Послеродовой психоз  и послеродовая депрессия – это состояния, которые проявляются у женщины как последствия осложнений, возникающих во время родов. Крайне важно, чтобы молодые мамы, у которых диагностирован послеродовой психоз, обязательно обращались за помощью к квалифицированному специалисту и получали необходимое лечение.

Этот момент следует учесть в связи с тем, что большинство молодых матерей даже не подозревают о том, что они уже страдают от проявлений послеродового психоза. Иногда подобные проявления не воспринимаются как серьезное заболевание и близкими людьми женщины.

* ₽

Следует разделять понятия «послеродовой психоз» и «послеродовая депрессия». Оба эти недуга являются очень тяжелыми психотическими состояниями, которые требуют немедленного медикаментозного лечения. Но подход к терапии данных заболеваний применяется разный: лечение послеродовой депрессии проходит с использованием антидепрессантов, а терапия послеродового психоза проводится с применением антипсихотических средств. По сравнению с проявлениями послеродовой депрессии послеродовой психоз возникает у женщин реже. Необходимо четко отличать послеродовой психоз и от послеродовой хандры, которая у большинства молодых матерей возникает в первые недели после родов. В большинстве случаев такая хандра проходит самостоятельно. Однако случается, что затянувшаяся хандра переходит в состояние послеродовой депрессии. Такое состояние необходимо лечить с помощью квалифицированных специалистов.

**Причины послеродового психоза**

Послеродовой психоз является серьезным психотическим состоянием. В период беременности у женщины, которая позже страдает послеродовым психозом, не наблюдается заметных отклонений от нормы. Однако те, кто склонен к психозам в период после родов, как правило, раньше страдали от сильных эмоциональных колебаний в период перед менструацией

До сегодняшнего дня не существует информации о четких причинах проявления подобного состояния у женщины после родов. Существуют некоторые предположения, согласно которым изменение психики женщины, недавно родившей ребенка, связаны с колебаниями гормонального баланса в ее организме.

Высокий риск развития послеродового психоза существует у женщин, которые имеют в анамнезе разнообразные психические заболевания и расстройства. Так, послеродовому психозу более подвержены молодые матери, страдающие шизофренией и биполярными расстройствами. Значительно увеличивается риск развития послеродового психоза у тех, кто ранее злоупотреблял разнообразными наркотиками.

Однако послеродовой психоз может развиться и у здоровых женщин, которые пережили сильный эмоциональный стресс в связи с рождением малыша.

**Симптомы послеродового психоза**

Как правило, послеродовой психоз проявляется на 3—6-й день после родов. При характеристике особенностей послеродового психоза часто речь идет об утрате связей больной с реальностью. При прогрессировании послеродового психоза нарушается высшая нервная деятельность. У женщин сразу же после родов проявляется как **легкая**, так и **тяжелая** форма послеродового психоза. Если его течение особенно тяжелое, то молодая мать может полностью лишиться способности проявлять заботу о новорожденном.

В процессе развития послеродового психоза может проявляться ряд разнообразных симптомов. У женщины иногда наблюдаются определенные маниакальные проявления, которые выражаются повышенным уровнем возбуждения, возникновением навязчивых идей, которые не связаны с реальностью.

Еще одним весьма распространенным проявлением послеродового психоза у женщин являются галлюцинации, преимущественно слуховые. У молодой матери постепенно развиваются изменения личности, ее мышление становится аномальным. Подверженной послеродовому психозу женщине становится трудно формулировать свои мысли вслух и упорядочить их. Соответственно, женщина может вести бессвязные разговоры, выражать мысли без внятного содержания.

Больная не может дать адекватную самооценку, правильно определяя собственное состояние. Убеждая молодую мать в том, что ей необходимо обратиться за квалифицированной помощью, ее близкие и родные должны приложить значительные усилия, чтобы достичь желаемого. Со временем, после полного излечения, женщина, как правило, осознает ошибочность собственных убеждений.

Еще одним симптомом послеродового психоза является расстройство аппетита: молодая мать часто не может нормально питаться.

Женщину в состоянии тяжелого послеродового психоза часто посещают идеи о возможном самоубийстве или убийстве. Подобный симптом свидетельствует о том, что состояние больной крайне тяжелое, и ей необходима помощь специалистов.

**Диагностика послеродового психоза**

При обращении женщины к врачу с жалобами на проявление описанных выше симптомов врач должен провести как можно более полное обследование ее состояния здоровья. Выявление органических недугов, анализ крови и другие исследования способствуют объяснению причин возникновения послеродового психоза. Кроме того, необходимо привести неврологическое обследование, а также изучить результаты компьютерной томографии.

**Лечение послеродового психоза**

Лечение послеродового психоза практикуется уже достаточно давно. В настоящее время применяются как оральное, так и внутривенное и внутримышечное введение препаратов. Но любые препараты следует применять при первой же возможности, так как лечение послеродового психоза должно производиться как можно раньше. От этого напрямую зависит успех такой терапии. Соответственно, эффективность лечения может снизиться, если начать его позже.

Если безотлагательного медицинского вмешательства не произошло, то при послеродовом психозе состояние женщины может резко ухудшиться. А это напрямую угрожает здоровью ребенка и матери.

**Послеродовая депрессия**

Послеродовая депрессия может возникнуть у каждой женщины, недавно родившей ребенка. Подобное состояние проявляется также у тех женщин, которые родили мертвого ребенка либо после выкидыша. Послеродовая депрессия проявляется изменениями в психологическом состоянии женщины. Она может страдать от постоянного проявления ощущения грусти, пессимизма, безысходности. Молодая мать перестает ощущать радость от жизни, удовольствие от ухода за ребенком. Иногда молодая мать чувствует, что ей слишком тяжело проявлять повседневную заботу о малыше. На сегодняшний день существуют данные о том, что распространенность проявления послеродовой депрессии достигает до 15%. Очень важно учесть и тот факт, что послеродовая депрессия у матери может повлиять на здоровье ребенка в дальнейшем.

Если оценить состояние молодой матери сразу же после рождения ребенка, то состояние усталости, слабости и истощения наблюдается практически у каждой женщины. В первые несколько недель после родов молодая мать может страдать от бессонницы, разбитости. Все эти ощущения у большинства молодых матерей проявляются параллельно с состоянием радости и большого удовлетворения от того факта, что на свет появился ребенок. Но при нормальном состоянии женщина уже спустя несколько недель ощущает, что ее состояние становится более стабильным и неприятные проявления исчезают без лечения.

**Причины послеродовой депрессии**

Существует мнение о том, что причиной проявления послеродовой депрессии является резкий гормональный дисбаланс в организме женщины, который проявляется сразу же после рождения малыша. В процессе развития беременности в организме женщины происходят существенные изменения психологического, соматического и эндокринного характера. Психическая дисфункция в период после родов, по мнению медиков, связана с резким уменьшением в организме количества гонадотропных гормонов.

Но при этом существуют некоторые факторы, которые провоцируют увеличение риска проявления послеродовой депрессии. Прежде всего, важно учитывать, что послеродовая депрессия чаще проявляется у тех женщин, которые ранее при рождении детей уже страдали от такого заболевания. Особенно часто послеродовая депрессия возникает у этой категории женщин при рождении ребенка после 35 лет. Впрочем, есть данные и о том, что послеродовая депрессия значительно чаще проявляется у женщин при рождении первенца.

Кроме того, значительно увеличивает риск проявления данного состояния отсутствие адекватной поддержки молодой матери, которую должны обеспечить родные и близкие люди. Послеродовая депрессия чаще возникает у женщин, перенесших сильный стресс,его могут спровоцировать проблемы со здоровьем у новорожденного, регулярные колики у ребенка, наличие других семейных либо психологических проблем.

Если женщина была подвержена депрессии еще в период вынашивания ребенка, то в 75% случаев депрессивное состояние проявиться у нее и после родов. Также увеличивает шансы проявления депрессии наследственная расположенность молодой матери к депрессивным состояниям либо к  биполярному расстройству.

**Симптомы послеродовой депрессии**

Так как рождение ребенка является серьезным стрессом для женщины, то развитие депрессии в послеродовой период происходит достаточно часто.

Наиболее типичным симптомом послеродовой депрессии является отрицание молодой матерью необходимости квалифицированной помощи. Женщина, которая только-только родила ребенка, ощущает, что ей очень трудно справляться с новыми обязанностями, и одновременно испытывает чувство вины. Женщина страдает от сильного беспокойства, при этом она становится очень медлительной и с большим трудом сосредотачивается. Иногда женщина полностью отвергает все социальные контакты и полностью погружается в хлопоты о ребенке. В иных случаях послеродовая депрессия заставляет мать вообще отказаться от забот о ребенке. Часто послеродовая депрессия переходит в хроническую форму и длительное время негативно воздействует на состояние ребенка и матери.

Очень часто молодая мать страдает и оттого, что она не получает подтверждения теории о том, что ее материнские инстинкты помогут перенести все трудности периода адаптации к ребенку достаточно быстро. Но на самом деле для того, чтобы подобная связь между матерью и малышом появилась и окрепла, необходимо несколько месяцев. Следовательно, разочарование от неудач может спровоцировать усугубление депрессивного состояния. К тому же очень часто мать убеждена в том, что за ребенка отвечает только она одна.

Таким образом, ощущение грусти, душевной пустоты и постоянной тревожности может преследовать женщину длительное время. Постепенно она теряет способность радоваться повседневным приятным мелочам. Симптомами послеродовой депрессии также часто становится потеря аппетита, резкое снижение веса у молодой мамы. Женщина также может страдать от бессонницы.

Описанные выше симптомы могут проявиться у женщины как в первую неделю после родов, так и спустя несколько неспокойных недель. Послеродовая депрессия может продолжаться у молодой мамы около трех-четырех месяцев.

**Виды послеродовой депрессии**

В медицинской практике принята определенная классификация послеродовой депрессии. При невротической депрессии у женщины обостряются те расстройства, которые имели место еще в период беременности. Она пребывает в унынии, часто плачет, и постепенно доходит до крайней степени [нервного истощения](https://yandex.ru/turbo/medside.ru/s/nervnoe-istoshhenie?parent-reqid=1603719048112781-1096657559605123989100107-production-app-host-man-web-yp-275&utm_source=turbo_turbo).

Травматический невроз, как правило, проявляется после очень тяжелого процесса родов. У женщин, которые пережили тяжелейшие роды, перед следующим рождением ребенка постепенно нарастает состояние тревоги, навязчивые страхи.

При меланхолии, которая сопровождается бредовыми включениями, для состояния женщины характерна сильная заторможенность, ощущение вины, а также мысли о собственной несостоятельности. Женщина может не узнавать близких ей людей, страдать от постоянного проявления неприятных галлюцинаций. Очень часто подобное состояние предшествует проявлению маниакально-депрессивного психоза.

При послеродовой депрессии с невротическим компонентом у женщины возможны симптомы ипохондрического характера, а также бессонница и проявление ощущения бессилия. Мать постоянно боится чем-то навредить своему ребенку.

Наиболее часто у молодых мам встречается затяжное течение послеродовой депрессии. При этом подобное состояние очень часто протекает у женщины не диагностируемым, хотя страдают им примерно 20% молодых матерей. В качестве симптомов подобного состояния возникает постоянное чувство  усталости, уныния, изнеможения. Матери очень трудно переносить плач малыша, она становится раздражительной, и при этом постоянно ощущает вину за подобное поведение.

**Диагностика послеродовой депрессии**

Диагностика послеродовых психических расстройств проводится путем проведения медицинского осмотра, а также детального опроса пациентки. Крайне важно, чтобы женщина как можно детальнее рассказала врачу о собственных ощущениях, мыслях и эмоциях, которые преобладают у нее после рождения ребенка. В процессе лечения врач обязательно наблюдает за пациенткой и следит за ее психологическим состоянием. Важно, чтобы имело место внимательное отношение врача к жалобам женщины, так как [психические расстройства](https://yandex.ru/turbo/medside.ru/s/psihicheskie-rasstrojstva?parent-reqid=1603719048112781-1096657559605123989100107-production-app-host-man-web-yp-275&utm_source=turbo_turbo) иногда остаются незамеченными.

**Лечение послеродовой депрессии**

Лечение послеродовой депрессии и послеродового психоза предполагает обязательную консультацию врача-психолога и прием медикаментозных средств. При послеродовой депрессии женщине назначают лечение **препаратами-антидепрессантами**. Но если у больной имеет место умеренная послеродовая депрессия, то без медикаментозных средств в некоторых случаях можно обойтись. На сегодняшний день применение современных препаратов-антидепрессантов позволяет не отказываться от грудного вскармливания ребенка, так как они не оказывают негативного воздействия на малыша. Но очень важно чтобы такие средства назначал исключительно специалист.

Однако лечение послеродовой депрессии предполагает также правильное питание, определенную физическую активность, достаточное количество часов ежесуточного сна. Кроме того, женщине нужно осознать неправильность собственного поведения и обязательно обратиться за помощью к своим близким.

**Профилактика послеродовых психических расстройств**

Следует понимать, что о профилактике послеродовой депрессии и послеродового психоза нужно заботиться задолго до появления ребенка. Будущая мать должна постоянно находиться в комфортной обстановке ощущать заботу и поддержку. Особенно важно обеспечить подобные условия  женщинам, у которых повышен риск проявления психических расстройств. В данном случае крайне важным является отношение к женщине ее партнера.

И муж, и жена еще до родов должны понимать, что риск развития послеродовой депрессии существует у каждой женщины, поэтому данное состояние важно вовремя распознать и обеспечить адекватное его лечение.