

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УТВЕРЖДАЮ

Первый заместитель Министра

Е.Н.Кроткова

18.12.2023 г.

Регистрационный № 068-0623



**МЕТОД ОЦЕНКИ ВЫРАЖЕННОСТИ  
РЕАКТИВНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ  
ПУЛЬСОКСИМЕТРИИ В ПРОЦЕССЕ ОЦЕНКИ  
СПОСОБНОСТИ СПРАВЛЯТЬСЯ СО СТРЕССОМ  
И ДРУГИМИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ НАГРУЗКАМИ**

Инструкция по применению

УЧРЕЖДЕНИЯ-РАЗРАБОТЧИКИ: учреждение образования «Гродненский государственный медицинский университет», учреждение «Республиканский центр олимпийской подготовки по легкой атлетике», государственное учреждение «Областной диспансер спортивной медицины» г. Гродно

АВТОРЫ: к.м.н., доцент Бут-Гусаим В.В., д.м.н., профессор Пирогова Л.А., к.м.н., доцент Василевский С.С., к.м.н., доцент Ярош А.С., Сирицына Ю.Ч., Артюшевская Г.С., Андрейчик К.О.

Гродно, 2023

В настоящей инструкции по применению (далее – инструкция) изложен метод, представляющий собой модифицированную технологию биологической обратной связи для оценки и динамического контроля за состоянием стрессового ответа у испытуемых по показателям пульсоксиметрии, который может быть использован в комплексе медицинских услуг.

Метод, изложенный в настоящей инструкции, предназначен для врачей-психотерапевтов, медицинских психологов, врачей спортивной медицины, врачей по медицинской профилактике и других специалистов, оказывающих медицинскую и психологическую помощь в процессе реабилитации.

### ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

d 2408 (мкф) Способность справляться со стрессом и другими психологическими нагрузками, другая уточненная.

### ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ ДЛЯ ПРИМЕНЕНИЯ

Общие противопоказания для проведения медицинской реабилитации согласно приказу Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 01.09.2022 № 1141 «О порядке организации и проведения медицинской реабилитации, медицинской абилитации».

### ПЕРЕЧЕНЬ НЕОБХОДИМЫХ МЕДИЦИНСКИХ ИЗДЕЛИЙ, МАТЕРИАЛОВ И Т.Д.

Пульсоксиметр;

наличие видео/аудиоматериалов, содержание которых воспринимается обследуемым как значимый стрессовый фактор, и аппаратуры для их воспроизведения, или методы симуляции пребывания в стрессовой для обследуемого ситуации (очки виртуальной реальности (VR) или дополненной реальности), или наличие у специалиста знаний и навыков применения идеомоторной тренировки.

## ОПИСАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДА

Метод применяется для оценки эмоциональной реакции обследуемого на воздействие стрессового фактора.

Метод можно использовать не ранее, чем через 30 минут после завершения физической нагрузки.

Перед применением метода необходимо убедиться, что на обследуемого не воздействуют физические факторы, не имеющие отношения к процессу обследования, но способные оказать значимое влияние на психоэмоциональное состояние или показатели пульсоксиметра (например, необходимо исключить воздействие на обследуемого дискомфортных температур или громких звуков если изучение маркеров вегетативной реактивности стрессового ответа на воздействие температуры или громких звуков, не является целью обследования).

Реабилитационные мероприятия проводятся в соответствии с пунктом 18 приказа Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 01.09.2022 № 1141 «О порядке организации и проведения медицинской реабилитации, медицинской абилитации».

### *1 этап.* Подготовка

Не менее чем за 5 минут до начала необходимо предложить обследуемому принять положение, в котором будет проводиться психологическая работа (стоя, сидя, лёжа), и проинформировать о недопустимости совершения резких движений и громкого разговора в процессе работы. В конце пятой минуты необходимо разместить пульсоксиметр на пальце руки и включить аппарат, дождаться стабильного отображения исследуемых показателей не менее 10 секунд, убедиться, что исходные показатели аппарата находятся в пределах нормы и зафиксировать исходный результат.

### *2 этап.* Работа со стрессовыми факторами

Необходимо предложить обследуемому максимально представить личное присутствие в условиях значимой для него стрессовой ситуации

и постоянно отслеживать показатели пульсоксиметра в процессе работы с обнаруженными или сформированными факторами, способными усилить вегетативные проявления ситуативной тревоги или снизить их выраженность при обучении навыкам релаксации.

Для максимально эффективного воссоздания атмосферы пребывания в стрессовой ситуации и обучения навыкам релаксации рекомендуется использовать методы аудиовизуальной стимуляции - просмотр видеозаписи, прослушивание аудиозаписи в комбинации с идеомоторной тренировкой, применение технологии виртуальной (VR) или дополненной реальности (AR).

### *3 этап.* Интерпретация результатов

Устойчивое снижение исходных показателей SpO<sub>2</sub> более чем на 3% и/или повышение частоты сердечных сокращений свыше 10 уд/мин в момент воздействия стрессового фактора свидетельствуют об усилении реактивной тревоги. Возврат показателей к уровню, близкому к исходному, в момент психокоррекционной работы в условиях воздействия стрессового фактора, свидетельствует о снижении степени эмоционального восприятия психотравмирующего фактора или умения обследуемого применять навыки эмоционального контроля.

### *4 этап.* Принятие управленческого решения

В процессе реабилитации показатели, выявленные с помощью пульсоксиметра, будут указывать на эффективность проводимых мероприятий, направленных на повышение толерантности к психотравмирующим ситуациям. При длительном отсутствии положительной динамики необходимо расширить спектр применяемых психокоррекционных мероприятий в зависимости от индивидуальных особенностей обследуемого.

## ВОЗМОЖНЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ МЕТОДА И ПУТИ ИХ УСТРАНЕНИЯ

Отсутствуют.







