

УПРАВЛЕНИЕ СТРЕССОМ

психологическая помощь мужчинам,
перенесшим инфаркт миокарда

Методики в работе психолога

- ТОБОЛ, клиническая тестовая методика определения типа отношения к болезни) Л.И. Вассерман, А.Я. Вукс, Б.В. Иовлев, Э.Б. Карпова, НИИ им. Бехтерева
- Опросник «САН» (самочувствие, активность, настроение) В.А. Доскин, Н.А. Лаврентьева, В.Б. Шарай и М.П. Мирошников;
- Многомерная шкала восприятия социальной поддержки-MSPSS (D. Zimet в адаптации В.М. Ялтонского, Н.А. Сироты).
- Опросник для изучения самооценки социальной значимости болезни (А.И. Сердюк)
- Тест «Шкала депрессии Бека» (BDI), «Шкала тревоги Бека» (А. Бек)
- Исследование самооценки по методу Дембо-Рубинштейн
- Госпитальная шкала тревоги и депрессии (HADS)
- Опросник «Отношение к здоровью» (Р.А.Березовская)

Результат работы психолога

- | |
|--|
| - Осознание клиентом своего актуального состояния |
| - Лучшее понимание своей ситуации |
| - Снижение эмоционального напряжения |
| - Осознание и принятие собственного заболевания, возможностей и перспектив течения болезни |
| - Определение дальнейших жизненных стратегий |
| - Расширение спектра навыков и способов снятия стресса |
| - Выработка стратегий взаимодействия с лечащим врачом |
| - Повышение мотивации на выздоровление и лечение, согласно рекомендациям врача |
| - Повышение субъектности пациента в процессе реабилитации |
| - Выработка конструктивных адекватных способов коммуникации с близкими людьми |
| - Развитие навыков и контроля своего эмоционального состояния |



КГБУСО «Краевой кризисный центр для мужчин»
г. Барнаул, ул. Георгия Исакова, 113е
тел: 55-12-88, сайт: criscentr.ru
e-mail: criscentr@mail.ru
группа Вконтакте: vk.com/criscentr_for_man

Министерство социальной защиты Алтайского края
КГБУСО «Краевой кризисный центр для мужчин»

Сердце очень хрупкая вещь: оно бьётся

Цаль Меламед



УПРАВЛЕНИЕ СТРЕССОМ

психологическая помощь
мужчинам, перенесшим
инфаркт миокарда

Специалисты Краевого кризисного центра для мужчин более 20 лет сохраняют и поддерживают физическое, психическое и социальное здоровье мужского населения Алтайского края

1996

на базе Алтайского краевого кардиологического диспансера был принят первый клиент, перенесший инфаркт миокарда

800

мужчин, перенесших инфаркт миокарда ежегодно обращается к психологам Краевого кризисного центра для мужчин

Инфаркт миокарда

клиническая форма ишемической болезни сердца, при которой развивается локальный некроз миокарда вследствие остро возникшего несоответствия коронарного кровотока. Причиной этого является тромбоз или резкий спазм атеросклеротически пораженного сосуда



ФАКТОРЫ ЗДОРОВЬЯ



50-55% - образ жизни и социальные условия

7-10% - развитие здравоохранения

ВОЗ

10-15% - генетические факторы

15-20% - экологическая ситуация



СТРЕСС

это неспецифический ответ организма на любой раздражающий фактор



Стресс, являясь защитной реакцией при сильных и продолжительных переживаниях, вызывает перенапряжение организма, что приводит к многим заболеваниям сердечно-сосудистой системы, включая инфаркт миокарда

Задача психолога

исследование и формирование комплаентности, приверженности пациента лечению



Комплаентность

«Мера следования пациентом всем назначениям и рекомендациям врача, лояльность по отношению к лечению»
Тхостов А.Ш.

Комплаентное поведение

выбор пациентом качественного развития личности

принятие ответственности



активное взаимодействие с врачами и психологами



Социально-психологическая помощь мужчинам, перенесшим инфаркт миокарда

Диагностика эмоционального состояния

Определение типа отношения к заболеванию

Развитие комплаентности, приверженности лечению

Психоэдукация-повышение психологической грамотности

Антикоронарная школа

Услуги КГБУСО «Краевой кризисный центр для мужчин»:

- Поддержка мужчин, перенесших инфаркт миокарда
- Психологическое консультирование мужчин, переживающих кризисные состояния
- Психологическая и юридическая поддержка семей в ситуации развода
- Развивающие и коррекционные занятия для мальчиков и подростков 5-18 лет
- Организация совместного досуга отцов с детьми

