Всё по полочкам

Талашова Светлана Вадимовна –
кандидат фармацевтических наук, доцент, фармаколог, социальный психолог, бизнес-тренер

Чек-лист: товарная группа «Препараты от тревоги и стресса»

В этом выпуске мы не будем погружаться в подробные фармакологические классификации. А просто, озвучим основные психические проблемы и расстройства, а также остановимся на алгоритме фармконсультирования (OTC-препараты) и информирования (RX-препараты).

С какими психическими расстройствами люди сталкиваются чаще всего?

1. Тревога, беспокойство и нарушение сна.
2. Депрессия – расстройство, которое сопровождается снижением интереса к жизни, преобладанием плохого настроения.
3. Панические атаки – приступы сильного страха (чаще всего страха смерти), которые могут сопровождаться потливостью, сердцебиением, ощущением нехватки воздуха.
4. Расстройства пищевого поведения – эпизоды регулярного переедания с последующим очищением (признаки булимии) или отказ от еды полный или частичный с понижением индекса массы тела (признаки анорексии).
5. Различные фобии – интенсивный страх конкретного предмета или явления.
6. Пограничное расстройство личности – заболевание, которое характеризуется нестабильными эмоциональными реакциями, перепадами настроения и отсутствием контроля над гневом.
7. Биполярное аффективное расстройство – расстройство, которое характеризуется чередованием депрессии и мании (неадекватно приподнятым настроением).
8. Посттравматическое стрессовое расстройство – заболевание, которое развивается после травмирующего события (военные действия, стихийные бедствия, насилие и др.).
9. Обсессивно-компульсивное расстройство – обсессии (навязчивые мысли, идеи, одержимость страхом) сменяются компульсиями (действия или ритуалы, помогающие облегчать обсессии).

Фармацевтическое консультирование

Возможные жалобы покупателя: состояние тревоги, напряжения, ухудшение сна и засыпания, раздражительность, стресс на фоне перенесенных потерь.

Уточняющие вопросы: подробнее о симптомах; что принимал человек до обращения в аптеку; какие препараты принимаются регулярно; для женщин – уточнить наличие беременности и кормления.

Если форму недуга можно определить как легкую и состояние человека не вызывает беспокойства, то можно предложить следующие препараты:

1. Ново-Пассит – комбинированный растительный седативный препарат.
Состав: валериана, мелисса, зверобой, боярышник, пассифлора, хмель; гвайфенезин. Эффективен при неврастенических состояниях, сопровождающихся тревожностью, страхом, раздражительностью; при легких нарушениях сна; головных болях, связанных с нервным напряжением.
2. Магне B_6 – синтетический препарат для восполнения дефицита магния в организме.
Состав: магния цитрат и пиридоксина гидрохлорид. Эффективен при незначительных нарушениях сна, раздражительности, повышенной утомляемости.
3. Адонис-бром – комбинированный препарат, включает растительный компонент и бромид.
Состав: горицвет весенний и калия бромид. Эффективен при невротическом синдроме (раздражительность, плаксивость, повышенная тревожность, ощущение нехватки сил, быстрая утомляемость, головные боли), который в том числе может сопровождаться тахикардией.
4. Афобазол – анксиолитический препарат.
Состав: фабомотизола дигидрохлорид. Эффективен при генерализованных тревожных расстройствах, неврастении, расстройстве адаптации. При лечении нарушений сна, связанных с тревогой, нейроциркуляторной дистонии, предменструального синдрома, алкогольного абстинентного синдрома, для облегчения синдрома отмены при отказе от курения.

Симптомы, которые должны насторожить («красные флаги»):

- Зрительные, слуховые, тактильные или вкусовые иллюзии (у человека искажено адекватное восприятие предметов и явлений).
- Серьезные нарушения сна (например, человек жалуется, что не спит сутками).
- Наличие бреда (например, доказывает, что его преследуют, или рассказывает о странных идеях).
- Ухудшение памяти и сложности в самообслуживании.
- Жалобы на учащенное сердцебиение, головные боли, нарушения дыхания.
- Проявление агрессии.
- Жалобы на полное безразличие к жизни или нежелание жить.
- Беременность и лактация.

Если есть настораживающие симптомы, тяжелые сопутствующие патологии, беременность и лактация, то направляем человека к врачу!

Фармацевтическое информирование

Для покупателей, которые пришли в аптеку с рецептом от врача.

1. Атаракс – анксиолитический препарат.
Состав: гидроксизина гидрохлорид. Начало действия – через 30–45 мин после приема таблетки. Эффективен при симптоматическом лечении тревоги и зуда аллергического происхождения. Побочные эффекты: сонливость, заторможенность, сухость во рту, утомляемость.
2. Грандаксин – анксиолитический препарат.
Состав: тофизопам. Начало действия – через 60 мин. Эффективен при лечении тревожных расстройств, в том числе сопровождающихся вегетативными проявлениями, усталостью, апатией, эмоциональным напряжением. Побочные эффекты: головная боль, тошнота, сухость во рту.
3. Фенибут – психоаналептик, психостимулятор, ноотропное средство.
Состав: аминофенилмасляной кислоты гидрохлорид. Начало действия – через 30–40 мин. Эффективен при астенических и тревожных состояниях, незначительных нарушениях сна, снижении умственной работоспособности. Побочные эффекты: сонливость, головокружение, гепатотоксичность.
4. Адаптол – психоаналептик, психостимулятор, ноотропное средство.
Состав: темгиколурил (тетраметилтетраазабициклооктандион). Начало действия – через 2–3 сут. Эффективен при неврозах и неврозоподобных состояниях (беспокойство, страх, тревога, эмоциональная неустойчивость). Побочные эффекты: редко головокружение, гипотензия, расстройство пищеварения.
5. Ципралекс – антидепрессант, психоаналептик.
Состав: эсциталопрама оксалат. Начало действия – через 2–4 нед. Эффективен при депрессивных эпизодах любой степени тяжести, панических расстройствах, социальных тревожных расстройствах, генерализованных тревожных расстройствах, обсессивно-компульсивных расстройствах. Побочные эффекты: снижение или повышение аппетита, необычные сновидения, беспокойство, снижение либидо, бессонница, головокружение, тошнота, синдром отмены.
6. Феварин – антидепрессант, психоаналептик.
Состав: флувоксамина малеат. Начало действия – 2–4 нед. Эффективен при депрессиях различного генеза, обсессивно-компульсивном расстройстве. Побочные эффекты: тревога, бессонница, анорексия, ощущение сердцебиения, повышенное потоотделение, тошнота, сухость во рту, синдром отмены.
7. Золофт – антидепрессант, психоаналептик.
Состав: сертралина гидрохлорид. Начало действия – через 7 дней, основной эффект достигается через 2–4 нед. Эффективен при депрессии и для профилактики рецидива депрессии; панического расстройства; обсессивно-компульсивного расстройства. социального тревожного расстройства; посттравматического стрессового расстройства. Побочные эффекты: снижение или повышение аппетита, бессонница, тревога, снижение либидо, повышенная возбудимость, головокружение, тошнота, зевота, сухость во рту, диарея, синдром отмены.
8. Амитриптилин – антидепрессант.
Состав: амитриптилина гидрохлорид. Начало действия – 10–14 дней. Эффективен при эндогенных депрессиях и других депрессивных расстройствах. Побочные эффекты: снижение концентрации внимания, остроты зрения, дезориентация, спутанность сознания, сонливость, головокружение, шум в ушах, нарушения со стороны сердца, сухость во рту, дисгевзия, повышенное потоотделение, синдром отмены.