



# **Послелечебная программа, как профилактика рецидива**

**Президент НФ «Здоровая Страна»  
Савицкий Александр  
Москва 2015**



# Профилактики рецидива

**Профилактика** (др.-греч. prophylaktikos — *предохранительный*) — комплекс различного рода мероприятий, *направленных на предупреждение какого-либо явления и/или устранение факторов риска*





# Профилактики рецидива

**По уставу Всемирной Организации Здравоохранения, «здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов»**

**Здоровье** — нормальная функция организма на всех уровнях его организации, нормальный ход биологических процессов, способствующих индивидуальному выживанию и воспроизводству  
Динамическое равновесие организма и его функций с окружающей средой

Участие в социальной деятельности и общественно полезном труде, способность к полноценному выполнению основных социальных функций

Отсутствие болезни, болезненных состояний и изменений

Способность организма приспосабливаться к постоянно изменяющимся условиям внешней среды



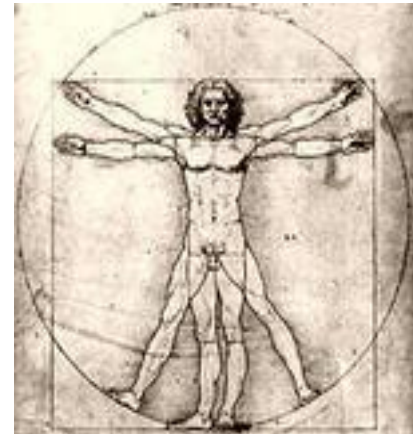


# Профилактики рецидива

**Человек сложное существо, которое мы условно можем разделить на несколько сфер жизнедеятельности:**

- Биологическую (биологическое здоровье)
- Психологическую (психологическое здоровье)
- Социальную (социальное благополучие)
- Духовную (духовное здоровье)

**- В каждой из сфер, он стремится обрести равновесие**





# Профилактики рецидива

**Гомеостаз — саморегуляция, способность открытой системы сохранять постоянство своего внутреннего состояния посредством скоординированных реакций, направленных на поддержание динамического равновесия. Стремление системы воспроизводить себя, восстанавливать утраченное равновесие, преодолевать сопротивление внешней среды.**





# Профилактики рецидива

**Психо - активное вещество - адаптаген**

Любое вещество (или смесь) естественного или искусственного происхождения, которое влияет на работу ЦНС и приводя к изменению психического состояния.

**Самый простой и быстрый способ «уйти» от негативных эмоциональных переживаний, то есть вернуть себе равновесие**

Психо – активные вещества, запрещённые законодательством или вызывающие привыкание в русском языке часто называются **наркотиками**

**При регулярном использовании такого способа «решения» проблем, возникает зависимость, а в дальнейшем заболевание**





# Профилактики рецидива

***Первичная профилактика*** — система мер предупреждения возникновения и воздействия факторов риска развития заболеваний. Работа со всем населением всеми имеющимися способами

***Вторичная профилактика*** — комплекс мероприятий, направленных на устранение выраженных факторов риска, которые могут привести к зависимости и заболеванию. Работа с группами риска

***Третичная профилактика*** как комплекс мероприятий, по реабилитации больных, утративших возможность полноценной жизнедеятельности.



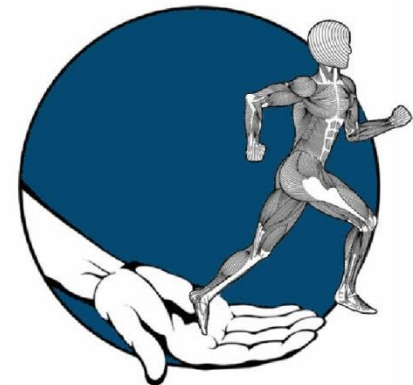


# Профилактики рецидива

**Реабилитация в большинстве случаев не совсем верное определение по отношению к нашим пациентам**

**Реабилитация – восстановление утраченных способностей**

**Абилитация – обучение с нуля**







# Профилактики рецидива

**Реабилитационный центр, метафорически можно сравнить с парником, или детским садом.**

- Ограниченное пространство с искусственно созданными условиями для терапевтических вмешательств
- Специфические правила и идеология способствующие изменениям и терапевтическим вмешательствам
- Воссоздание здоровой среды, способствующей выстраиванию новых отношений с собой и социумом
- Обучение новым (не химическим) способам обретения равновесия, коммуникаций и проживания чувств





# Профилактики рецидива

Выписка из РЦ становится для пациента серьезным стрессом

- Еще в процессе реабилитации, пациенту дают возможность выехать на группы самопомощи
- Пациент пишет задания: «границы безопасности» и «планы на ближайшее время»
- Перед выпиской проводится семейная сессия, где обсуждаются спорные вопросы и ищутся компромиссы между семьей и пациентом





# Профилактики рецидива

У пациентов, после длительного нахождения в РЦ, существует очень много нереалистичных представлений о себе, своей семье, жизни в социуме

Семья пациента находится в таком же состоянии

Отсюда и вытекают цели и задачи пост лечебной программы (ПЛП)





# Профилактики рецидива

- Помочь пациенту адаптироваться в социуме и справиться с первичным стрессом и тревогой
- Наладить здоровые взаимоотношения с семьей и близким окружением, на основе компромиссов и гибких договоренностей
- Помочь адаптироваться в группах самопомощи (найти наставника, установить контакт с средой выздоровления)
- Помочь определиться с ресоциализацией (обучение, поиск работы, выстраивание здоровых взаимоотношений с другими людьми и противоположным полом)

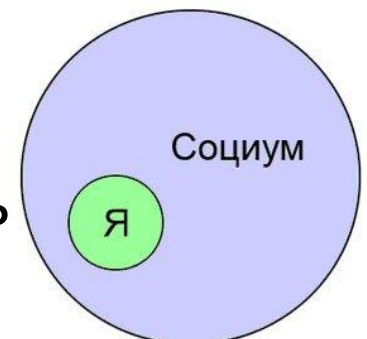




# Профилактики рецидива

## Методики

- Групповая психотерапия, направленная на выстраивание здоровых форм коммуникации и получение адекватной обратной связи от других (не менее двух раз в неделю)
- Индивидуальная психотерапия (одна сессия в неделю)
- Системная семейная терапия (пациент и близкое окружение)
- Консультирование близкого окружения
- Групповая психотерапия членов семьи
- Индивидуальная психотерапия членов семьи





# Профилактики рецидива

**Участие пациента в ПЛП несет функцию мониторинга и контроля. Не только со стороны персонала, но и со стороны самих участников ПЛП**

- Пациента встречают из РЦ, участники ПЛП
- У пациента уже есть сложившиеся взаимоотношения с некоторыми участниками ПЛП
- Они помогают ему найти наставника, группу самопомощи и становятся группой первичной поддержки
- Телефонная поддерживающая терапия





# Профилактики рецидива

## Семья и близкое окружение

Члены семьи получают аналогичные услуги  
Это способствует ускорению проживания  
стресса, при возвращении пациента в  
семейную систему

Получив интенсивную психотерапевтическую  
помощь в течении длительного времени,  
зачастую пациент оказывается самой  
здоровой личностью в новой семейной  
системе





# Профилактики рецидива

**Статистика 2012 – 2015 (30 месяцев)**

**Поступило на ПЛП Москва – 238 пациентов**

**Полностью прошли ПЛП – 183 пациента**

**Из 183 пациентов в ремиссии без рецидива  
92 пациента**

**Продолжают выздоравливать с  
рецидивами 51 пациент**

**Судьба не известна 35 пациентов**

**Погибли в результате передозировки 5  
пациентов**







# Профилактики рецидива

## Длительность

- Как показывает многолетняя практика, трех месяцев достаточно для преодоления первичного стресса и решения задач адаптации вне реабилитационного центра
- Даже имея возможность неограниченно посещать ПЛП, единицы продолжают приходить на занятия
- Периодически, сталкиваясь с неизвестными ситуациями пациенты обращаются за психотерапевтической поддержкой





# Профилактики рецидива

**Спасибо за внимание**

**Президент НФ «Здоровая страна»**

**Савицкий Александр Григорьевич**

**+7 925 208 26 29**

**sav@fundzs.ru**