

СОДЕРЖАНИЕ

От автора 9

РАЗДЕЛ I ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕСТВЕННОГО ВОСПРИЯТИЯ

| | |
|---|----|
| Глава 1. Беззащитность..... | 17 |
| Глава 2. Безразличие | 22 |
| Глава 3. Стигматизация..... | 26 |
| Глава 4. Безликость | 31 |
| Глава 5. Романтизация психических расстройств и обесценивание..... | 34 |
| Глава 6. Жестокость..... | 38 |
| Глава 7. Несвоевременная помощь..... | 46 |
| Глава 8. Трудности инвалидизации и вновь обесценивание..... | 51 |
| Глава 9. Социальная изоляция | 56 |
| Глава 10. Анонимность и ее отсутствие..... | 59 |

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ II
ПРАВА И ЗАПРЕТЫ

| | |
|--|----|
| Глава 10. Использование. | 65 |
| Глава 11. Запрет на роды. | 71 |
| Глава 12. Права, которые мешают: эвтаназия. | 78 |
| Глава 13. Недобровольная стерилизация. | 82 |
| Глава 14. Права, которые мешают: отказ от лечения | 86 |
| Глава 16. Право на «неведение». | 91 |

РАЗДЕЛ III
ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ
И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ЧЕЛОВЕКА

| | |
|---|-----|
| Глава 17. Влияние психических расстройств | 95 |
| Глава 18. Зависимости. | 101 |
| Глава 19. Суицидальный риск | 106 |
| Глава 20. Дефекты личности | 110 |
| Глава 21. Habitus. | 114 |
| Глава 22. Эмоциональная неустойчивость | 121 |
| Глава 23. Ненависть к себе | 125 |
| Глава 24. «Болезнь управляет мной». | 130 |
| Глава 25. «Я неизлечим!» | 135 |

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ IV

ТРУДНОСТИ ДИАГНОСТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ

| | |
|--|------------|
| Глава 26. Трудности принятия диагноза | 141 |
| Глава 27. Переносимость препаратов. | 145 |
| Глава 28. Отсутствие лекарств. | 152 |
| Глава 29. Отсутствие приверженности к терапии. | 156 |
| Глава 30. Безответственность | 159 |
| Глава 31. Мимикрия и трудности постановки диагноза. | 166 |
| Глава 32. Коморбидность | 176 |
| Глава 33. Врачебная ошибка или мракобесие? . . . | 180 |
| Глава 34. Отсутствие понимания нормы и патологии. | 189 |
| Глава 35. Выбор врача | 193 |
| Глава 36. Жизнь в больнице. | 199 |
| Глава 37. Гипердиагностика и гиподиагностика. . | 202 |
| Глава 38. Грубость | 205 |
| Глава 39. Недоступность психиатрической помощи | 208 |
| <i>Заключение и рекомендации.</i> | <i>214</i> |

*Безумные люди, психи, сумасшедшие — именно так порой называют моих пациентов. Почему? Может казаться, что есть «мы» — здоровые и успешные, а есть «они», другие, заболевшие, где-то там, за чертой, но поверьте, болезнь не выбирает. В этой книге мы будем говорить об ОБЫЧНЫХ людях, которые попали в необычные ситуации, расставим точки над *i* и разберемся во многих неоднозначных вопросах. И надеюсь, к последней странице разделению не останется места.*

ОТ АВТОРА

Чем дольше я работаю в психиатрии, тем сильнее убеждаюсь, что великое множество морально-этических, правовых и социальных проблем наших пациентов остаются вне поля зрения большинства людей. Мы все живем обычной жизнью: работа, семья, магазины, отпуск, встречи с друзьями, рождение детей, — но вы и представить себе не можете, чего стоит вести полноценную жизнь людям с психическими заболеваниями.

Безусловно, в силу особенностей своей работы, я буду рассказывать о тяжелых психических нарушениях, о трагических судьбах, об упущенном времени и о ценности здоровья и жизни. В суете будней мы даже не задумываемся о том, как значимо то, что эту суету составляет. Быть может, вам будет полезно увидеть грань повседневности, обычно скрытую от посторонних глаз? И, конечно же, я хочу привлечь внимание к этим проблемам, ведь только предав их огласке, можно что-то изменить.

Распространенность психических расстройств гораздо, гораздо шире, чем вам кажется. Депрессивные состояния, ипохондрия, нарушения адаптации, шизотипические расстройства, расстройства пищевого поведения, нарушения самоидентификации — все это, по причине нарастающего темпа жизни, а может, в связи с повышением доступности психиатрической помощи и улучшением диагностики, встречается гораздо чаще, чем тридцать-сорок лет назад. Следовательно, огромное количество людей остается наедине со своими комплексами, страхами и заблуждениями касательно психиатрии, и я бы очень хотела развенчать мифы, прочно укоренившиеся в общественном сознании.

Чтобы вы поняли, о чем идет речь, я решила привести здесь мнения реальных людей, столкнувшихся с психическими расстройствами:

«Люди боятся с тобой об этом говорить, ощущаешь себя изолированным. Даже близкие начинают относиться настороженно, будто ты прокаженный. Получается, что ты один на один со своей проблемой, спасает только поддержка врача. А у кого-то и ее нет».

«Из-за того, что социум тебя не принимает, приходится либо тратить остатки энергии на то, чтобы соответствовать норме, либо просто оставаться дома. Я чаще стала выбирать второй вариант. Думаю, многие поступают так же».

«Жизнь человека с психическим расстройством в России — тот еще квест. Ты или максимально маскируешь и скрываешь свое заболевание, или регулярно сталкиваешься с такими трудностями, справиться с которыми здоровому-то было бы тяжело. Негативное отношение со стороны работодателей и коллег, непонимание и страх в обществе, будто ты какой-то мутант и от тебя надо держаться подальше...»

«Вообще, сложно передать словами, как это страшно, когда тебя подводит твой мозг. Да еще приходится переживать побочки от препаратов в начале лечения: я настолько беспомощной себя никогда не чувствовала. Но реальность такова, что человек может посочувствовать и поддержать, только если понимает, что ты ощущаешь. Если у тебя температура или перелом — это понятно. А если ты внешне здоров — такое не укладывается в сознании людей. Только человек, лично столкнувшийся с психическими проблемами, или врач-психиатр могут понять, каково тебе. Остальные думают, что “ты ленишься”, “ты занимаешься ерундой”, “тебя зря пичкают таблетками” и так далее...»

«Проблемы реальные, а еще опасения. Реальные проблемы — это депрессивное состояние, апатия, ощущение бессмысленности жизни, страх оставаться одной. При том, что умом ты понимаешь,

что есть родные, дорогие люди, друзья, работа — по идее жаловаться не на что, но ощущения все равно возникают. И не знаешь: то ли это болезнь, то ли побочка от лечения, то ли разновидность нормы. Опасения, что вдруг случится обострение. Прекращаешь смотреть с надеждой в будущее, словно жизнь кончена, словно нет доверия к себе. Страх обострения...»

«Помимо эмоциональных внутренних проблем лично мне было очень тяжело от лечения в стационаре. Чувство потерянности и оторванности от жизни, с пищеварением имелись проблемы (оно словно уснуло и почти не работало). После прекращения приема препаратов восстановилось. Трясти начинало при самых небольших эмоциональных нагрузках, например, ожидание транспорта на холоде превращалось в огромный стресс. В общем, тяжелый удар получила от таблеток...»

«Можно добавить, что присутствует чувство вины перед родными, опасения, что ребенку что-то передастся. Вот такими сомнениями, страхами и чувством вины наполнены будни...»

А понять действительно трудно. Ощущения при заболеваниях, тревога о собственном будущем и будущем своих детей (многие психические расстройства передаются по наследству), побочные эффекты терапии, отношение окружающих — все это доступ-

ОТ АВТОРА

но лишь тому, кто сам прошел через подобное. В свою очередь, психиатрия по-прежнему остается одним из самых стигматизированных разделов медицины, и общество просто не готово предложить помощь и поддержку людям с психическими расстройствами. Проще спрятать голову в песок и притвориться, что этих проблем не существует. Но, несмотря ни на что, я верю, что, если люди будут больше знать о психических расстройствах и реальных трудностях, возникающих в процессе терапии, мы получим от них тот самый отклик, в котором нуждаются многие мои пациенты.

РАЗДЕЛ I

ПРОБЛЕМЫ
ОБЩЕСТВЕННОГО
ВОСПРИЯТИЯ