

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ
БЕЛАРУСЬ

УТВЕРЖДАЮ

Первый заместитель Министра

Е.Н. Кроткова

«28» _____ 2023г.

Регистрационный № 056 - 0623



**МЕТОД МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ДЕПРЕССИВНЫХ
РАССТРОЙСТВ (F32) И СУИЦИДОВ (X60-84)**

инструкция по применению

Учреждение - разработчик:

Государственное учреждение «Республиканский научно-
практический центр психического здоровья»

Авторы: к.м.н., доцент О.В. Шилова, к.м.н., доцент А.В.Ходжаев,
к.б.н. В.Н.Шаденко, О.П.Глебка, А.С.Шапаревич

Минск 2023

В настоящей инструкции по применению (далее - инструкция) изложен метод медицинской профилактики депрессивных расстройств и суцидov путем определения рисков их развития и проведения профилактических мероприятий.

Важным преимуществом метода является отказ от прямых упоминаний о суицидальных намерениях и депрессивных проявлениях для избегания социально-желательных ответов.

Метод, изложенный в настоящей инструкции, предназначен для врачей-терапевтов, врачей общей практики, врачей-психиатров-наркологов, врачей-психотерапевтов, психологов учреждений здравоохранения, оказывающих медицинскую помощь пациентам в амбулаторных, стационарных условиях и в условиях отделений дневного пребывания.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ:

Пациенты с соматическими заболеваниями и социальными проблемами: одинокое проживание, неудовлетворительное финансовое положение, значительные изменения в жизненном укладе в течение года.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ:

Противопоказаниями являются: наличие острой или декомпенсация хронической соматической патологии, острые инфекционные заболевания, грубые когнитивные нарушения, состояние алкогольного (наркотического, токсического) опьянения.

ПЕРЕЧЕНЬ НЕОБХОДИМОГО ОБОРУДОВАНИЯ И МАТЕРИАЛОВ

ОПИСАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДА:

Применение метода медицинской профилактики включает определенную последовательность этапов:

Этап 1. Предоставить пациенту анкету и ознакомить его с правилами заполнения. Дать возможность пациенту выполнить задание (приложение 1).

Предварительно нужно ознакомить пациента с информацией о целях исследования.

Этап 2. Произвести расчеты с учетом по заполненной анкете в соответствии с приложением 2;

Произвести расчеты в соответствии с инструкцией (приложение 2). На основе полученных данных сделать заключение о риске развития депрессивного расстройства и риске возникновения суицидального поведения по приложению 3. Пример расчета в приложении 4.

Этап 3. Мероприятия медицинской профилактики (макет памятки - приложение 5).

3.1. При отсутствии риска (или низком риске) врач выдает пациенту информационную памятку о возможности получения медицинской, психологической и социальной помощи в кризисной ситуации, проводит беседу о том, что при появлении у пациента тревожных, депрессивных симптомов, суицидальных мыслей у него имеется возможность обратиться за помощью.

3.2. При выявлении умеренного суицидального риска или умеренного риска развития депрессивного расстройства врач, в дополнении к информационной памятке пациенту о возможности получения медицинской, психологической и социальной помощи в

кризисной ситуации, проводит беседу с ним о его состоянии, предлагает консультацию врача-психотерапевта или врача-психиатра-нарколога или психолога учреждения здравоохранения.

3.3. В случае выявления высокого риска совершения суицида и депрессивного расстройства врач организует осмотр данного пациента врачом-психиатром-наркологом. Предлагается госпитализация в психиатрический стационар, выписывается направление. При превалировании в состоянии пациента соматического заболевания, при котором требуется оказание экстренной или неотложной медицинской помощи в условиях общесоматического стационара, он госпитализируется в отделение интенсивной терапии, анестезиологии и реанимации.

ВОЗМОЖНЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ МЕТОДА И СПОСОБЫ ИХ УСТРАНЕНИЯ

Осложнений от применения метода не ожидается.

При недостаточном уровне мотивации, затрудняющем использование метода, может быть необходима мотивационная индивидуальная беседа.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Анкета для определения факторов риска депрессивных расстройств и суицидов

Инструкция. Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и выберите цифру в соответствующей графе.

Вопрос 1. Тип семейного статуса

1. Состоит в браке
2. Живут в гражданском браке
3. Вдов(а/ец)
4. В браке, живут отдельно
5. Холост/не замужем разведен/а

Вопрос 2. Уровень личного дохода (на момент 2020 года)

1. До 500 бел.руб
2. От 500 до 1000 бел.руб.
3. От 1000 до 1500 бел.руб.
4. Свыше 1500 бел. руб.

Вопрос 3. Пожалуйста, на каждый вопрос дайте один ответ, который наиболее соответствует Вашим ощущениям

	Все время	Большую часть времени	Часто	Иногда	Редко	Ни разу
А. Вы сильно нервничали?	6	5	4	3	2	1
Б. Вы чувствовали себя настолько подавленным/ой, что ничто не могло Вас взбодрить.	6	5	4	3	2	1
В. Вы чувствовали себя спокойным/ой и умиротворенным/ой	1	2	3	4	5	6
Г. Вы чувствовали себя упавшим/ой духом и унылым/ой.	6	5	4	3	2	1
Д. Вы чувствовали себя счастливым/ой.	1	2	3	4	5	6

Вопрос 4. Как бы Вы в целом оценили состояние Вашего здоровья?

1. Отличное
2. Очень хорошее
3. Хорошее
4. Посредственное
5. Плохое

Вопрос 5. Насколько ВЕРНЫМ или НЕВЕРНЫМ представляются по отношению к Вам каждое из нижеперечисленных утверждений?

	Определенно верно	В основном верно	Не знаю	В основном неверно	Определен но неверно
А. Мне кажется, что я более склонен к болезням, чем другие	5	4	3	2	1
Б. Мое здоровье не хуже, чем у большинства моих знакомых.	1	2	3	4	5
В. Я ожидаю, что мое здоровье ухудшится.	5	4	3	2	1
Г. У меня отличное здоровье.	1	2	3	4	5

Вопрос 6. Бывало ли за последние 4 недели, что Ваше эмоциональное состояние вызывало затруднения в Вашей работе или другой обычной повседневной деятельности, вследствие чего:

	Да	Нет
А. Пришлось сократить количество времени, затрачиваемой на работу или другие дела.	2	1
Б. Выполнили меньше, чем хотели.	2	1
В. Выполнили свою работу или другие дела не так аккуратно, как обычно.	2	1

Вопрос 7. Степень стрессоустойчивости. Для ответа обведите номер события/ий или баллы, напротив события

№	Жизненные события	Баллы
1.	Смерть супруга (супруги).	100
2.	Развод.	73
3.	Разъезд супругов (без оформления развода), разрыв с партнером.	65
4.	Тюремное заключение, задержание, изоляция.	63
5.	Смерть близкого члена семьи.	63
6.	Травма или болезнь.	53
7.	Женитьба, свадьба.	50
8.	Увольнение с работы.	47
9.	Примирение супругов.	45
10.	Уход на пенсию.	45
11.	Изменение в состоянии здоровья членов семьи.	44
12.	Беременность партнерши.	40
13.	Сексуальные расстройства, межполовые проблемы.	39
14.	Появление нового члена семьи, рождение ребенка.	39
15.	Реорганизация на работе.	39
16.	Изменение финансового положения.	38
17.	Смерть близкого друга.	37
18.	Изменение профессиональной ориентации, смена места работы.	36
19.	Усиление ссор и конфликтности отношений с супругом.	35
20.	Ссуда или заем на крупную покупку (например, дома).	31
21.	Окончание срока выплаты ссуды или займа, растущие долги.	30
22.	Изменение должности, повышение служебной ответственности.	29
23.	Сын или дочь покидают дом.	29
24.	Проблемы с родственниками мужа (жены).	29
25.	Выдающееся личное достижение, успех.	28
26.	Супруг бросает работу (или приступает к работе).	26
27.	Начало или окончание обучения в учебном заведении.	26
28.	Изменение условий жизни.	25

29.	Отказ от каких-то индивидуальных привычек, изменение стереотипов поведения.	24
30.	Проблемы с начальством, конфликты.	23
31.	Изменение условий или времени работы.	20
32.	Перемена места жительства.	20
33.	Смена места обучения.	20
34.	Изменение привычек, связанных с проведением досуга или отпуска.	19
36.	Изменение привычек, связанных с вероисповеданием.	19
36.	Изменение социальной активности.	18
37.	Ссуда или заем для покупки менее крупных вещей (машины, телевизора).	17
38.	Изменение индивидуальных привычек, связанных со сном, нарушение сна.	16
39.	Изменение числа живущих вместе членов семьи, изменение характера и частоты встреч с другими членами семьи.	15
40.	Изменение привычек, связанных с питанием (количество потребляемой пищи, диета, отсутствие аппетита и т. п.).	15
41.	Отпуск.	13
42.	Рождество, встреча Нового года, день рождения.	12
43.	Незначительное нарушение правопорядка (штраф за нарушение правил уличного движения).	11

Ключ для исследователя

№ вопроса	Интерпретация вопроса	перерасчет
1	Выбранный номер ответа соответствует баллу	1
2	Выбранный номер ответа соответствует баллу	2
3	Суммировать баллы ответа	$3^n = (A + B + B + \Gamma + Д) - 5) / 5$
4	Выбранный номер ответа соответствует баллу	4
5	Посчитать итоговый балл по формуле	$5^n = (4 + A + B + B + \Gamma) - 5) / 5$
6	Итоговый балл по шкале рассчитать по формуле.	$6^n = (A + B + B) - 3/3$
7	Суммировать все баллы, отмеченные пациентом.	7 ⁿ (после перекодировки по схеме).

Схема

Общую сумму баллов, полученную в вопросе, перевести в балл по шкале метода профилактики в соответствии с таблицей:

Общая сумма баллов	Степень сопротивляемости стрессу	Балл по шкале метода
Меньше 150	Большая	1
150-199	Высокая	2
200-299	Пороговая	3
300 – 399	Низкая (ранимость)	4
Более 400	Критическая	5

Оценка результатов

Оценку факторов риска развития депрессивных расстройств среди взрослого населения (D) проводят по следующей формуле:

$$D = 1+2+3^n+6^n+7^n,$$

Оценку фактора развития суицидального риска (S) проводят по следующей формуле:

$$S = 1+2+ 3^n+5^n+7^n,$$

Уровни депрессивного и суицидального риска оценивают в соответствии с таблицей:

	Степень суицидального риска	Степень риска возникновения депрессивного расстройства
нет риска	0 – 9	0 – 8
зона умеренного риска	10 – 14	9 – 12
высокий риск	15 – 22	13 – 20

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Пример расчета итогового балла по шкалам Метода медицинской профилактики депрессий и суицидов

Вопрос (№, содержание)	Оцениваемый параметр	Ответ исследуемого	Итоговый балл
Вопрос 1.	Оценка семейного статуса	5	5
Вопрос 2.	Оценка уровня среднего дохода	2	2
Вопрос 3.	Оценка психического здоровья	А-5 Б-4 В-5 Г-5 Д-5	$((5+4+5+5+5)-5)/5 = 4$
Вопрос 4.	Оценка состояния общего здоровья	4	4
Вопрос 5.	Оценка состояния общего здоровья	А-4 Б-3 В-3 Г-4	$(4+4+3+3+4)-5)/5 = 3$
Вопрос 6.	Оценка состояния ролевого эмоционального функционирования		$((2+1+2)-3)/3=1$
Вопрос 7.	Оценка степени сопротивляемости стрессу	299 баллов	3
Итоговый балл по шкале депрессивного риска (вопрос 1 + вопрос 2 + вопрос 3 + вопрос 7 + вопрос 5)			17
Итоговый балл по шкале суицидального риска (вопрос 1 + вопрос 2 + вопрос 3 + вопрос 7+ вопрос 6)			15

Интерпретация и заключение:

17 баллов по шкале депрессивного риска; пациент попадает в зону высокого риска

15 баллов по шкале суицидального риска – зона высокого риска

Макет информационной памятки

Ваш лечащий врач: *Ф.И.О. номер кабинета, время работы, телефон*

В экстренной ситуации вы можете обратиться:

№ Телефона доверия

Скорая медицинская помощь/дежурный врач.

За психологической помощью в трудной ситуации вы можете обратиться:

Психолог учреждения здравоохранения (*кабинет, время работы, телефон*)

Психолог ТЦСОНа (*кабинет, время работы, телефон*)

Контакты общественных организаций, оказывающих помощь данной категории населения (например, Красный Крест, православная община и др.)

За помощью в трудоустройстве вы можете обратиться:

Центр занятости (*кабинет, время работы, телефон*)

Управление по труду, занятости и социальной защите райгорисполкома, сельсовет и др. (*кабинет, время работы, телефон*)

Иные доступные виды помощи