

## **ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В СИСТЕМІ РЕАБІЛІТАЦІЇ НАРКОЗАЛЕЖНИХ**

*Аймедов К.В., асистент кафедри психіатрії*

*Науковий керівник – з.д.н.т., проф. В.С.Бітенський*

*Одеський державний медичний університет*

Анксиозна умовно-рефлекторна терапія опійної залежності дозволяє домогтися зміни мотивації, а саме, “повернути” наркозалежну особу до першопочаткових соціально-психологічних мотивів. На реабілітаційному етапі широко застосовувались програми, які сприяли реалізації цих мотивів у соціально-позитивному напрямі. Одна з них включала дозовану фізичну активність – біг на довгі дистанції, плавання, атлетичну гімнастику. Отже, хворим було запропоновано привабливий в гедоністичному плані, але соціально сприйнятливий спосіб досягнення необхідного рівня задоволеності власним психічним станом. Наша гіпотеза підкріплена клінічними спостереженнями над 29 наркозалежними, які раніше займалися різними видами спорту та досягли певних результатів. В преморбіді вони дуже легко змінили креативну залежність на деструктивну. До цього їх спонукало доведене до психологічного стереотипу “відчуття здоров’я, високої енергії”, нібито «вседоступності світу», яке вони отримували в процесі виснажуючих спортивних тренувань. Всі ці хворі проходили лікування від наркотичної залежності, на реабілітаційному етапі якого застосовувались підходи, що базувались на відтворенні стереотипів спортивних тренувань – сумісні забіги на довгі дистанції, заняття в басейні, атлетичному залі. Розроблено конкретні тренувальні комплекси залежно від віку, фізичного стану, профілю мотивів. Пацієнти відвідували тренування разом із своїм лікарем. Вони мали можливість реалізувати потребу в фізичному та психологічному комфорті, обговорити в групі наболілі питання позбавлення від наркозалежності. У 17 (58,6%) хворих ремісія перевищила три роки. Працевлаштувавшись, багато з них відновили навчання. Вони сприяли оздоровленню свого мікросоціального оточення.