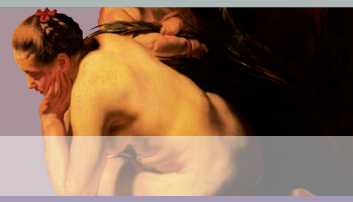
**Главный врач д-р Томас Ротмунд**
врач-невропатолог и психиатр

МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР ЧАСТНОЙ КЛИНИКИ ДЁБЛИНГ
1190 Вена, Хайлигенштетер Штрассе, 46-48
Тел.: +43 (0)664 4120100, +43 (0)1 36066/7785
office@nevrolog-vena.ru
www.nevrolog-vena.ru

# ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ

## Главный врач д-р Томас РОТМУНД

**НЕВРОПАТОЛОГ И ПСИХИАТР
В ЧАСТНОЙ КЛИНИКЕ ДЁБЛИНГ**



**ДЕПРЕССИЯ, СТРАХ И ПАНИКА**

**ВЕРТИГО**

**БОЛЬ В СПИНЕ**

**ИНСУЛЬТ И ГОЛОВНЫЕ БОЛИ**

www.nerven.net

# ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ!

**Главный врач д-р Томас Ротмунд** – врач-невропатолог и психиатр, руководитель Института неврологии и нейро-физиологии частной клиники Дёблинг. Он является экспертом в области лече-ния инсульта и других неврологических заболеваний, головокружения, страха, депрессий, а также болей в спине, головных болей и рассеянного склероза.

**Кабинет врача** находится в медицинском центре частной клиники Дёблинг. Здание расположено напротив клиники и соединено с ней переходом. Благодаря сотрудничеству с амбулаторией частной клиники, пациенты могут воспользоваться всеми диагно-стическими возможностями современной специализированной клиники.

В частной клинике Дёблинг пациентам обеспечивается оптимальное **стационарное лечение** неврологических и психиатрических заболеваний, возможное благодаря персо-нализированному подходу врачей частной кликни.

Для пациентов с дополнительным договором страхования («особый класс») расчет за необходимое лечение проводится напрямую с соответствующей стра-ховой компанией.

## Уважаемые пациенты!

Эдвард Мунк, экспрессионист и создатель картины столетия «Крик», однажды написал: «Без страха и болезни моя жизнь напоминала бы лодку без весел».

Норвежец считается модернистом XX века. В своем творчестве Мунк был со-временником психоаналитиков Зигмунда Фрейда и Альфреда Адлера, он также полагал: ценность нашей жизни постигается лишь через страдания, которые она нам иногда преподносит.

Однако, если мы можем определить симптомы распространенных неврологиче-ских и психических заболеваний на ранней стадии, как таковые, то мы можем также уменьшить их последствия, а зачастую и полностью их устранить.

Тридцатилетний опыт в неврологии позволяет мне совместно с моими коллега-ми и пациентами очень быстро решать многие проблемы.

Данная брошюра поможет Вам распознать и правильно понять первые призна-ки:

- депрессии, страха и паники
- вертиго
- боли в спине и воспаления седалищного нерва (ишиас)
- головных болей и инсульта

Также Вашему вниманию представлена информация о терапевтических возмож-ностях. В интернете Вы сможете найти более подробную информацию и анкету для самоконтроля на моем веб-сайте www.nerven.net.

Если Вы обнаружите у себя некоторые из перечисленных факторов риска или даже уже симптомы заболевания, Вам рекомендуется срочная консультация у врача-невропатолога и психиатра.

готов помочь Вам найти ориентир в этом суровом бурном море, чтобы Ваш корабль не сбился с курса!

Искренне Ваш

Главный врач д-р Томас Ротмунд

# ДЕПРЕССИЯ, СТРАХ И ПАНИКА

## Душа просит помощи

**Депрессия** – это широко распространенное заболевание, которое часто остается **нераспознанным** и во многих случаях лечится в недостаточном объеме.

Различные (необъяснимые) внешние причины и пусковые механизмы при инди-видуальной восприимчивости психики приводят к **нарушениям равновесия между нейромедиаторами в головном мозге**. Подавленное настроение, внутреннее беспокойство или состояние истощения, сопровождаемые потерей интереса, отсутствием радости и изменением общего состояния, а также физические недомогания, являются его последствиями.

Люди, страдающие от депрессии, не всегда выглядят «печальными»:

**Страх и паника, а также вегетативные симптомы возникают часто у больного в первую очередь.**

**Также важным фактором является лечение нарушений сна.**

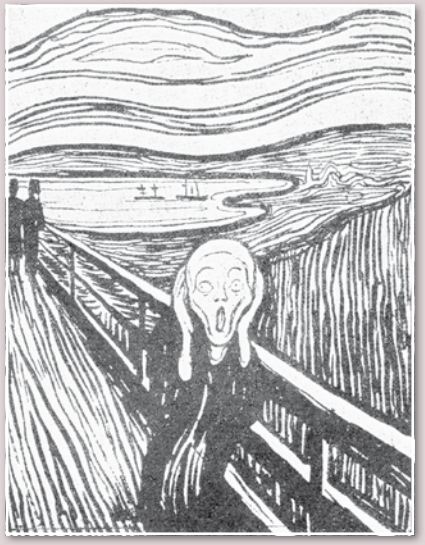
Внезапно возникающие **панические атаки** могут указывать на **«скрытую депрессию»**

- учащенное сердцебиение
- боль в груди
- повышенная потливость
- озноб
- формикация (чувство «мура-шек по коже»)
- дрожь
- одышка
- ощущение уду-шья
- тошнота
- боль в животе
- головокружение
- неуверенность
- ощущение отчуж-денности соб-ственной личности от окружения
- страх сойти с ума
- страх потерять контроль
- страх смерти

**РАСПОЗНАЙТЕ ПРИЗНАКИ ДЕПРЕССИИ ВМЕСТЕ С ВАШИМ ВРАЧОМ**

### Подвержены ли Вы риску депрессии?

- Ваши родственники страдают от депрессии?
- В течение последних месяцев в Вашей жизни было много перемен или стрессовых событий?
- В последнее время Вы перенесли тяжелое заболевание или операцию?
- Вы страдаете от недостатка сна (независимо от причины)?
- Вы спрашиваете у окружающих, есть ли у Вас «синдром эмоционального выгорания»?



Э. Мунк «Крик 1893»/©VBK, Вена 1999

### Возможно, у Вас уже депрессия

- Раньше у Вас было больше интересов и воодушевления?
- Вы чувствуете себя одиноким, покинутым и отвергнутым Ва-шим социальным окружением?
- Вы чувствуете свою неполноценность, упрекаете сами себя или боитесь отказать другим?
- Вы стали склонными к длительным раздумьям, нерешитель-ными, пессимистичными, боитесь будущего?
- Вы ощущаете пустоту, безнадежность, Вам хочется плакать?
- Вас посещали мысли о самоубийстве?

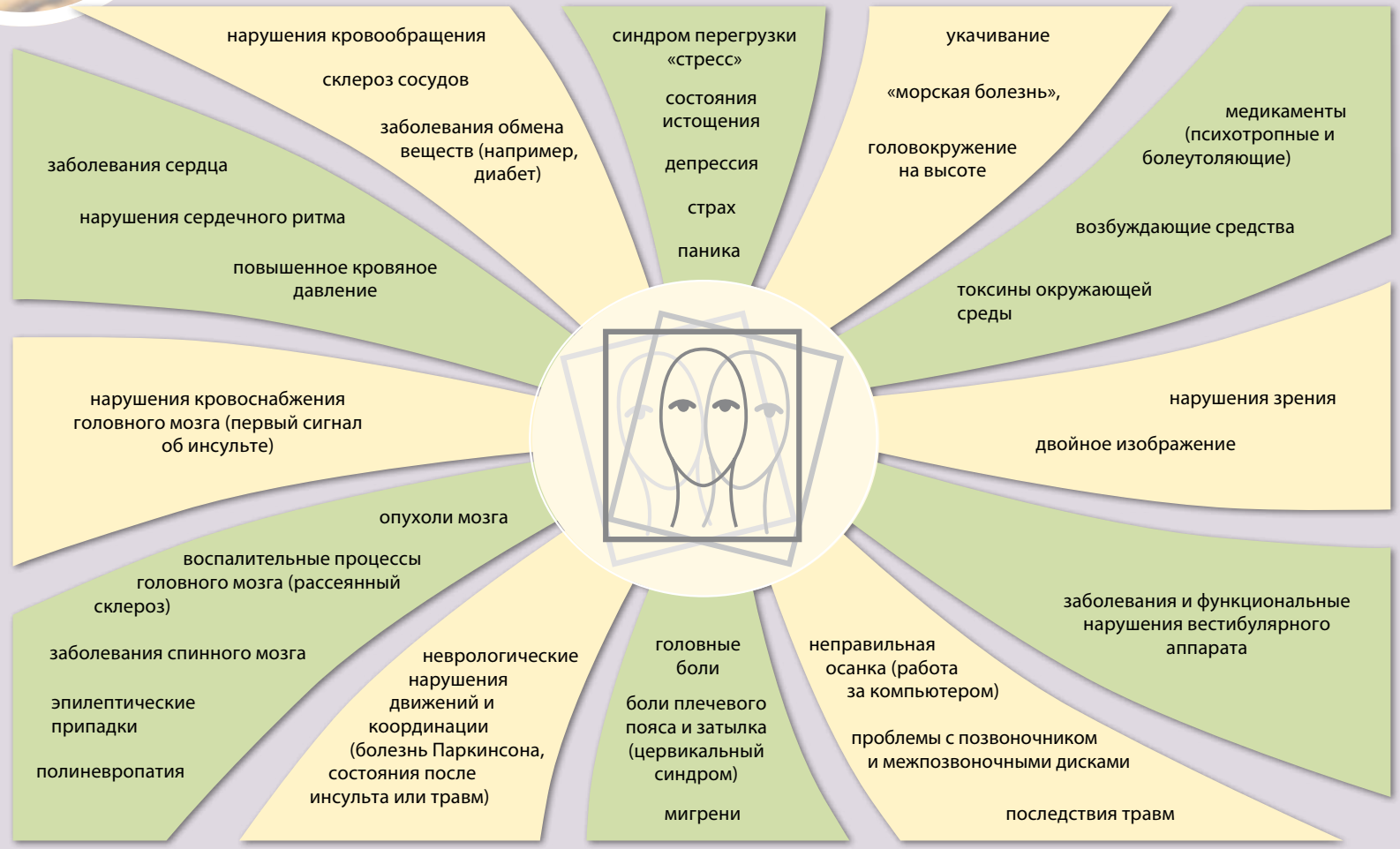
### Первые признаки депрессии

- Вы плохо спите?
- Вы рано просыпаетесь?
- Вы постоянно ощущаете усталость?
- Вы стали менее работоспособным?
- Вы чувствуете дискомфорт, Вы стали нервным, Вам страш-но?
- У Вас часто болит спина, голова, Вы ощущаете давление в области груди?
- У Вас есть необъяснимые жалобы на органы дыха-ния,сердце, систему кровообращения, желудок, кишечник, органы брюшной полости?
- У Вас снижено сексуальное влечение?

**ДЕПРЕССИЯ ЛЕЧИТСЯ МЕДИКАМЕНТОЗНЫМ И ПСИХОТЕРАПЕВТИ-ЧЕСКИМ ПУТЕМ**

# ВЕРТИГО

## Сигналы о скрытых заболеваниях




**ГОЛОВОКРУЖЕНИЕ** само по себе не является заболеванием, однако это первый **сигнал** о том, что наше тело или наша психика потеряли здоровое равновесие. Большое количество нагрузок и заболеваний приводят к тому, что пациент и врач делают неоднозначные выводы о состоянии здоровья по жалобам пациен-та. Зачастую пациент не в состоянии самостоятельно подробно описать свои ощущения, но он чувствует, что состояние, в котором он находится, является опасным для него – дополнительно появляется страх.

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К ПАЦИЕНТУ И «ЕГО ГОЛОВОКРУЖЕНИЯМ» – ЭТО КЛЮЧ К ПОНИМАНИЮ И УСПЕХУ ТЕРАПИИ**

Благодаря **целенаправленным широким** междисциплинарным диагностиче-ским возможностям частной клиники Дёблинг, таким как: ультразвуковое об-следование сосудов, магнитно-резонансная томография и ЛОР-обследования, возможно определить первоначальные причины жалоб пациента и найти подхо-дящий план лечения.

### Вы также «потеряли равновесие»?

- индивидуальный разговор с врачом путем специального ан-кетирования
- специализированное медицинское обследование
- при необходимости компьютерный тест на равновесие – по-стурография – высокочувствительная измерительная пла-стина, позволяющая выявить даже незначительные, часто незаметные функциональные нарушения равновесия и мо-торной координации
- обсуждение результатов обследований и дальнейших необ-ходимых действий.

**БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО ЗАБОЛЕВАНИЙ И НАГРУЗОК ПРИВОДЯТ К ГОЛОВОКРУЖЕНИЯМ И НЕУВЕРЕННОСТИ.**

# БОЛЬ В СПИНЕ И ВОСПАЛЕНИЕ СЕДАЛИЩНОГО НЕРВА (ИШИАС)

## Повреждение нервов вследствие заболеваний позвоночника и межпозвоночных дисков

### Тест при внезапной боли в спине и воспалении седалищного нерва

- очень частые, внезапно возникающие боли в пояснице, со-провождающиеся напряжением мышц и резким ограничени-ем движений. Вы можете:
  - сесть на кровать?
  - наклониться вперед?
  - стоять ровно?
- у Вас есть невралгическая боль, отдающая в бедро, ногу, мышечные судорги?
- раньше у Вас появлялись подобные иррадиирующие боли?
- у Вас наблюдается линейное нарушение чувствительности вдоль ноги? («онемение», «мурашки по коже»)
- у Вас есть мышечная слабость одной из ног (непроизвольное сгибание колена, подворачивание лодыжки, спотыкание). Вам удается беспрепятственное
  - сгибание колена?
  - ходьба на пятках?
  - ходьба на кончиках пальцев ног?
- у Вас наблюдается нарушение сна, беспокойство?
- у Вас наблюдается двигательное возбуждение ночью?
- у Вас наблюдается задержка или недержание мочи?

### Признаки повреждения нервов

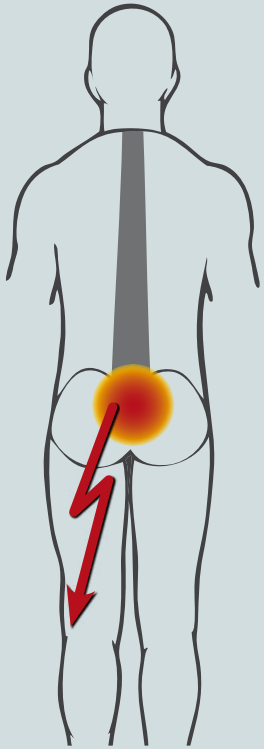
- тянущие/колющие/пронизывающие боли, иногда сопутствую-щие симптомы, например:
- ощущение онемения в конечностях, пощипывание, чувство холода
- мышечные спазмы, подергивание мышц
- уменьшение силы групп мышц, приводящее к слабости при определенных двигательных функциях
- повреждение спинного мозга может привести к общей не-уверенности при ходьбе
- нарушение контроля функции мочевого пузыря (также воз-можное нарушение контроля функции прямой кишки) являет-ся очень серьезным признаком

### Признаки опасных непроходящих повреждений нервов вследствие забо-леваний позвоночника и межпозвоночных дисков

- болезненное ограничение подвижности позвоночника
- боли в плечах, руках, затылочной области («цервикальный синдром»), а также
- боли в области поясницы («люмбаго») и
- боли при воспалении седалищного нерва, иррадиирующие в ногу

### Невропатолог проводит следующие обследования:

- анамнез
- анализ симптомов боли
- мануальную медицинскую диагностику функций движения
- проверку функций нервов и спинного мозга:
  - силу, мелкую моторику, координацию
  - чувствительность
  - проверку рефлексов
- при необходимости электрическое обследование нервов и мышц
- магнитно-резонансную томографию (МРТ) позвоночника, спинного мозга и нервов, которая является одним из лучших и безболезненных методов диагностики повреждений, воз-никших из-за:
  - выпадений межпозвоночных дисков
  - стеноза позвоночного канала
  - заболеваний суставов
  - воспалений
  - опухолей
  - последствий травм
  - аномалий развития



### Возможности терапии

При опасных повреждениях нервов самым лучшим шансом для выздоровления является неотложное лечение у врачей-специалистов в больнице:

- постельный режим
- физическое и психологическое расслабление
- медикаментозная антиболевая терапия (инфузии)
- рефлексотерапия, криотерапия (физиотерапия)
- инфильтрационное лечение (в случае необходимости целе-вая блокада нервов под контролем компьютерного томогра-фа)
- лечебная гимнастика
- медицинская тренинговая терапия
- коррекция привычных неправильных двигательных стереоти-пов
- мануальное медицинское лечение
- при необходимости – неотложная операция (нейрохирурги-ческое, минимально-инвазивное хирургическое вмешатель-ство)

# ИНСУЛЬТ И ГОЛОВНЫЕ БОЛИ

## Избежать последствий

### Мигрень или «обычная» головная боль

- у Вас наблюдается тошнота или рвота/ сверхчувствитель-ность к свету?
- у Вас наблюдается резкое ограничение Вашей повседнев-ной активности?

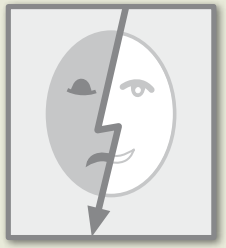
### Инсульт не обязательно вызывает боль

«Мелкие» инсульты именно по этой причине очень часто не воспринимаются всерьёз или остаются незамеченными. Если у Вас появился один из следующих **признаков**, пожалуйста, обратитесь, как можно скорее, к Вашему врачу-невропатологу или в специализированный медицинский центр.

- внезапное опущение уголка губ
- кратковременное онемение, неловкость или слабость рук и ног
- ощущение неуверенности и головокружение
- нарушения зрения
- нарушения речи
- падение
- кратковременная потеря сознания
- нарушения памяти
- внезапно наступающие и необычно долго продолжающиеся головные боли

**Вы подвержены повышенному риску инсульта,** если Вы ответите на один и более следующих вопросов утвердительно:

- Вы страдаете от повышенного кровяного давления?
- Вы курите?
- Вы страдаете сахарным диабетом, у Вас повышены липиды крови?
- у Вас есть избыточный вес? Вы недостаточно двигаетесь?
- Вы принимаете оральные контрацептивы на протяжении многих лет?
- Вы находитесь в состоянии стресса?
- Вы страдаете от заболеваний сердца, таких как инфаркт, нарушения сердечного ритма?
- у Вас есть нарушения кровообращения (склероз кровенос-ных сосудов)?
- В Вашей семье уже были случаи инсульта, инфаркта и дру-гих сосудистых заболеваний?



### Инсульт – третья по распространенности причина смерти в Австрии.

**Инсульт может означать:**

- паралич
- нарушение зрения
- духовный упадок
- нарушение речи
- депрессия
- потребность в уходе

Повреждение головного мозга, произошедшее однажды, не может быть устра-нено полностью. Только неотложное лечение позволит ограничить и уменьшить его последствия.

### Лишь целенаправленная профилактика поможет избежать инсульта

Позаботьтесь об этом вовремя:

- начиная с 40 лет, необходимо каждые два года проходить профилактическое обследование у невропатолога
- при повышенном риске необходимо обследоваться ежегодно уже с 30 лет
- при внезапной (резкой) сильной головной боли, необходимо сразу же обращаться в больницу
- целенаправленное выявление специалистом причин нарас-тающей боли. Головные боли могут указывать на инсульт, кровотечение в головном мозге, аномалию сосудов или на опухоль головного мозга, также это признак воспаления со-судов или рассеянного склероза.

Обследование у специалиста позволит выявить на ранней стадии изменения сосудов, приводящие к инсульту, нарушениям кровоснабжения головного моз-га и воспалительным процессам.

**Так или иначе, профилактика – это не больно!**

### Правильная профилактика инсульта:

- обширная диагностика у невропатолога
  - разговор с врачом
  - клиническое обследование
  - ультразвуковое обследование сосудов (дуплекс-сонография)
- при необходимости, дальнейшая диагностика (магнитно-резонансная томография, МР-ангиография (МРА))
- ЭКГ, измерение кровяного давления
- лабораторные анализы крови