

Данная информация носит ознакомительный характер, основана на цитировании официальных источников и анализе автора. Всегда консультируйтесь с лечащим врачом. Имеются противопоказания.

Тревожное расстройство, вызванное разлукой

- ★ встречается у детей младше 18 лет (стойкое и длящееся не менее 4 недель)
- ★ у взрослых (обычно требующее длительности 6 месяцев и более)

Тревожное расстройство, вызванное разлукой, также может быть связано с **паническими атаками**, которые могут возникать при коморбидном паническом расстройстве.

Тревожное расстройство, вызванное разлукой, состоит из **стойкой и чрезмерной тревоги, выходящей за рамки ожидаемого, связанной с разлукой или надвигающейся разлукой с объектом привязанности** (У взрослых фокус обычно сосредоточен на романтическом партнере или детях)

Критерии DSM5 (должно выполняться не менее 3-х)

- Повторяющийся чрезмерный стресс при ожидании или переживании разлуки с домом или с основными объектами привязанности
- Постоянное и чрезмерное беспокойство по поводу потери важных объектов привязанности или возможного причинения им вреда, например, болезни, травмы, катастрофы или смерти
- Постоянное и чрезмерное беспокойство о неблагоприятном событии (например, потеряться, быть похищенным, попасть в аварию, заболеть), которое приводит к разлуке с важным объектом привязанности
- Постоянное нежелание или отказ выходить из дома, в школу, на работу или куда-либо еще из-за страха разлуки
- Постоянный и чрезмерный страх или нежелание оставаться в одиночестве или без основных объектов привязанности дома или в других местах
- Постоянное нежелание или отказ спать вне дома или ложиться спать без присутствия близкого человека
- Повторяющиеся кошмары, связанные с темой разлуки

- Повторные жалобы на физические симптомы (например, головные боли, боли в животе, тошнота, рвота) при разлуке с основными объектами привязанности или в ожидании этого

Чтобы соответствовать критериям этого расстройства, оно должно вызывать **клинически значимый дистресс или нарушения в социальной, академической, профессиональной или других важных областях функционирования**

- Не должно объясняться другим психическим расстройством, таким как: отказ выходить из дома из-за чрезмерного нежелания меняться при расстройстве аутистического спектра
- Бред или галлюцинации, связанные с разлукой при психотических расстройствах
- Отказ выходить на улицу без надежного компаньона при агорафобии
- Беспокойство о плохом здоровье или другом вреде, который может постичь значимых других людей при генерализованном тревожном расстройстве
- Беспокойство о наличии болезни при тревожном расстройстве, связанном с болезнью

Тревожное расстройство разлуки может усиливаться и ослабевать в течение нескольких лет. **Примерно у 30-40% затронутых лиц сохраняются психиатрические симптомы и во взрослом возрасте.**

Когда начало?

Типичное начало расстройства тревоги разлуки приходится на детство, и расстройство может сохраняться и во взрослом возрасте. Первоначальное начало расстройства в подростковом и взрослом возрасте может быть менее распространенным. Хотя расстройство тревожности, связанное с разлукой, может протекать на протяжении всей жизни и начинаться в детстве, значительная часть взрослых с расстройством тревожности, связанного с разлукой, не помнят, как оно начиналось в детстве.

Критерии МКБ-11

Выраженный и чрезмерный страх или тревога по поводу разлуки с теми людьми, к которым человек привязан (т. е. с кем у человека глубокая эмоциональная связь). У детей и подростков ключевые фигуры привязанности, которые чаще всего оказываются в центре внимания тревоги разлуки, включают родителей, опекунов и других членов семьи, и страх или тревога выходят за рамки того, что можно было бы считать нормативным для развития. **У взрослых тревога разлуки чаще всего связана с супругом, романтическим партнером или детьми.**

Проявления страха или тревоги, связанные с разлукой, зависят от уровня развития человека, но могут включать:

- Постоянные мысли о причинении вреда или о каком-либо другом неблагоприятном событии (например, о похищении), которые приведут к разлуке.
- Нежелание или отказ ходить в школу или на работу.
- Повторяющийся чрезмерный стресс (например, истерики, социальная изоляция), связанный с разлукой с объектом привязанности.
- Нежелание или отказ засыпать без присутствия объекта привязанности.
- Повторяющиеся кошмары о разлуке.
- Физические симптомы, такие как тошнота, рвота, боль в животе, головная боль, в случаях, когда это связано с разлукой с объектом привязанности, например, когда человек уходит из дома, чтобы пойти в школу или на работу.
- Симптомы не являются преходящими, то есть они сохраняются в течение длительного периода времени (например, по крайней мере несколько месяцев).
- Симптомы не лучше объясняются другим психическим расстройством (например, агорафобией, расстройством личности).
- Симптомы приводят к значительному дистрессу из-за постоянных симптомов тревоги или значительного ухудшения в личных, семейных, социальных, образовательных, профессиональных или других важных областях функционирования. Если функционирование и сохраняется, то только за счет значительных дополнительных усилий.

А может это расстройство личности?

Страх быть покинутым или зависимость от других могут возникать как **симптомы стойкой неадаптивной модели поведения**, связанной с расстройством личности. Эти симптомы, как правило, возникают **вместе с другими более широкими нарушениями межличностного функционирования, регуляции эмоций, а также формирования и определения идентичности**. Расстройство личности может сопутствовать расстройству тревоги разлуки и, если оно присутствует, может диагностироваться отдельно.

А почему не признак генерализованного тревожного расстройства?

Люди с генерализованным тревожным расстройством испытывают **хроническое и чрезмерное беспокойство о различных событиях** повседневной жизни, которое может включать озабоченность безопасностью ключевых фигур привязанности. Однако эти опасения редко возникают без дополнительных беспокойств относительно других сфер повседневной жизни.

По описанию, похоже почти на ПТСР

При посттравматическом стрессовом расстройстве люди имеют историю **воздействия травматического события, которое могло включать потерю ключевой фигуры привязанности**. Однако **фокус опасений сосредоточен на навязчивом повторном переживании травматического события** из памяти и **избегании** связанных с ним стимулов, а не на беспокойстве о будущей потере или вреде, причиненном ключевой фигуре привязанности.

Однако расстройство тревоги разлуки, а не посттравматическое стрессовое расстройство, может возникнуть после переживания травматического события, и, если все диагностические требования соблюдены, диагноз может быть поставлен.

Критерии МКБ-10 (действует на территории РФ)

Диагноз находится в рубрике “Эмоциональные расстройства, начало которых специфично для детского возраста”.

В этой рубрике приводится ряд аргументов, почему делят “детские эмоциональные расстройства” и “взрослые эмоциональные расстройства”:

- приводятся устаревшие исследовательские данные о том, что “детские расстройства” проходят у взрослых, при этом отмечая, что у меньшинства они все же могут сохраняться
- приводятся аргументы о том, что “детские эмоциональные расстройства” на самом деле являются “преувеличенными” нормами развития
- аргумент про то, что у детей и взрослых в развитие эмоциональных расстройств вовлекаются “разные психические процессы”.

Диагноз требует, чтобы не выполнялись критерии других тревожных расстройств - ГТР, ОКР, фобии и проч.

ЛЕЧЕНИЕ

Психотерапия: КПТ (когнитивно-поведенческая терапия)