

«Общественные  
инициативы  
в психиатрии»

# К

Луч света в темном царстве

# атерина

Редколлегия: В.Г.Ротштейн (главный редактор), М.Н.Богдан,  
Л.В.Гордиенко, Т.А.Солохина, В.С.Ястребов

Выпуск 2 Февраль 2001

А зыбжати



## Психопатии

**Истерические психопаты.** Главная черта таких людей – жажда признания. Они не могут жить без того, чтобы служить центром внимания окружающих. Они активно добиваются этого внимания и используют для этого самые разнообразные способы. О них пишут, что они не смеются, а хохочут, не плачут, а рыдают. Их рассказы необыкновенно красочны, изобилуют потрясающими подробностями, причем рассказчики не стесняются украшать свое повествование преувеличениями или даже прямой ложью. Важно, что эта ложь не есть способ получить какую-то выгоду; это просто «художественный прием», направленный на то, чтобы сделать рассказ более интересным. Эти люди любят только себя; хотя они часто говорят, как они обожают своих близких, в сущности, они холодны к ним. У истерических психопатов под влиянием неблагоприятных событий часто возникают тяжелые реакции, имитирующие самые разные болезни: слепоту, глухоту, немоту, параличи. Обычно эти реакции и приводят их к психиатру.

**Возбудимые психопаты.** Эти люди характеризуются крайней вспыльчивостью. Ситуации, которые у других людей вызывают, может быть, лишь легкое раздражение, приводят их в бешенство. В ярости они начинают грубо браниться, могут и совершать агрессивные поступки. Успокоившись, они горько раскаиваются в том, что натворили, искренне просят прощения и

стараются загладить свою вину, но они не в состоянии справиться с собой и приступы ярости повторяются снова и снова.

**Психастеники.** Отличительная черта таких людей – крайняя неуверенность в себе. Они всегда страдают от внутренней несвободы и нерешительности, они склонны к сомнениям, несамостоятельны и зависимы от мнения других. Эти люди вынуждены долго и мучительно размышлять, перебирая все возможные варианты, прежде чем принять какое-либо решение. Однако чаще всего они предпочитают, чтобы кто-то решил все за них. Им свойственны угрызения совести и чувство неполноценности, во всех неудачах они усматривают прежде всего свою вину. Обычно психастеники – хорошие работники: исполнительные, организованные, пунктуальные и совестливые.

**Астенические психопаты.** Астеники большую часть времени чувствуют себя плохо. Они легко устают и от физической, и от умственной работы, нуждаются в более частом и длительном отдыхе по сравнению с остальными людьми. Астеники часто жалуются на пониженную работоспособность, неспособность к концентрации внимания, плохую память. У них при меньших нагрузках и быстрее, чем у других людей, нарушается самочувствие, появляются слабость, головная боль, бессонница, неприятные ощущения в области сердца или в теле. Мелкие недомогания, на которые люди обычно не обращают внимания, вызывают у астеника беспокойство, делают его боязливым, постоянно прислушивающимся к тому, что происходит у него внутри.

**Борцы за правду.** Это фанатики, одержимые идеями личного или идеального характера. Например, фанатик, охваченный идеей личного благополучия, борется за свои действительные или мнимые права; человек, одержимый идеей – за свою программу. В обоих случаях эти люди проявляют чрезвычайную активность, они неутомимы и экспансивны, остановить или переубедить их невозможно. Иногда они посвящают десятки лет своей жизни тому, чтобы доказать не очень значительную несправедливость.

**Циклоиды.** Такие люди отличаются веселым легким нравом. Это жизнелюбы и оптимисты, как правило, добрые и услужливые, общительные, умелые и работоспособные, уверенные в себе. Они непринужденно держатся в любой компании, легко заводят новые знакомства, но, как правило, глубоких привязанностей не имеют, поэтому, не задумываясь, меняют окружение. Эти люди охотно вмешиваются в дела, которые их не касаются, легко дают обещания и столь же легко забывают о своих благих намерениях.

**Эпилептоиды.** Этот тип людей отличается чрезвычайной скрупулезностью и пунктуальностью. Эпилептоид делает все крайне неторопливо и тщательно. Ему свойственна гипертрофированная аккуратность, у него все разложено по своим и местам, и ему становится невыносимо тяжело, когда заведенный им порядок нарушается. Эти люди чрезвычайно медлительны, их речь нетороплива и перенасыщена несущественными деталями. Эмоции у эпилептоидов имеют склонность к «застреванию». Если уж такой человек обидится, то очень надолго, если рассердится, то никак не сможет успокоиться и переключиться на что-то другое.

**Шизоиды.** Часто говорят, что шизоиды — это очень замкнутые, необщительные и чудаковатые люди. Это и верно, и неверно. Дело в том, что замкнутость (и чудаковатость) — это

## Психопатии

только возможные следствия основной черты их личности, которая обозначается сложным термином «аутизм». Сложен не только термин, но и обозначаемый им характер.

*Напомним еще раз, что каждый читатель может найти у себя любую черту из описанных выше характеров. Пожалуйста, не пугайтесь!!! В прошлом номере «Катерины» мы писали и напишем здесь еще раз, что каждому человеку может быть свойственна любая черта характера, а у психопатических личностей нет ни одной особенности характера, которая бы не встречалась у других людей. Все дело только в гармонии или дисгармонии характерологических черт. Только в том случае, если дисгармония настолько велика, что причиняет страдания самому человеку или его близким, можно говорить о психопатии.*

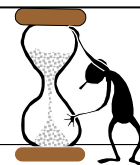
Все мы знаем, что наше самочувствие и настроение изменчивы. Они могут меняться под влиянием внешних обстоятельств, а могут — по каким-то внутренним причинам, когда вокруг все вроде хорошо, а мне как-то все равно не по себе. Для разных людей влияние внешних обстоятельств и внутренних причин имеет разное значение, но для большинства — примерно равное. Для шизоидов значение внутренних причин неизмеримо больше, чем внешних. Настроение, самочув-

ствие, готовность к действию, запас энергии, — все это практически не зависит от внешних обстоятельств. Именно по этой причине шизоиды часто кажутся окружающим странными: их поведение удивляет своим несоответствием внешним обстоятельствам. Подчеркнем еще раз, что это несоответствие связано вовсе не с тем, что эти люди не замечают внешних обстоятельств или не хотят с ними считаться. Они, эти обстоятельства, просто не играют для них никакой роли.

Когда болеешь, приходится лечиться. Чаще всего лечатся с помощью лекарств. Кажется невероятным, когда пациент покорно глотает то, что ему дают, не интересуясь, что это за таблетки, зачем они ему нужны, чего от них ждать хорошего и чего — плохого. В сравнительно недавнем прошлом, когда психотропных лекарств было очень мало, такое поведение можно было понять: всех лечили одним и тем же, и спрашивать особенно было не о чем. Но теперь ситуация принципиально изменилась: психотропных препаратов множество, некоторые из них имеют одни и те же показания, сходный механизм действия и очень разную цену. Поэтому сейчас очень важно понимать, какие преимущества и какие недостатки имеет тот или иной препарат. Обязательно нужно обсуждать с врачом предполагаемое лечение, нужно читать о тех лекарствах, которые вам назначили, и только тогда, когда вы имеете полное представление о рекомендованном препарате и о других сходных лекарствах, вы можете сделать обоснованный выбор. Не забудьте, что согласно закону, врач обязан сообщить вам все интересующие вас сведения о назначаемом лекарстве и возможной альтернативе.

Особенный интерес в последнее время вызывают так называемые нейролептики «нового поколения», к числу которых относится, например, рисполепт. Об этом лекарстве сейчас много говорят и пишут, причем часто очень сложно, и пациенту не так просто понять, почему следует перейти от привычных лекарств к рисполепту, тем более, что он очень дорогой стоит. Прежде всего, надо понимать, что все препараты нового поколения, хоть они и лучше старых, не являются волшебными. Поэтому не стоит ожидать от них немедленно и полного исцеления. НО: 1. Рисполепт гораздо лучше переносится (дает меньше побочных явлений), и поэтому он меньше мешает жить. Этого еще мало. Лучшая переносимость препарата дает возможность использовать относительно большие его дозы. Это бывает очень важно: хорошо известны случаи, когда лекарство вроде бы помогает, но недостаточно; казалось бы, — чуть повысить дозу, и все будет хорошо, однако это невозможно, потому что повышение дозы приводит к таким осложнениям, которые тяжелее самого заболевания. Рисполепт дает возможность «повысить дозу», и даже просто поэтому позволяет добиться лучшего

## Лекарства, лекарства...

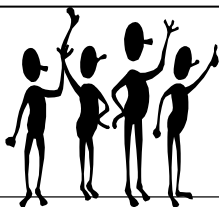


Как с этим жить?

эффекта, чем традиционные препараты. 2. Рисполепт действует на такие расстройства, которые раньше считались просто неизлечимыми. Речь прежде всего идет о так называемом дефекте. Хорошо известно, что некоторые психические болезни (например, шизофрения) уродуют личность. Это и есть дефект. Некоторые клинические наблюдения давали основания думать, что шизофренический дефект в принципе устраним. Однако с помощью традиционных лекарств воздействовать на дефект не удавалось. Рисполепт воздействует на некоторые черты дефекта: пациент становится более активным, у него просыпается интерес к жизни, в значительной мере восстанавливается энергетический потенциал. Известны случаи, когда у пациентов восстанавливалась трудоспособность, и по их собственным отзывам, улучшалось качество их жизни.

Обладая всей этой информацией, сам пациент и его родственники могут подумать, стоит ли лечиться подобными препаратами, например, тем же рисполептом. Прежде всего, понятно, что надо спросить врача, целесообразно ли такое лечение в принципе. Если дело происходит в больнице, то больше думать, в сущности, не о чем, потому что лечение будет бесплатным. Однако, скорее всего, после выписки лечение потребует продолжаться, особенно в том случае, если оно оказалось эффективным. Нужно обязательно обсудить с врачом, как долго придется принимать лекарство после выписки из больницы. Часто врач не может точно сказать этого, но нужно хотя бы ориентировочно представить себе этот срок: если, например, речь идет об остром состоянии, он вряд ли будет очень продолжительным; если состояние хроническое, — срок будет гораздо большим. Однако даже в этом случае не нужно считать, что лекарство придется принимать «всю жизнь». Нужно прикинуть, будет ли возможность покупать лекарство необходимое время и, если да, — соглашаться.

Все мы бродим впотьмах, поэтому каждому нужно научиться самому освещать себе дорогу.



# УЧИТЬСЯ ПОМОГАТЬ!

## Общественные движения

На протяжении 2000 года наша организация бесплатно получала ежемесячный журнал «Вестник благотворительности». Это очень интересное издание, в котором содержится много полезной информации. Журнал издавался в рамках проекта «Формирование культуры филантропии в России» Центра развития филантропии «Сопричастность». Благодаря институту «Открытое общество» (фонд Сороса) финансировались издание и бесплатная рассылка журнала. Большая часть его статей была посвящена проблемам некоммерческих общественных организаций России. В январе 2001 года проект завершился, и журналу грозит ликвидация. Центр «Сопричастность» обратился ко всем своим подписчикам с просьбой о финансовой поддержке. Наша организация бедна, мы сами постоянно ищем деньги на финансирование своих проектов, которые вот уже второй год осуществляем на одном лишь энтузиазме, но благотворительный взнос в размере 1000 рублей мы перевели. Может быть, нам помогла притча, опубликованная в последнем номере «Вестника благотворительности»?

Жила-была девочка. Ее дом стоял у самого океана, и она любила прибегать на берег, чтобы поиграть с морской звездой. Звезда была забавная. Она приплывала всегда в одно и то же место, в одно и то же время, как будто знала, что сейчас здесь вот-вот появится девочка. Звезда не умела говорить. Она даже не умела танцевать и бегать. Но девочке ничего этого было не надо.

Ей достаточно было видеться со звездой и дружить с ней. Однажды в океане поднялся страшный шторм. Небо и землю будто перевернуло разбушевавшимися волнами. Утром девочка первым делом побежала к океану. По берегу на всем его протяжении лежали, задыхаясь и умирая от прямых лучей солнца, морские звезды. Их было много: тысячи, десятки тысяч! Девочка добралась до своей

лагуны и пристально смотрела в воду, разыскивая свою любимую звезду. Но ее там не было. Девочка посмотрела на берег: ее звезда, наверное, была здесь, среди умирающих. И тогда девочка стала поднимать одну за другой морские звезды и без усталости бросать их в воду. Вскоре подошли люди. Они, смеясь, спрашивали у девочки: «Ты что, глупая, делаешь? Неужели надеешься спасти их всех?» Девочка

обернулась к людям и ответила: «Если я брошу в волны эту звезду, то сама смогу что-нибудь изменить в жизни». Люди задумались. Все-таки нечасто бывает так, что ты можешь что-то изменить. Они тоже стали поднимать с берега звезды и бросать их в воду. И каждый повторял: «Я что-то изменил в жизни этой звезды. Я что-то сделал». Не забывайте о вечном!

## Хроника

7 февраля 2001 года несколько семей — участников программы социально-психологической школы — посетили Концертный зал имени П.И. Чайковского, где состоялся музыкальный вечер «Испания в музыке». В программу вечера входили «Цыганские напевы» для скрипки с оркестром Сарасате, «Арагонская хота» Глинки, «Аранхуэс» — концерт для гитары с оркестром и другие великолепные музыкальные произведения в исполнении Государственного симфонического оркестра под управлением Владимира Понькина. Мы также познакомились с молодыми талантливыми исполнителями — гитаристом Артемом Дервеедом и скрипачами — Егором Гречишниковым и Евгенией Гелен.

Яркий и многоликий мир Испании, красота ее щедрой природы, неисчерпаемое богатство культуры предстало перед нами в этот вечер. Большое спасибо Оксане Поповой, нашему музыкотерапевту, организовавшей для нас этот вечер.

Добрые дела. 20 и 22 февраля 2001 г. для членов социально-психологической школы и группы поддержки было организовано посещение парикмахерской при Учебно-производственном комбинате № 25 ЦАО. Молодые мастера-парикмахеры красиво подстригли и причесали наших мам и их детей.

2 марта 2001 г. в 17.00 социально-психологическая школа семьи и группа поддержки проводят вечер, посвященный Международному женскому дню 8 марта. В программе вечера — концерт выпускников Московского музыкального института современного искусства и участников музыкально-художественной программы для пациентов. После концерта — праздничное чаепитие. Вечер состоится в ПНД №11.

## Справочное бюро

Номера телефонов, которые могут вам пригодиться:

Экстренная психологическая помощь	205-05-50
Центр психологической поддержки «Круг»	208-51-91
Молодежный телефон доверия	122-32-77

Все мы бродим впотьмах, поэтому каждому нужно научиться самому освещать себе дорогу.



## Права лиц, страдающих психическими расстройствами

### Права и льготы

(1) Лица, страдающие психическими расстройствами, обладают всеми правами и свободами граждан, предусмотренными Конституцией Российской Федерации, Конституциями республик в составе Российской Федерации, законодательством Российской Федерации и республик в составе Российской Федерации. Ограничение прав и свобод граждан, связанное с психическим расстройством, допустимо лишь в случаях, предусмотренных законами Российской Федерации.

(2) Все лица, страдающие психическими расстройствами, при оказании им психиатрической помощи имеют право на:

- уважительное и гуманное отношение, исключающее унижение человеческого достоинства;
- получение информации о своих правах, а также в доступной для них форме и с учетом их психического состояния информации о характере имеющихся у них психических расстройств и применяемых методах лечения;
- психиатрическую помощь в наименее ограничительных условиях, по возможности по месту жительства;
- содержание в психиатрическом стационаре только в течение срока, необходимого для обследования и лечения;
- все виды лечения (в том числе санаторно-курортное) по медицинским показаниям;
- оказание психиатрической помощи в условиях, соответствующих санитарно-гигиеническим требованиям;
- предварительное согласие и отказ на любой стадии от использования в качестве объекта испытаний медицинских средств и методов, научных исследований или учебного процесса, от фото-, видео- или киносъемки;
- приглашение по их требованию любого специалиста, участвующего в оказании психиатрической помощи, с согласия последнего для работы во врачебной комиссии по вопросам, регулируемым настоящим Законом;
- помощь адвоката, законного представителя или иного лица в порядке, установленном законом.

(3) Ограничение прав и свобод лиц, страдающих психическими расстройствами, только на основании психиатрического диагноза, фактов нахождения под диспансерным наблюдением в психиатрическом стационаре либо в психоневрологическом учреждении для социального обеспечения или специального обучения не допускается. Должностные лица, виновные в подобных нарушениях, несут ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации и республик в составе Российской Федерации.

И  
З  
У  
Ч  
А  
Е  
М  
  
З  
А  
К  
О  
Н

## Предрассудки и стереотипы



Всемирная ассоциация

лиц, столкнувшихся с проблемой шизофрении (в дальнейшем мы будем называть ее WSF), опубликовала в своей газете очень интересную статью о стигматизации (то есть о социальном отторжении) лиц с психическими расстройствами. Артур Крип провел социологическое исследование среди взрослых жителей Англии. Согласно результатам опроса, большинство считает, что лица, страдающие шизофренией, алкоголизмом или наркоманией непред-

сказуемы и опасны. При этом люди считают, что больные алкоголизмом и наркоманией сами виноваты в своем страдании. Кроме того, люди выделяют семь болезней, при которых общение с больными затруднительно. В число этих болезней входят: тяжелая депрессия, панические атаки, шизофрения, слабоумие, расстройства пищевого поведения, алкоголизм, наркомания. Мнение об излечимости и прогнозе психических заболеваний было различным и зависело от того,

насколько люди знакомы с этим вопросом. Оказалось, что примерно половина опрошенных имела опыт общения с психически больными. Автор сравнил результаты своего исследования с опросом, проведенным в 1997 г. Это было важно, поскольку в течение нескольких лет проводились мероприятия по информированию населения о психических болезнях, особенностях психически больных и т.д. Иными словами, была организована кампания, цель которой заключалась в попытке преодолеть предрассуд-

### Зарубежом

ки и улучшить отношение общества к лицам, страдающим психическими расстройствами. Автор пришел к выводу, что общественное мнение меняется очень медленно, но все-таки меняется. Поэтому продолжать эти мероприятия необходимо. Их стратегическая цель – убедить общество в том, что люди с психическим расстройством, хоть и имеют особенности по сравнению с большинством населения, должны пользоваться равными со всеми правами.

Информационный бюллетень для тех, кто столкнулся с психической болезнью



«Общественные инициативы в психиатрии», «Острова Надежды»

К

Луч света в темном царстве

Катерина

113152 Москва, Загородное шоссе, 2, 2

Все мы бродим впотьмах, поэтому каждому нужно научиться самому освещать себе дорогу