



Проблематика психічного здоров'я у молоді внаслідок військового стану в Україні

ДОПОВІДАЧ: СОДОЛЕВСЬКА В.Є.

АСИСТЕНТ КАФЕДРИ МЕДИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ, ПСИХОСОМАТИЧНОЇ МЕДИЦИНИ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ
НМУ ІМЕНІ О.О. БОГОМОЛЬЦЯ

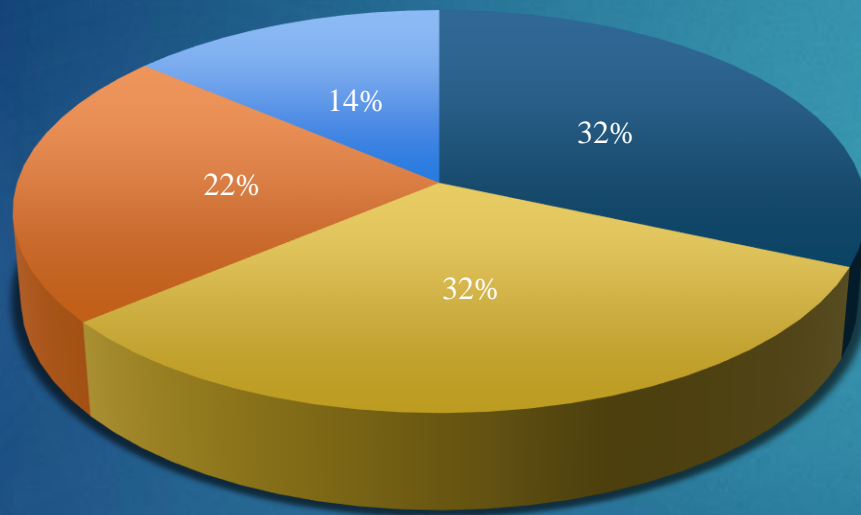
Актуальність

З моменту вторгнення російських військ на територію України, з квітня 2014 року, українці зіштовхнулись із військовим конфліктом, до якого не були готові, як фізично, так і психічно. Однак, 24 лютого 2022 року, війна між країнами набрала повномасштабних обертів. Ця війна стала однією з найбільших і найшвидше зростаючих гуманітарних ситуацій з часів Другої світової війни. На сьогоднішній день понад 6,7 мільйонів українських біженців покинули країну. Цей конфлікт, який спалахнув після санітарної кризи пандемії COVID-19, створює атмосферу невизначеності та нестабільності, що негативно впливає на багато аспектів, у тому числі на психічне здоров'я. Дані Всесвітнього дослідження психічного здоров'я ВООЗ підкреслюють, що вплив поточної кризи, в Україні, на психічне здоров'я може бути тривалим, особливо, це вплине на дітей та молодь. Дослідження також показали, що такі тяжкі переживання можуть призвести до серйозних наслідків, включаючи посттравматичний стресовий розлад, депресію та тривогу. Відновлення після посттравматичного стресового розладу (ПТСР) під час війни відбувається повільно, а це означає, що проблеми з психічним здоров'ям серед української молоді можуть тривати довго. Кумулятивний вплив війни на психічне здоров'я та переміщення схилитиме українську молодь до більш значних наслідків для психічного здоров'я.



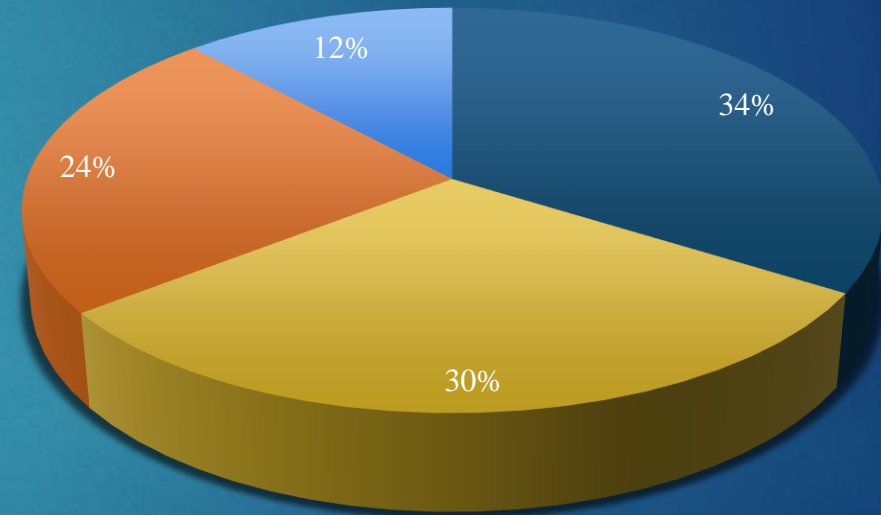
Рівень тривоги та депресії серед молоді внаслідок війни в Україні

Рівень тривоги (GAD-7)



■ Мінімальний ■ Легкий ■ Середній ■ Тяжкий

Рівень депресії (PHQ-9)

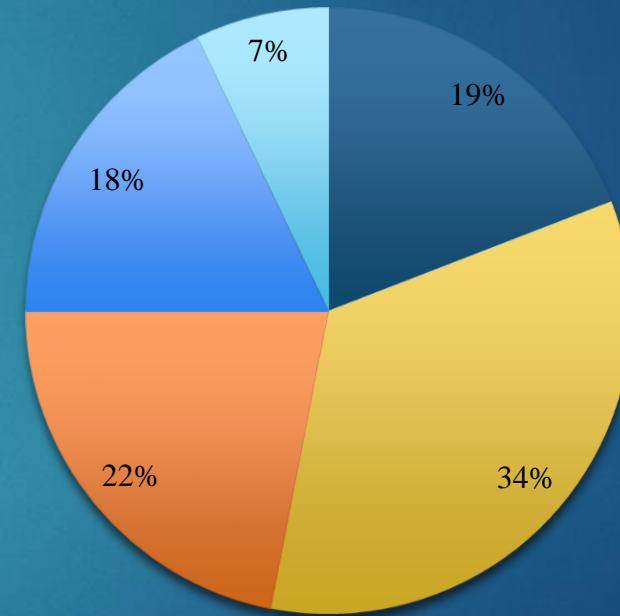


■ Не виявлено ■ Легкий ■ Середній
■ Помірно важкий ■ Важкий

Рівень тривоги та соціальні мережі

Під час досліджень було помічено залежність рівня тривоги від частоти перегляду новин, які пов'язані з війною. На запитання про те, як часто Ви стежите за новинами, 11,8% повідомили, що перевіряють новини кожні пару годин, 6,6% тричі на день, 15,6% двічі на день і 27,7% принаймні раз на день. Найбільш часто використовуваними новинними виданнями були цифрові новинні портали (82,8%), за ними йшли соціальні мережі (72,4%) і телебачення (37,5%)

Як часто ви перевіряєте новини про війну?



- Два рази на день
- Кілька разів на тиждень
- Ніколи
- Раз на день
- Раз на тиждень

Вплив війни на психічне здоров'я української молоді під час війни



Можливі наслідки війни для психічного здоров'я

- ❖ **Розвиток дистресу** – порушення адаптації та реакцій пристосування. Ми відчуваємося знесиленими, послаблюється імунітет, страждає серцево-судинна система.
- ❖ **Гострий стресовий розлад** – Нав'язливі думки та спогади пов'язані з травматичною подією. Неможливість відчувати радість, задоволення, порушення сну.
- ❖ **Розлади адаптації** – симптоми з'являються відразу після стресової події та зникають протягом 6 місяців. Найпоширеніші симптоми: депресивні настрої, тривожність, суїцидальна поведінка.
- ❖ **Афективні розлади** - найпоширеніша проблема серед тих, хто пережив стресову і травматичну подію, — депресія. Також до афективних розладів зараховують біполярний розлад особистості та циклотимію.

