

Посттравматический стресс или Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD)

Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD) может развиваться после воздействия одного или нескольких ужасающих событий, которые угрожают или являются причиной серьезных телесных повреждений. Оно является серьезной и постоянной эмоциональной реакцией на глубокие психологические травмы. Причинами могут быть:

1. Физические травмы - связаны с чьей-либо фактической смертью, угрозой для пациента или чужой жизни, серьезными телесными повреждениями или угрозой относительно физической и / или психической неприкосновенности, подавляющие обычную психологическую защиту.
2. В некоторых случаях PTSD может быть результатом глубоких психологических и эмоциональных травм, без какого-либо реального физического вреда.
3. Часто, физическая и психическая травма присутствуют вместе.

Что такое „Психологическая травма”

Возможные источники травмы включает в себя ощущения или свидетельства детства или взрослой жизни касательно физического, эмоционального или сексуального насилия. Кроме того, ощущения или свидетельства события воспринимаются как опасные для жизни, например как физическое насилие, взрослый опыт сексуального насилия, несчастные случаи, наркомания, болезни, медицинские осложнения, или опыт, или занятость в сфере воздействия войне или стихийному бедствию.

Травматические события, которые могут вызывать симптомы посттравматического стресса (PTSD)

Травматические события, которые могут вызывать симптомы посттравматического стресса включают:

- насилие,
- похищение,
- пытки,
- смерть;
- заложничество,
- содержание в военнопленных и концентрационных лагерях,
- бедствия,
- дорожно-транспортные происшествия,
- диагностика смертельных заболеваний.

У детей симптомы посттравматического стресса могут также сформироваться в результате сексуального травмирующего события.

Симптомы посттравматического стрессового расстройства

У людей подверженных очень страшным или потенциально опасным событиям может развиваться синдром под названием синдрома пост стрессового расстройства (PTSD).

Некоторые симптомы очень трудно определить, поскольку они могут являться частью других психических заболеваний или же соматическими расстройствами. К ним относится бессонница или нарушенные сна, боли или другие соматические синдромы, например головокружение и желудочно-кишечные проблемы.

Однако некоторыми из наиболее характерных симптомов посттравматического стрессового расстройства являются:

1. Ощущение, что ужасное событие происходит вновь:

- Это может быть как видео, изображение, звуки, запахи или просто мысли. Обычно эти ощущения накатывают без предупреждения. Они неконтролируемы.
- Кошмар и расстройства сна с воспоминаниями о событии.
- Преувеличенные эмоциональные и физические реакции на все, что напоминает травматические события.

2. Избегание и эмоциональный ступор:

- Стремление избежать определенных ситуаций, мест или лиц, как следствие травматического события.
- Потеря интереса
- Чувство оторванности от других
- Ограниченные эмоции
- Ограниченная доверчивость по отношению к другим лицам, затруднение в присоединении к общественной деятельности.
- Чувство вины или стыда (например, кто-то погиб, а пациент все еще жив).

3. Увеличенное возбуждение

- Напряженность или раздражительность в сильной степени.
- Любая конфронтация с травматическим событием вызывает эмоциональную боль.
- Проблемы сна
- Раздражительность или вспышки гнева
- Затрудненная концентрация

Какие другие проблемы, связанные с посттравматическим стрессом?

Паника / панические расстройства

Охватывает когда что-то напоминает о травме. Паника сопровождается интенсивным чувством страха или дискомфорта, которые часто выражены физическими или психическими симптомами. Физические симптомы включают ускорения сердечного ритма, потливость, дрожь, одышка, боли в груди, тошнота, головокружение, озноб, горячность, онемение. Сопровождающими психологическими симптомами являются ощущение нереальности, опасения что человек сходит с ума, умирает или у него начинается сердечный приступ.