



Психосоциальная терапия биполярных расстройств **ТЕРАПИЯ ДЕПРИВАЦИЕЙ СНА (ТДС)**

Депривация сна применяется при тяжелых формах биполярных депрессий. Около 50 - 60% больных отмечают значительные улучшения симптомов. Однако часто эффект данной терапии непродолжителен. Поэтому одновременно с проведением депривации сна необходимо назначать медикаментозное лечение нормотимиками.

Существует две формы депривации сна:

- Полная (тотальная) депривация сна начинается утром первого и заканчивается вечером второго дня, продолжительность депривации составляет около 40 часов.
- Частичная депривация сна начинается в час ночи и продолжается до следующего вечера.

Обе формы оказывают антидепрессивное действие. Однако частичная депривация, вероятно, оказывает на больных более благоприятный эффект. Депривацию сна необходимо всегда назначать только во второй половине ночи, так как именно в это время сна в головном мозгу выбрасываются медиаторы, дисбаланс которых вызывает депрессию. Напротив, депривация сна в первой половине ночи не оказывает антидепрессивного действия.

Одно из преимуществ депривации сна состоит в том, что ее можно эффективно и просто применять у пациентов пожилого возраста. Перед назначением этой терапии важно проинформировать больных о лечении и его действии. Целесообразно проводить групповую депривацию сна или под присмотром врача во время ночного дежурства. Больных нельзя оставлять одних и по возможности предлагать им какое-то занятие. В зависимости от тяжести симптомов и эффективности сеансов депривацию сна можно повторять один или два раза в неделю.

Из: www.Medizin-Info.de