспитание санитарно-гигиенических навыков с целью сохранения и укрепления здоровья, повышение санитарно-гигиенической культуры с учетом пола, возраста, климатогеографических особенностей, национальных обычаев, традиций и других факторов может воздействовать на его индивидуальное здоровье. Поэтому во время консультативного амбулаторного приема, на который отводится 30 минут, максимально используются формы индивидуального психологического образования и психиатрического просвещения больного, а при возможности его родственников и/или членов семьи.

В структуре патологии психической сферы по нозологическим формам у контингента пациентов психиатром амбулаторного консультативного приема были выявлены:

- органические, включая симптоматические, психические расстройства, F00–F09 — $47,9 \pm 0,6\%$;
- невротические, связанные со стрессом и соматоформные расстройства, F40–F49 — $39,6 \pm 0,6\%$;
- психические расстройства и расстройства поведения, связанные с употреблением психоактивных веществ, F10–F19 — $3,5 \pm 0,2\%$;
- расстройства настроения (аффективные расстройства), F30–F39 — $2,8 \pm 0,2\%$;
- поведенческие синдромы с нарушением физиологических функций, F50–F59 — $1,4 \pm 0,1\%$;
- расстройства личности и поведения в зрелом возрасте, F60–F69 — $1,2 \pm 0,1\%$;
- шизофрения, шизотипическое и бредовые расстройства, F20–F29 — $0,7 \pm 0,1\%$;
- умственная отсталость, F70–F79 — $0,7 \pm 0,1\%$;
- поведенческие и эмоциональные расстройства детей и подростков F90–F99 — $0,2 \pm 0,1\%$;
- факторы, влияющие на состояние здоровья, Z — $0,4 \pm 0,1\%$;
- прочие — $1,6 \pm 0,2\%$.

Без исключения для всех 6255 пациентов, обратившихся к психиатру консультативного отделения ГАУЗ РК «КДЦ РК» в 2015–2017 гг., было проведено 6255 индивидуальных бесед по профилактике психических заболеваний. Индивидуальные беседы с пациентами являются инструментом воздействия на психологические возможности организма изменять баланс здоровья в положительную сторону. Психиатр стремится обеспечить увеличение ресурсов здоровья всеми доступными мерами здорового образа жизни (питание, физические нагрузки, положительный психоэмоциональный климат в семье, развивающее хобби и т.д.). Во время приема психиатр разъясняет, какая патология

имеется у пациента, какое требуется лечение, какие профилактические мероприятия психических расстройств существуют (психопрофилактика, психогигиена). Психиатрическое просвещение предполагает привлечение пациента к индивидуальной профилактике и участию в лечении уже развившейся патологии [12–14].

Психиатрическое просвещение

Как предупредить психические болезни? Душевное здоровье, как и физическое, является основной составляющей общего самочувствия человека, поэтому важно поддерживать его стабильность. Степень социальной реализации личности в известной мере влияет на состояние психики человека (жизненные приоритеты, карьера, общественное признание). Способность адаптироваться в трудных условиях и адекватно реагировать на стрессовые ситуации свидетельствует о крепком психическом здоровье человека. Психиатру важно оценить адекватность реакций пациента, так как они определяют состояние компенсаторно-приспособительных систем (нервной, эндокринной и др.) и возможности механизмов психической саморегуляции (психологической защиты и т.д.), таким образом характеризуя потенциал здоровья. Врачу все это необходимо сделать во время консультативного амбулаторного приема для выяснения соотношения между потенциалом здоровья и действующими на него факторами, то есть определить баланс здоровья. Психиатру для выбора правильной тактики лечения нужны показатели, которые объективно отражают количество, качество и состав индивидуального психического здоровья пациента. Нередко временные затраты на такой прием значительно превышают отпущенные лимиты [15, 16].

Первичные меры профилактики психических заболеваний включают в себя такие действия пациентов, которые доступны для каждого человека. К ним относятся:

- 1) полноценный отдых и здоровый сон не менее 8 ч в сутки. Глубокий сон способствует восстановлению нервной системы и является отличным профилактическим средством против развития психических заболеваний;
- 2) умеренные ежедневные физические нагрузки. Необходимость регулярных занятий спортом или выполнение других работ, связанных с движением, для пациента после приема психиатром должны стать очевидными. Излишки адреналина накапливаются в организме и могут способствовать развитию психических расстройств. Физические нагрузки устраняют лишний адреналин и тем самым оказывают достаточно сильное профилактическое действие;
- 3) занятие любимым делом. Если основная деятельность человека не связана с любимым делом, важно уделять достаточно времени для индивидуальных увлечений (любимых занятий, хобби). Доказано, что это снимает накопившееся психоэмоциональное напряжение;

- 4) взаимоотношения в семье являются важнейшим показателем крепкого психического здоровья. К ним следует относиться максимально серьезно, поскольку регулярные ссоры и скандалы с близкими людьми часто оказываются причиной душевных расстройств;
- 5) интимная сторона жизни. Длительное половое воздержание и/или неудачи в сексуальной жизни часто приводят к различным психическим расстройствам, например к депрессии. Это важный, очень деликатный и часто обсуждаемый в СМИ вопрос в жизни современного человека. Но СМИ слишком усердно и агрессивно формируют образ успешной жизни как следствие гиперсексуальности индивида. Здесь кроется опасность, поскольку избыточная сексуальная активность приводит к эмоциональному истощению. Психическая гигиена и профилактика неврозов являются одними из важнейших тем санитарного просвещения, проводимого психиатром.

В качестве дополнения к перечисленным методам пациентам рекомендуется посещать различные психологические тренинги. При отсутствии такой возможности тренинги можно проводить самостоятельно. Каждый человек может незатратными доступными методами организовать себе нервно-эмоциональную разрядку: прогулка на свежем воздухе; активный отдых с физической нагрузкой (работа на дачном участке), встреча с друзьями.

Вторичные меры профилактики патологии психической сферы включают предотвращение рецидива уже существующих заболеваний. Их психиатр назначает индивидуально, после пройденного пациентом курса лечения.

Работа с медицинским персоналом

Из коллективных форм психиатрического просвещения психиатр широко использует корпоративный вариант, поскольку работает в медицинском коллективе, на консультацию к которому обращаются пациенты преимущественно с соматической патологией. Для врачей и среднего медицинского персонала ГАУЗ РК «КДЦ РК» прочитаны лекции по темам: 1) «Что необходимо знать о депрессии. Депрессия и соматические заболевания»; 2) «Тревога в общесоматической практике»; 3) «Психические расстройства при черепно-мозговых травмах»; 4) «Когнитивные нарушения в пожилом возрасте»; 5) «Геронтология. Ускоренное старение населения. Главные факторы смертности и заболеваемости в России»; 6) «Соматоформные расстройства, психосоматические заболевания, соматопсихические нарушения»; 7) «Особенности психики пожилого человека»; 8) «Этика взаимоотношений в медицинском коллективе»; 9) «Убийца по имени Стресс»; 10) «Что такое онкопсихология? Рак — болезнь печали».

Психиатр в специализированной психиатрической просветительской работе использует и печатное слово, создавая для врачей ГАУЗ РК «КДЦ РК» памятки: 1) «Тревога. Физические симптомы. Эмоциональные

симптомы»; 2) «Депрессия. Клинические признаки»; 3) «Десять методов для уменьшения тревоги».

В связи с необходимостью правильного направления пациентов на прием к психиатру для врачей ГАУЗ РК «КДЦ РК», городских поликлиник и центральных районных больниц разработаны следующие методические письма: 1) «Показания для консультации психиатром (согласно МКБ-10)»; 2) «Дифференциально-диагностические критерии невралгии и паналгического синдрома скрытой депрессии»; 3) «Дифференциально-диагностические критерии цефалгического синдрома скрытой депрессии и мигрени»; 4) «Дифференциально-диагностические критерии кардиалгического синдрома скрытой депрессии и кардиалгии при ишемической болезни сердца»; 5) «Дифференциально-диагностические критерии язвенной болезни желудка, двенадцатиперстной кишки и абдоминального синдрома скрытой депрессии» [17].

Методическая и учебная работа

В течение многих лет психиатр работает в устойчивой научной группе, которая занимается пропагандой здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности. В сфере интересов практического врача следующие вопросы. Психиатрия. Психическое здоровье и заболеваемость населения. Общественное здоровье и здравоохранение субарктического региона. Социальная медицина. Исполнение рекомендаций МСЭ по реабилитации пациентов в различных профессиональных и возрастных группах. Профилактическая медицина. Методика преподавания основ безопасности жизнедеятельности, неотложной медицинской помощи при травмах и несчастных случаях, здорового образа жизни и здоровьесохраняющих технологий, социально-гигиенических последствий ВИЧ-инфекции (СПИДа), заболеваний, передаваемых половым путем, и вредных привычек (употребление табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ) у учащихся высших и средних профессиональных учебных заведений. Дидактика предметов «Безопасность жизнедеятельности» и «Основы здорового образа жизни» для не медицинских факультетов гуманитарных и технических университетов. Дистанционное и дополнительное образование, активные формы обучения [18, 19].

Психиатром (в соавторстве) подготовлено учебное пособие «Основы безопасности жизни: Гигиена и здоровье. Профилактика болезней», предназначенное для студентов гуманитарных, технических и педагогических университетов, изучающих курсы: «Основы медицинских и гигиенических знаний», «Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей», «Основы педиатрии», преподавателей курса «Основы безопасности жизни» общеобразовательных школ и колледжей, а также лиц, интересующихся проблемами здорового образа жизни. В нем рассматриваются вопросы гигиены и здоровья населения по следующим темам: «Медицинская валеология как учебный предмет»; «Главные факторы здоровья»; «Онтогенез как жизненный цикл человека»; «Гигиена как учебная и научная

дисциплина»; «Медико-статистическая характеристика здоровья населения»; «Гигиеническая характеристика профессиональной деятельности»; «Закономерности роста и развития детского организма»; «Характеристика показателей и констант развития функциональных систем ребенка»; «Общая характеристика анатомо-физиологических особенностей детей раннего возраста»; «Физическое и нервно-психическое развитие ребенка. Гигиена беременности. Роды»; «Грудное вскармливание и организация кормления ребенка в возрасте до одного года»; «Аллергические состояния у детей»; «Рахит»; «Нарушение опорно-двигательного аппарата у детей и подростков»; «Врожденные и наследственные болезни»; «Планирование семьи»; «Табакокурение»; «Алкоголизм»; «Токсикомании»; «Наркомания»; «Инфекционные болезни. Инфекционный и эпидемический процессы»; «Иммунитет»; «Дезинфекция, дезинсекция и дератизация в борьбе с инфекционными болезнями»; «Респираторные вирусные инфекции»; «Венерические заболевания»; «ВИЧ-инфекция и СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита)» [20].

Психиатром (в соавторстве) подготовлено учебное пособие «Основы безопасности жизни: безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях; само-, взаим- и первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях». Медицинскую проблему авторы видят в том, что более 25,0% пострадавших в результате несчастных случаев можно было бы спасти при правильном оказании первой доврачебной помощи на месте происшествия (каждого четвертого из погибших). В свете гуманизации образовательного процесса и подготовки населения РФ к адекватному (грамотному) поведению в чрезвычайных ситуациях главная цель развивающего обучения состоит в том, чтобы подготовить курсантов к самостоятельному поиску истины, к независимости в повседневной жизни, формированию мотивов, усвоению новых способов деятельности, развитию готовности к самоконтролю.

Учебное пособие по организации безопасности и защиты населения при чрезвычайных ситуациях, оказанию неотложной самопомощи, взаимопомощи и первой доврачебной экстренной помощи при травмах, несчастных случаях, авариях, катастрофах и стихийных бедствиях в условиях удаленности от медицинских учреждений, вахтовом методе трудовой деятельности, в экспедициях, длительных морских рейсах, полярных зимовках также предназначено для студентов гуманитарных и технических университетов, изучающих курсы «Безопасность жизнедеятельности» и «Основы медицинских знаний и охрана здоровья», а также лиц, самостоятельно осваивающих основы безопасности жизни.

Предлагаемый лекционный и практический курс построен, с одной стороны, на основных принципах дидактики, а именно: научности; системности и последовательности в обучении; связи теории с практикой; сознательности, активности и самостоятельности обучающихся; наглядности; доступности; прочности

знаний, умений, навыков; учета индивидуальных особенностей в коллективной учебной работе с обучаемым населением, с другой — с использованием разных форм профилактики: первичной, вторичной и третичной. Неправильное, некачественное, несвоевременное оказание населению в условиях чрезвычайных ситуаций (ЧС) первой помощи при травмах приводит к серьезным, иногда опасным для жизни осложнениям. Авторы рассматривают безопасность человека как комплексную проблему жизнеобеспечения современного общества. Среди разрабатываемых тем: классификация ЧС; единая российская государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС); природные ЧС; производственные аварии и катастрофы; аварии с выбросом сильнодействующих ядовитых веществ (СДЯВ); современные средства массового поражения и их воздействие на человека; химическое оружие; терроризм; организация гражданской обороны (ГО) и необходимая документация в учебных заведениях по вопросам ГОЧС; методика проведения «Дня защиты детей в чрезвычайных ситуациях» в школе; учебно-методический комплекс по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» (для университетов) [21].

Значительное внимание уделено первой помощи при травмах и несчастных случаях во время ЧС природного, техногенного или антропогенного происхождения. Рассматриваются темы: «Основы асептики»; «Антисептика и ее виды»; «Раны. Укусы животных и насекомых»; «Десмургия. Техника наложения повязок»; «Кровотечение. Методы временной и окончательной остановки кровотечений»; «Виды термических поражений. Электрические ожоги. Термические и лучевые ожоги. Отморожения»; «Травматический шок. Противошоковые мероприятия в очаге массового поражения и на этапах эвакуации»; «Переломы и их виды. Абсолютные, относительные и местные признаки»; «Травмы головы, шеи и позвоночного столба»; «Повреждения грудной клетки и органов грудной полости»; «Травмы живота»; «Комбинированные поражения, вызванные оружием массового поражения»; «Основные принципы реанимации»; «Профилактика детского и школьного травматизма» [22, 23].

Оба пособия выдержали четыре издания. Обеим книгам президиум совета учебно-методического объединения по специальностям педагогического образования присвоил гриф учебных пособий для студентов высших учебных заведений. Они были представлены на коллективном стенде экспозиции «Университеты России» на 55-й Международной книжной ярмарке в г. Франкфурте-на-Майне (Германия) и после ее окончания поступили в библиотеку Франкфуртского университета. Во многом благодаря этим изданиям в вузах г. Сыктывкара сформировался системный подход к пропаганде здорового образа жизни среди гражданского населения и учащихся высших и средних специальных учебных заведений, профилактике заболеваний, а также оказанию первой помощи при

травмах и несчастных случаях во время происшествий, ЧС и при стихийных бедствиях [24, 25].

Практическое использование учебно-методических работ

Психиатром в соавторстве на базе Коми республиканского института развития образования разработаны курсы лекций:

- 1) «Само-, взаимно- и первая (доврачебная экстренная) помощь при травмах и несчастных случаях» (17 тем) для повышения квалификации учителей школ и воспитателей детских учреждений (2015 г.);
- 2) «Основы оказания доврачебной медицинской помощи» (15 тем) для повышения квалификации педагогических работников (2016 г.);
- 3) «Оказание первой помощи при травмах и несчастных случаях» (15 тем) для повышения квалификации педагогических работников учреждений со средним специальным образованием (2017 г.);
- 4) курс дистанционного обучения «Первая помощь гражданам при состояниях, угрожающих жизни и здоровью» (14 тем) для повышения квалификации педагогических работников школ и других детских учреждений. Обучение по этому курсу проводится с 01.04.2017 г. для повышения квалификации учителей в системе непрерывного педагогического образования на интернет-портале Коми республиканского института развития образования с выдачей сертификата. Прошли и закончили обучение, получили сертификаты установленного государственного образца более 13,5 тысяч работников РК. Курсанты правильно ответили на 80 и более процентов поставленных вопросов.

ОБСУЖДЕНИЕ

Психиатрическое просвещение является обязательным разделом работы каждого учреждения здравоохранения, это профессиональная обязанность каждого медицинского работника больницы и поликлиники. Оно может существенно влиять на: 1) предупреждение заболеваний (посредством пропаганды здорового образа жизни); 2) раннее обращение за медицинской помощью (посредством первичной профилактики отдельных заболеваний); 3) сроки выздоровления (в процессе постоянного врачебного наблюдения); 4) эффективность долечивания и восстановления трудоспособности (реабилитации); 5) повторную госпитализацию (посредством пропаганды мер вторичной профилактики). Санитарное просвещение исключительно полезно, когда носит конструктивный характер и ориентировано на пропаганду способов выздоровления, а не на запугивание. Его задача научить пациентов оказывать себе возможные и доступные виды профилактических действий, повысить результативность имеющихся в распоряжении материальных ресурсов и улучшить

качество жизни. Таким образом, психиатрическое просвещение и образование может рассматриваться как вид психологического вмешательства, направленный на достижение позитивных изменений в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах [26–30].

Просвещение в психиатрии во всех формах способствует более широкой медицинской профилактике психической патологии, а также облегчению уже развившихся болезней и предупреждению их рецидивов.

Несмотря на то что психиатр занимается такими темами, которые не носят выраженного психологического характера, они всегда включают в себя психологическую проблематику, поскольку касаются человеческих взаимоотношений, предоставляют людям информацию, рекомендации, советы и действуют на них эмотивно. Примером «непсихологических» тем может служить профилактика травм во время несчастных случаев, катастроф, стихийных бедствий и террористических актов; гигиеническое санитарное просвещение и советы по здоровому образу жизни, питанию, уходу за детьми, профилактике инфекций. Эффективность санитарного просвещения в этих направлениях, например в области питания, бывает обусловлена тем, какой психический контакт установил врач со слушателями, насколько он способен соединить разумные аргументы с эмоциональными и суггестивными влияниями, оценить информированность слушателей о предлагаемой информации и исходить из этого, как можно уловить отношение слушателей к теме (интерес, согласие, протест, недоверие, ирония) и в какой степени ему удастся тактичным способом положительные тенденции усилить, а отрицательные ослабить или изменить [31, 32].

ВЫВОДЫ

1. Санитарно-просветительная работа в психиатрии направлена на повышение уровня знания населения о психических расстройствах, овладение методами защиты от стресса, пагубного влияния вредных привычек. Индивидуальное санитарное просвещение сопровождает весь лечебный процесс.

2. Психиатр должен работать с каждым пациентом, у которого выявлены признаки патологии психической сферы, и через распространение медицинских и гигиенических знаний, воспитание санитарно-гигиенических навыков с целью сохранения и укрепления здоровья, повышение санитарно-гигиенической культуры с учетом пола, возраста, климатогеографических особенностей, национальных обычаев, традиций и других факторов может воздействовать на его индивидуальное здоровье.

3. Во время амбулаторного приема психиатру необходимо проводить со всеми без исключения пациентами индивидуальные беседы по профилактике психических заболеваний, в ходе которых важно разъяснять больным, какая патология выявлена у пациента, какое требуется лечение, какие профилактические

мероприятия психических расстройств существуют (психопрофилактика, психогигиена).

4. Привлечение пациента к индивидуальной профилактике и участию в лечении уже развившейся патологии в психиатрии необходимо проводить с использованием различных форм санитарного просвещения. Оно должно носить конструктивный характер и быть ориентировано на пропаганду способов выздоровления.

5. Психообразование, психиатрическое просвещение и психопрофилактика, проводимые психиатром, помогают пациентам оказывать себе возможные и доступные виды профилактических действий, повышают результативность использования имеющихся в распоряжении материальных ресурсов и улучшают качество жизни. Они являются видами психологического вмешательства, направленного на достижение позитивных изменений в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах заболевшего человека.

Авторы заявляют, что отсутствуют любые источники финансирования данной статьи.

Авторы заявляют, что отсутствуют конфликты интересов, о которых необходимо сообщить в связи с публикацией данной статьи.

Благодарность. Авторы благодарны И.Д. Муратовой, А.Ф. Степанову, Е.Г. Котовой, И.А. Ипатко, Л.В. Князевой, О.П. Носову, Г.В. Репиной, А.Г. Крестовой-Гавриловой, Л.В. Мордвинковой, а также всем анонимным рецензентам за поддержку, ценные советы и полезные комментарии.

ЛИТЕРАТУРА/REFERENCES

1. Гурович ИЯ, Сторожакова ЯА. Психосоциальная реабилитация в психиатрии. *Социальная и клиническая психиатрия*. 2001;11(3):5–13.
Gurovich IYa, Storozhakova YaA. Psihosocial'naya reabilitatsiya v psixiatrii. *Social'naya i klinicheskaya psixiatriya*. 2001;11(3):5–13. (In Russ.).
2. Свиридов ИГ, Казаковцев БА. Организация пропаганды ценности психического здоровья и психобразования в центральных районных больницах. *Российский психиатрический журнал*. 2014;(2):33–37.
Sviridov IG, Kazakovcev BA. Organizatsiya propagandy cennosti psicheskogo zdorov'ya i psihoobrazovaniya v central'nyh rajonnyh bol'nichah. *Rossijskij psixiatricheskij zhurnal*. 2014;(2):33–37. (In Russ.).
3. Бурыгина ЛА, Ушаков ЮВ, Пономарева ИА. Организация медицинской помощи и социальной реабилитации. *Современная терапия в психиатрии и неврологии*. 2014;(4):28–33.
Burygina LA, Ushakov YuV, Ponomareva IA. Organizatsiya medicinskoj pomoshchi i social'noj reabilitatsii. *Sovremennaya terapiya v psixiatrii i nevrologii*. 2014;(4):28–33. (In Russ.).
4. Приложение № 3 к Административному регламенту предоставления государственной услуги по

присвоению квалификационной категории специалистам, осуществляющих медицинскую и фармацевтическую деятельность на территории Республики Коми, в порядке, установленном уполномоченным федеральным органом исполнительной власти.

Prilozhenie № 3 k Administrativnomu reglamentu predostavleniya gosudarstvennoj usluzhi po prisoeniyu kvalifikacionnoj kategorii specialistam, osushchestvlyayushchih medicinskuyu i farmacevticheskuyu deyatel'nost' na territorii Respubliki Komi, v poryadke, ustanovlennom upolnomochennym federal'nym organom ispolnitel'noj vlasti. (In Russ.).

5. Шаповалова ЛА. Организация работы специализированного психиатрического бюро медико-социальной экспертизы в 1994–1996 гг. Сыктывкар, 1997.
Shapovalova LA. Organizatsiya raboty specializirovannogo psixiatricheskogo byuro mediko-social'noj ekspertizy v 1994–1996 gg. Syktyvkar, 1997. (In Russ.).
6. Шаповалова ЛА. Аттестационные материалы врача-психотерапевта Республиканского центра социально-психологической, медицинской реабилитации бывших военнослужащих и инвалидов. Сыктывкар, 2002.
Shapovalova LA. Attestatsionnye materialy vrachapsihoterapevta Respublikanskogo centra social'no-psihologicheskoy, medicinskoj reabilitatsii byvshih voennosluzhashchih i invalidov. Syktyvkar, 2002. (In Russ.).
7. Шаповалова ЛА. О работе врача-психиатра консультативного отделения государственного учреждения здравоохранения «Консультативно-диагностический центр Республики Коми» в 2005–2007 гг. Сыктывкар, 2007.
Shapovalova LA. O rabote vracha-psixiatra konsul'tativnogo otdeleniya gosudarstvennogo uchrezhdeniya zdavoohraneniya "Konsul'tativno-diagnosticheskij centr Respubliki Komi" v 2005–2007 gg. Syktyvkar, 2007. (In Russ.).
8. Шаповалова ЛА. Анализ работы врача-психиатра консультативного отделения государственного автономного учреждения здравоохранения Республики Коми «Консультативно-диагностический центр Республики Коми» в 2010–2012 гг. Сыктывкар, 2012.
Shapovalova LA. Analiz raboty vracha-psixiatra konsul'tativnogo otdeleniya gosudarstvennogo avtonomnogo uchrezhdeniya zdavoohraneniya Respubliki Komi "Konsul'tativno-diagnosticheskij centr Respubliki Komi" v 2010–2012 gg. Syktyvkar, 2012. (In Russ.).
9. Шаповалова ЛА. Анализ работы врача-психиатра консультативного отделения государственного автономного учреждения здравоохранения Республики Коми «Консультативно-диагностический центр Республики Коми» в 2015–2017 гг. Сыктывкар, 2018.

- Shapovalova LA. Analiz raboty vracha-psihiatra konsul'tativnogo otdeleniya gosudarstvennogo avtonomnogo uchrezhdeniya zdavoohraneniya Respubliki Komi "Konsul'tativno-dagnosticheskij centr Respubliki Komi" v 2015–2017 gg. Syktyvkar, 2018. (In Russ.).
10. Шаповалова ЛА, Шаповалов КА. Особенности организации работы психиатра регионального консультативно-диагностического центра субарктической территории. *Независимый психиатрический журнал*. 2016;(3):68–74. eLIBRARY ID: 27509472
Shapovalova LA, Shapovalov KA. Features of work of psychiatrist of regional consultative diagnostic center of subarctic territory. *Nezavisimyj psihiatricheskij zhurnal*. 2016;(3):68–74. (In Russ.). eLIBRARY ID: 27509472
11. Shapovalova L, Shapovalov K. Features pathology newly diagnosed by a psychiatrist at the reception of the regional advisory diagnostic center of subarctic territory. *European Psychiatry. The Journal of the European Psychiatric Association: EPA 2018 26th European Congress of Psychiatry*. 3–6 March, 2018. Nice, France. Abstracts of the 26th European Congress of Psychiatry. 2018;48(Suppl.):569.
12. Shapovalova LA, Shapovalov KA. Outpatient Consulting Care of Psychiatrist on Population of Sub-Arctic territory. RC Psych International Congress. Abstracts. 27–30 June, 2016. London, Great Britain.
13. Shapovalov K, Shapovalova L. Demographic Characteristics of the Cohort of Patients, Receiving Outpatient Psychiatric Help in Regional Medical Consultative and Diagnostic Center of Sub-Arctic Territory. *European Psychiatry: The Journal of the European Psychiatric Association: EPA 2017 25th European Congress of Psychiatry*. 1–4 April, 2017. Florence, Italy. 2017;41(Suppl.):578.
14. Shapovalova L, Shapovalov K. Approbation of new drugs and treatment methods into practice of outpatient psychiatrist at regional diagnostic center of subarctic territory. Scientific program EP03 E-posters — February 25–28 Exhibition hours. Innovation in Treatment and Recovery: Innovative Pharmacological Treatments. 25-Feb-2018 18:15 19:15. WPA 2018 World Psychiatric Associations Tematic Congress "Innovation in Psychiatry: Effective Interventions for Health & Society". 25–28 February 2018 Melbourne, Australia.
15. Shapovalova L, Shapovalov K. Diseases of the mental sphere revealed by the psychiatrist at contingent of patients of the consultative outpatient admission. *Arch. Psychiatr. Ment. Health*. 2019;3(1):12–19. DOI: 10.29328/journal.apmh.1001005
16. Shapovalova L, Shapovalov K. Pathology of the psychic sphere in patients with epilepsy, revealed by psychiatrist of the regional consultative center of the Subarctic territory. *European Psychiatry: The Journal of the European Psychiatric Association: EPA 2018 26th European Congress of Psychiatry*. 3–6 March, 2018. Nice, France. Abstracts of the 26th European Congress of Psychiatry. 2018;48(Suppl.):718–719.
17. Shapovalova LA, Shapovalov KA. Questions of the Organization and Results of the Work of Psychiatrist of Advisory Department of the Regional Diagnostic Center of Sub-Arctic Territory with Low Population Density. Geneva: World Health Organization (Pubrights, Dec 13), 2016.
18. Shapovalov KA, Shapovalova LA. Didactic of Training Topic "Fetal Alcohol Syndrome". 3rd Asian Clinical Congress (ACC3). Abstracts. Tokyo, Japan. 3–5 September, 2015.
19. Shapovalov K, Shapovalova L. Structure of Psychic Sphere Pathology of Patients of the Regional Medical Consultative and Diagnostic Center of Sub-Arctic Territory. *European Psychiatry: The Journal of the European Psychiatric Association. EPA 2017 25th European Congress of Psychiatry*. 1–4 April, 2017. Florence, Italy. 2017;41(Suppl.):578–579.
20. Shapovalov KA, Shapovalova LA. Author's Program of Subject "Fundamentals of a Healthy Lifestyle" for Non-Medical Faculties of Humanitarian and Technical Universities. ICSS 2017 International Conference on Social Sciences & Interdisciplinary Studies. Abstracts Ref. No: ICSS-ABS-APR-241. 7–8 August 2017, London, United Kingdom.
21. Shapovalova L, Shapovalov K. Training of psychiatrist of regional diagnostic centre of subarctic territory for work in emergency situations of catastrophes and natural disasters. Scientific program SC23 Innovations in Policy and Planning Health. Short communications 23: Migration and Depression Status of Stroke Survivors, and Their Daily Activities and Validation of a Widely-Used Depression Scale 27 Feb 2018 16:15 16:45. WPA 2018 World Psychiatric Associations Tematic Congress "Innovation in Psychiatry: Effective Interventions for Health & Society". 25–28 February 2018 Melbourne, Australia.
22. Shapovalov KA, Shapovalova LA. The Author's Training Program and Methodical Complex "Basics of a Healthy LifeStyle" for the Prevention of Traumatism of Members of Vessel's Crew. GPC 2017 2nd International Conference on General Practice & Primary Care. Abstracts Ref. No: GPC-ABS-APR-82. 18–19 September 2017, Zurich, Switzerland.
23. Shapovalov K, Shapovalova L. Traumatism in alcoholic intoxication as marker of dependence or progressive disease on example of fishermen of the Northern Water's Basin. Scientific program EP20 E-posters — February 25–28 Exhibition hours. Innovations in thinking: Cannabis, Alcohol and Mental Health. 25 Feb 2018 18:15 19:15. WPA 2018 World Psychiatric Associations Tematic Congress "Innovation in Psychiatry: Effective Interventions for Health & Society". 25–28 February 2018 Melbourne, Australia.
24. Шаповалов КА, Шаповалова ЛА. Основы безопасности жизни: Гигиена и здоровье. Профилактика болезней: учебное пособие. 4-е изд., перераб.

- и доп. (рекомендовано решением президиума Совета Учебно-методического объединения вузов России по специальностям педагогического образования в качестве учебного пособия для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности 033300 «Безопасность жизнедеятельности», 09.03.2004. протокол № 2). Сыктывкар: КРАГСиУ, 2004.
- Shapovalov KA, Shapovalova LA. Osnovy bezopasnosti zhizni: Gigiena i zdorov'e. Profilaktika boleznej: uchebnoe posobie. 4-e izd., pererab. i dop. (Rekomendovano resheniem prezidiuma Soveta Uchebno-metodicheskogo ob'edineniya vuzov Rossii po special'nostyam pedagogicheskogo obrazovaniya v kachestve uchebnogo posobiya dlya studentov vysshih uchebnyh zavedenij, obuchayushchihsya po special'nosti 033300 "Bezopasnost' zhiznedeyatel'nosti", 09.03.2004. protokol № 2). Syktyvkar: KRAGSiU, 2004. (In Russ.).
25. Шаповалов КА, Шаповалова ЛА. Основы безопасности жизни: Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях; само-, взаим- и первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях: учебное пособие. 4-е изд., перераб. и доп. (рекомендовано решением президиума Совета Учебно-методического объединения вузов России по специальностям педагогического образования в качестве учебного пособия для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности 033300 «Безопасность жизнедеятельности», 09.03.2004. протокол № 2). Сыктывкар: КРАГСиУ, 2004.
 - Shapovalov KA, Shapovalova LA. Osnovy bezopasnosti zhizni: Bezopasnost' i zashchita naseleniya v chrezvychajnyh situacijah; Samo-, vzaimo- i pervaya medicinskaya pomoshch' pri travmah i neschastnyh sluchayah: uchebnoe posobie. 4-e izd., pererab. i dopoln. (Rekomendovano resheniem Prezidiuma Soveta Uchebno-metodicheskogo ob'edineniya vuzov Rossii po special'nostyam pedagogicheskogo obrazovaniya v kachestve uchebnogo posobiya dlya studentov vysshih uchebnyh zavedenij, obuchayushchihsya po special'nosti 033300 "Bezopasnost' zhiznedeyatel'nosti", 09.03.2004. protokol № 2). Syktyvkar: KRAGSiU, 2004. (In Russ.).
 26. Бурюгина ЛА, Ушаков ЮВ, Мосолов СН. Сравнительная эффективность медикаментозного и комплексного медикаментозно-психообразовательного подходов при оказании амбулаторной помощи больным параноидной шизофренией с частыми обострениями. *Современная терапия психических расстройств*. 2009;(3):19–26.
 - Burygina LA, Ushakov YuV, Mosolov SN. Sravnitel'naya effektivnost' medikamentoznogo i kompleksnogo medikamentozno-psihoobrazovatel'nogo podhodov pri okazanii ambulatornoj pomoshchi bol'nym paranojdnoj shizofreniej s chastymi obostreniyami. *Sovremennaya terapiya psichicheskikh rasstrojstv*. 2009;(3):19–26. (In Russ.).
 27. Свиридов ИГ. Влияние психообразовательной работы на выявляемость психических расстройств. *Российский психиатрический журнал*. 2013;(1):21–25.
 - Sviridov IG. Vliyanie psihoobrazovatel'noj raboty na vyyavlyaemost' psichicheskikh rasstrojstv. *Rossijskij psihiatricheskij zhurnal*. 2013;(1):21–25. (In Russ.).
 28. Санитарное просвещение. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki>
 - Sanitarnoe prosveshchenie. (In Russ.). URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki>
 29. Санитарное просвещение: принципы, организация, методы и средства. URL: <https://studfile.net/preview/3547709/page:57/>
 - Sanitarnoe prosveshchenie: principy, organizaciya, metody i sredstva. (In Russ.). URL: <https://studfile.net/preview/3547709/page:57/>
 30. Конечный Р, Боухал М. Психология в медицине. Прага: Авиценум, 1983.
 - Konechnyj R, Bouhal M. Psihologiya v medicine. Praga: Avicenum, 1983. (In Russ.).
 31. Сулейманова ГП. Комплекс по дисциплине «клиническая психология»: курс лекций. Волгоград, 2009.
 - Sulejmanova GP. Kompleks po discipline "klinicheskaya psihologiya": kurs lekcij. Volgograd, 2009. (In Russ.). URL: <https://refdb.ru/look/2468465-pall.html>
 32. Шаповалова ЛА, Шаповалов КА. Psychiatry of disasters. Organization of the work of a psychiatrist outpatient consultative reception. *Annals of Psychiatry and Treatment*. 2019;3(1):12–22. DOI: 10.17352/apt.000012

Сведения об авторах

Шаповалова Лариса Анатольевна, врач-психиатр, Государственное автономное учреждение здравоохранения Республики Коми «Консультативно-диагностический центр Республики Коми», Сыктывкар, Республика Коми, Российская Федерация

E-mail: stampdu@rambler.ru

Шаповалов Константин Альбертович, доктор медицинских наук, профессор, начальник отдела стандартизации и экспертизы качества медицинской помощи, «Коми республиканский институт развития образования», Сыктывкар, Республика Коми, Российская Федерация, <https://orcid.org/0000-0003-4803-0009>

E-mail: stampdu@rambler.ru

Information about the authors

Larisa A. Shapovalova, Psychiatrist, State Autonomous Health Agency of the Republic of Komi "Consultative and Diagnostic Center of the Republic of Komi", Syktyvkar, Republic of Komi, Russian Federation

Konstantin A. Shapovalov, MD, PhD, Dr. of Sci. (Med.), Professor, Head of the Department for Standardization and Expertise of the Quality of Medical Care, State Autonomous Agency of Additional Professional Education of the Republic of Komi "Komi Republican Institute for Development of Education", Syktyvkar, Republic of Komi, Russian Federation, <https://orcid.org/0000-0003-4803-0009>

Автор для корреспонденции/Corresponding author

Шаповалов Константин Альбертович/Konstantin A. Shapovalov

E-mail: stampdu@rambler.ru

Дата поступления 08.09.2020 Received 08.09.2020	Дата рецензии 30.10.2020 Revised 30.10.2020	Дата принятия 12.11.2020 Accepted for publication 12.11.2020
--	--	---