

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР)

ПТСР возникает как отставленная или затяжная реакция на воздействие мощного стрессового фактора, или критическую ситуацию (кратковременную или продолжительную) угрожающего или катастрофического характера.

Следствием таких ситуаций могут быть различные нарушения, обычно их разделяют на группы: острые ПТСР (продолжительностью менее трех месяцев), хронические (продолжительностью 3 месяца и более) и отсроченные (проявляющиеся по крайней мере через 6 месяцев после пережитого стресса).

Посттравматические нарушения характеризуются:

-Повторением травматического переживания в мыслях, снах и воспоминаниях;

-Ослаблением связью с жизнью, проявляющемся в сдерживании эмоций, ощущении оторванности от других и уменьшении активности в значимых видах деятельности (чувство тревоги; панические приступы; ощущение апатии; потеря смысла жизни; нежелание заниматься привычными делами).

-Возникновением и развитием психосоматических симптомов (нарушение сна; расстройства памяти; утомляемость; сниженное настроение; беспокойство; раздражительность).

Вы пережили стрессовую ситуацию?

Вы ощущаете психологические последствия травматического стресса?

Не знаете как справиться со своей проблемой?

**Позвоните на Линию психологической помощи!
8(8342)38-01-50 или 112**

Неразрешимых проблем не бывает!