



ОБЩЕСТВЕННЫЕ
ИНИЦИАТИВЫ
В ПСИХИАТРИИ

Луч света в темном царстве

Катерина

Редколлегия: Ротштейн В.Г. (главный редактор)

Богдан М.Н., Кутинова Н.В., Морозов С.В.

адрес редакции 109029, Москва, ул. Средняя Калитниковская, д.29

1(75) январь-март 2012

Уважаемые читатели,

Начиная с этого выпуска формат информационного бюллетеня «Катерина» меняется. На протяжении более чем 10 лет «Катерина» играла роль своего рода учебника, помогающего лицам с психическими расстройствами и членам их семей разобраться в основных психиатрических терминах и понятиях. Мы полагаем, что эта задача в основном выполнена. В 74 выпусках «Катерины» подробно описаны основные психические заболевания, употребляемые для их лечения лекарственные препараты, реабилитационные программы и основные положения Закона о психиатрической помощи. Все эти выпуски доступны на сайте «Общественных инициатив в психиатрии» (www.pandepress.ru).

В дальнейшем мы намерены сделать наш бюллетень источником информации о новостях в мире психиатрии — о многообещающих исследованиях, новых методах лечения, о важных событиях в общественной жизни в сфере поддержки психического здоровья. Мы понимаем, что даже тем, кто интересуется психиатрией, трудно ориентироваться в океане Интернета, трудно решить, что заслуживает внимания, а что — нет. Мы постараемся сделать это для вас.

С точки зрения редакции все публикуемые материалы заслуживают внимания. Ответственность за их достоверность лежит на источнике информации (см. соответствующие ссылки).

НОВЫЙ СПОСОБ ЛЕЧЕНИЯ СЕЗОННОГО АФФЕКТИВНОГО РАССТРОЙСТВА

Ученые придумали новый способ лечения сезонного аффективного расстройства (САР). Это тип депрессии, возникающий в определенное время года, чаще всего зимой или осенью, когда дни становятся короче и человеческий организм получает меньше света. В результате нарушается процесс выработки серотонина — так называемого гормона счастья, и у человека возникает депрессия.

Ранее ученые изобрели специальные «лайт-боксы» (от англ. light — «свет»), испускавшие голубоватый свет, имитирующий дневной. Однако этот вариант многим показался непрактичным, ведь подобная терапия требовала на один час в день минимум отложить дела и находиться рядом с устройством. Притом, эффективность составляла лишь 40-60%, пишет The Telegraph.

Теперь ученые придумали новую технологию,

предполагающую, что свет, необходимый для выработки серотонина, должен поступать в мозг через уши. На такую идею их натолкнуло открытие, согласно которому мозг чувствителен к дневному свету, как и глаза, ввиду наличия большого количества фоторецепторов.

Исследование провели ученые из Университета Оулу в Финляндии — стране с высоким уровнем случаев сезонного аффективного расстройства. Они

выяснили, что, по меньшей мере, 18 участков мозга содержат светочувствительные белки — опсины, которые также были найдены в глазах.

Совместно с компанией Valkee ученые разработали недорогое устройство, похожее на iPod. Его стоимость составляет 185 фунтов (9 тысяч рублей). Оно способно доставлять в мозг суточную дозу искусственного света через два крошечных «фонарика», которые помещаются в уши. Клинические испытания на 89 добровольцах показали, что от 74 до 79% из них, используя устройство всего от 8 до 12 минут в день, полностью излечились от симптомов сезонной депрессии.

1
**Новый способ
лечения сезонного
аффективного
расстройства**

2
**Выявлены генные
мутации, которые
приводят к
шизофрении**

3
**Глубокая
стимуляция мозга
поможет смягчить
симптомы
обсессивно-
компульсивного
расстройства**

4
**Ученые доказали,
что лекарства
не работают,
если не верить в их
эффективность**



Источник:
[http://www.
meddaily.ru/
medlinks.ru/article.
php?sid=47523](http://www.meddaily.ru/medlinks.ru/article.php?sid=47523)



Каждый 12-й человек в подростковом возрасте причинял себе увечья, показал анализ. Для большинства людей данная проблема перестает быть актуальной еще до того, как они вступают во взрослую жизнь. Но 10% продолжают, будучи взрослыми, причинять себе вред, сообщает ВВС. Причем, по замечаниям психологов, больше склонны к подобному поведению девушки. Они же чаще переносят данную стратегию и во взрослую жизнь.

Исследователи полагают, что полученная информация поможет им лучше лечить психические расстройства и предотвратить больше самоубийств среди молодых людей. В общей сложности они проанализировали состояние почти 2000 австралийских подростков на протяжении 15 лет.

Оказалось, тревожность, депрессия и употребление алкоголя, конопли и курение были связаны с фактами причинения себе увечий (чаще всего молодые люди резали себя или намеренно обжигались). Люди используют данную стратегию поведения, дабы защититься от душевной боли.

Как отмечает руководитель изыскания доктор Пол Моран из Королевского колледжа в Лондоне, если человек калечит себя, это является явным признаком возможной попытки самоубийства. Согласно статистике, 50-60% людей, покончивших с собой, когда-то травмировали себя.

Медицина 2.0
(www.med2.ru)

<http://www.med2.ru/story.php?id=34714>

ВЫЯВЛЕННЫ ГЕННЫЕ МУТАЦИИ, КОТОРЫЕ ПРИВОДЯТ К ШИЗОФРЕНИИ

Группа ученых из Университета Калифорнии (University of California) и Тринити Колледжа (Trinity College) в Дублине выявили мутации гена, которые тесно связаны с шизофренией.

В ходе исследования, которое длилось 3 года, ученые обнаружили, что редкие мутации в разных местах генома способствуют более высокому риску шизофрении. Эти мутации состоят из вариации числа копий. Полученные результаты являются первыми убедительными доказательствами того, что редкие мутации могут вызывать шизофрению.

Исследователи проверили вариации числа копий в геноме 8 290 лиц с диагнозом шизофрении, а также в геноме 7 431 здоровых людей. В результате они обнаружили, что у пациентов, страдающих шизофренией, было в 14 раз больше дублирования на конце хромосомы 7q, чем у здоровых людей. Эти дублирования влияют на ген, важный для развития мозга - нейрпептидный рецептор VIPR2.

Известный как вазоактивный кишечный пептидный рецептор 2, VIPR2 выражает свое действие в нервной системе, в том числе в головном мозге, кровеносных сосудах и желудочно-кишечном тракте.

Предыдущие исследования показали, что VIPR2 помогает регулировать формирование и активность нейронов в головном мозге. Исследователи затем измерили выражение гена VIPR2 в клетках крови пациентов. Они обнаружили, что люди с мутациями имели более яркую выраженность VIPR2 и большую активность рецептора.

Ученые надеются, что данное открытие поможет в разработке новых методов лечения шизофрении.

<http://www.eurolab.ua/news/world-news/43217/>



В России будет создана интернет-служба психологической помощи населению. Соответствующий приказ был издан Минздравсоцразвития, МЧС, Минобрнауки и Минкомсвязи РФ, сообщает пресс-служба Минздрава.

Согласно документу, посетителей единого портала госуслуг будут информировать о возможностях получения психологической и психотерапевтической помощи в российских регионах. Приказом также предусмотрено создание специальных разделов на сайтах Центра психиатрии имени Сербского, Центра экстренной психологической помощи МЧС, а также Федерального института развития образования.

На указанных сайтах будет опубликован перечень бесплатных психологических услуг, предоставляемых федеральными и муниципальными учреждениями, центрами соцзащиты, образования и гражданской обороны, а также контакты этих учреждений. Кроме того, посетителям сайтов предложат ряд рекомендаций по преодолению стрессовых ситуаций.

Ответственные ведомства планируют завершить создание интернет-службы психологической помощи населению к концу 2012 года. По замыслу авторов инициативы, перечисленные меры призваны обеспечить «повышение уровня психологической культуры и компетентности» россиян.

Медицина 2.0 (www.med2.ru)
<http://www.med2.ru/story.php?id=33706>



По материалам:
Daily Mail <http://www.eurolab.ua/news/world-news/43156/>

ГЛУБОКАЯ СТИМУЛЯЦИЯ МОЗГА ПОМОЖЕТ СМЯГЧИТЬ СИМПТОМЫ ОБСЕССИВНО- КОМПУЛЬСИВНОГО РАССТРОЙСТВА

Ученые доказали, что пациенты, страдающие обсессивно-компульсивным расстройством (ОКР), успешно лечатся при помощи глубокой стимуляции мозга. Врачам удалось смягчить тяжесть симптомов психического состояния у 50 человек при помощи специального электронного стимулятора.

Технология глубокой стимуляции мозга утверждена только в Америке и используется для лечения наиболее серьезных случаев ОКР. С ее помощью также лечат тяжелую депрессию и болезнь Паркинсона.

Обсессивно-компульсивным расстройством страдает каждый 100-й человек. ОКР может принимать различные формы. Однако у большинства пациентов данное заболевание сопровождается появлением навязчивых мыслей, тревогой и беспокойством, которые им трудно игнорировать. Они часто выполняют одни и те же действия снова и снова.

Доктор Бенжамин Гринберг, психиатр, утверждает: «Данный метод является перспективным,

но должен быть использован с чрезвычайной осторожностью».

Электроды размером около 1мм вставляют через отверстия в черепе в заранее определенные области мозга. Исследования показали, что пациенты, страдающие ОКР, которые имели имплантат в течение 3-х лет, проявляли меньше симптомов данного заболевания. У пациентов, которые продолжали получать стимуляцию мозга, были заметны значительные улучшения через 8 лет. Когда же стимуляция прекращалась в результате разрядки батарейки или же других механических неполадок, симптомы крайнего беспокойства вновь возвращались.

Российские психиатры призвали разработать государственную программу профилактики самоубийств, сообщает РИА Новости. Проводить такую профилактику необходимо с начальной школы, считает главный психиатр Минздравсоцразвития Зураб Кекелидзе.

По словам специалиста, указанная программа должна в первую очередь ориентироваться на школьников, а также институт семьи. «В школах нет предмета психологии личности и преподавать его нужно с 3 по 11 класс», — подчеркнул Кекелидзе, добавив, что черновой вариант соответствующего учебника для учащихся 3 и 4 классов уже подготовлен. Он также отметил, что аналогичный учебник будет создан для родителей.

Кекелидзе отметил, что участвовать в разработке госпрограммы профилактики суицидов должны не только специалисты в области здравоохранения и образования, но также представители органов внутренних дел и армии. «Мы все данные соберем, и направим соответствующие предложения в профильные ведомства», — добавил он.

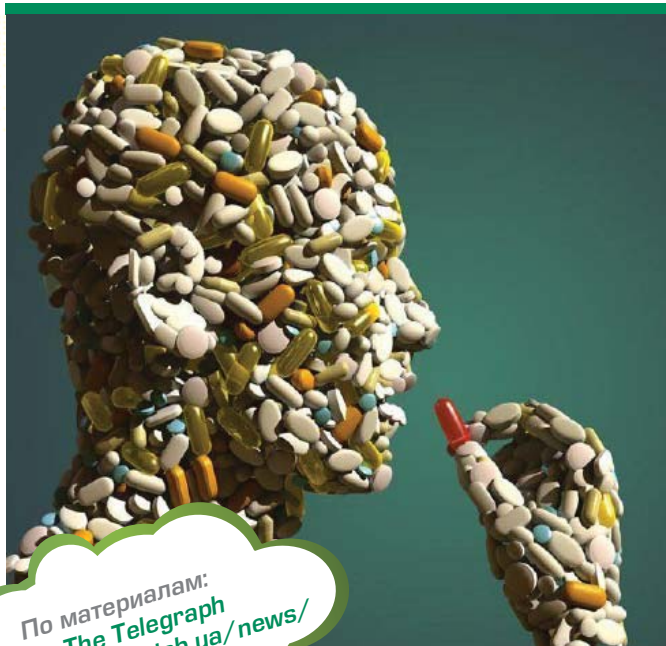
Начальник отдела экологических и социальных проблем психического здоровья Центра психиатрии имени Сербского Борис Положий в свою очередь рассказал, что специалисты Центра смогут представить свой вариант программы в течение одного года. При этом он считает, что первые результаты профилактики самоубийств в России появятся не ранее чем через три года.

Как сообщалось ранее, с 1990 по 2010 год в России было зарегистрировано около 800 тысяч самоубийств. По словам Положего, с 1995 по 2010 год частота суицидов в стране сократилась почти вдвое и составила 23,5 случая на 100 тысяч жителей. Несмотря на такое снижение, по этому показателю Россия продолжает занимать одно из первых мест в мире. Среднемировая частота самоубийств составляет 14 случаев на 100 тысяч населения.

Медицина 2.0
(www.med2.ru)
<http://www.med2.ru/story.php?id=33880>

Продолжают работу группы взаимной поддержки для лиц, страдающих расстройствами психического здоровья.

Телефон координатора групп 8-967-027-61-17



УЧЕННЫЕ ДОКАЗАЛИ, ЧТО ЛЕКАРСТВА НЕ СРАБОТАЮТ, ЕСЛИ НЕ ВЕРИТЬ В ИХ ЭФФЕКТИВНОСТЬ

По материалам:
The Telegraph
[http://www.eurolab.ua/news/
world-news/43134/](http://www.eurolab.ua/news/world-news/43134/)

Исследователи из Университетов Оксфорда, Кембриджа и двух немецких университетов, изучив роль сознательного мышления в восприятии боли, пришли к выводу, что позитивные мысли удваивают болеутоляющее действие, в то время как негативные мысли могут нивелировать этот эффект.

В ходе эксперимента ученые приложили горячее устройство к коже 22 добровольцев. Данное устройство причиняло определенный дискомфорт. Участников попросили оценить ощутимую боль по шкале от 0 до

100. Средний показатель составил 65. Когда врачи начали вводить болеутоляющий препарат на основе опиата, не предупредив об этом участников, средняя оценка снизилась до 55. Когда же исследователи сооб-

щили добровольцам, что им вводят болеутоляющий препарат, средний показатель резко снизился до 39. Когда они сказали, что перестали вводить лекарство, хотя опиат по-прежнему поступал в кровь участников, показатель вновь вырос до 64.

Кроме того, во время проведения эксперимента ученые контролировали активность мозга всех испытуемых при помощи МРТ.

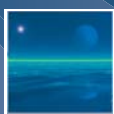
Было замечено, что во время эксперимента, когда добровольцы думали, что болеутоляющее средство не поступает в кровь, часть мозга, отвечающая за болевые ощущения, проявляла

большую активность. Положительные мысли, напротив, способствовали подавлению такой активности.

Профессор Ирина Трейси из Центра функциональной магнитно-резонансной томографии мозга (Center for Functional Magnetic Resonance Imaging of the Brain) Оксфордского университета утверждает: "Врачам не следует недооценивать влияние, которое негативные ожидания пациентов могут оказывать на результат".

Результаты данного исследования были опубликованы в журнале "Science Translational Medicine".

«Катерина» издается благодаря поддержке «Неврологической Клиники на Полянке»



Неврологическая Клиника
на Полянке

Неврологическая клиника на Полянке – первая в России частная клиника, оказывающая помощь людям с неврологическими и психическими заболеваниями.

Клиника работает с 2001 года, в 2005 году она была награждена дипломом Российского и Московского фондов защиты прав потребителей. Клиника является частью Многопрофильного медицинского комплекса для взрослых и детей, все специалисты которого имеют высшую врачебную категорию, среди них 12 профессоров и докторов медицинских наук, 29 кандидатов медицинских наук.

Мы заботимся о том, чтобы каждый пациент был доволен не только оказанной ему помощью, но и той атмосферой, в которой он ее получил.

ул. Б. Полянка, 51а/9 — (495) 721-90-01 — www.neuroclinic.ru