

Посетитель с тревожным состоянием: выбираем успокоительное средство

Все мы периодически сталкиваемся со стрессом. Причем провоцировать его возникновение могут как печальные, так и радостные события. Жизнь в условиях постоянного стресса может крайне негативно отразиться на повседневной активности и здоровье. Человек хуже систематизирует информацию, внимание его рассеивается, а память ухудшается. Возможны проблемы со сном, изменение пищевых привычек (анорексия, булимия), заболевания сердечно-сосудистой и пищеварительной систем, гормональные нарушения.

Очевидно, что проще совладать с самим стрессом, чем потом бороться с его последствиями

СИМПТОМЫ СТРЕССА

Чем длительнее действие стрессовых факторов, тем более выраженными будут его симптомы:

- ухудшение самочувствия (тревога, приступы паники, беспокойство, сердцебиение, раздражительность, невозможность расслабиться, бессонница, депрессия, частые перепады настроения);
- ухудшение работоспособности (снижение концентрации внимания, проблемы с запоминанием новой информации, забывчивость, ухудшение памяти, трудности в принятии решений, сонливость, утомляемость).

Уменьшить выраженность симптомов стресса и противостоять повышенным психоэмоциональным нагрузкам помогут успокоительные средства. При этом следует помнить, что при тревожных состояниях подбирать успокоительный препарат необходимо индивидуально.

Как построить беседу с покупателем, пришедшим за успокаивающим средством?

Для начала выясните, нет ли у пациента следующих угрожающих симптомов:

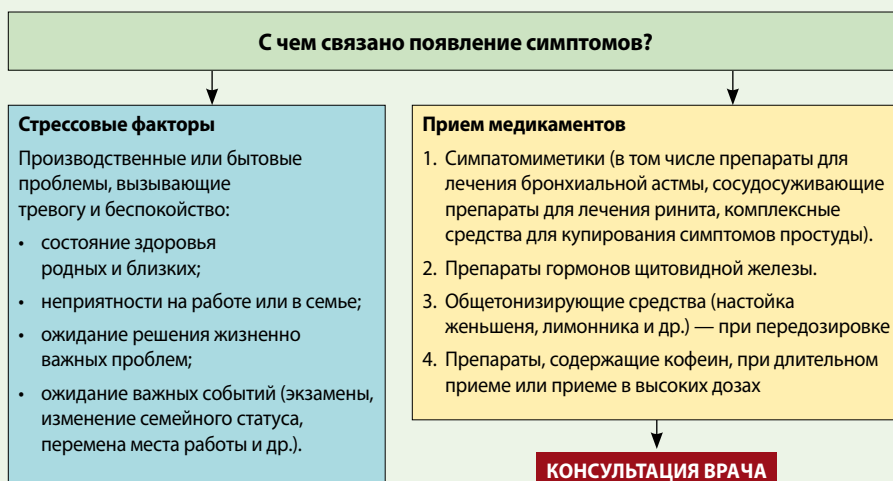
- боль в груди, которая иррадирует в руку, шею, челюсть;
- неравномерное или учащенное сердцебиение;
- одышка, учащенное или затрудненное дыхание;
- высокое артериальное давление;
- тревога, сопровождающаяся ощущением жара, потливостью и сухостью во рту;
- тревога, которая возникает натощак или после физической нагрузки (нередко отмечается при сахарном диабете);
- тревога, появляющаяся на фоне приема какого-либо лекарственного препарата или его отмены.

При наличии этих симптомов посоветуйте посетителю немедленно обратиться к врачу.

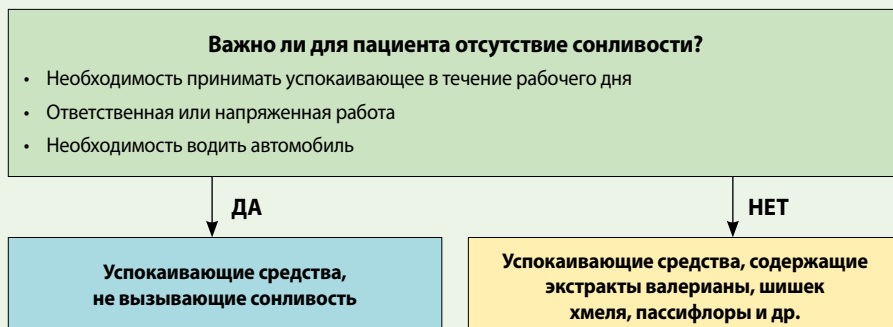
Если угрожающие симптомы отсутствуют, можно перейти к следующему шагу.

ШАГ № 1

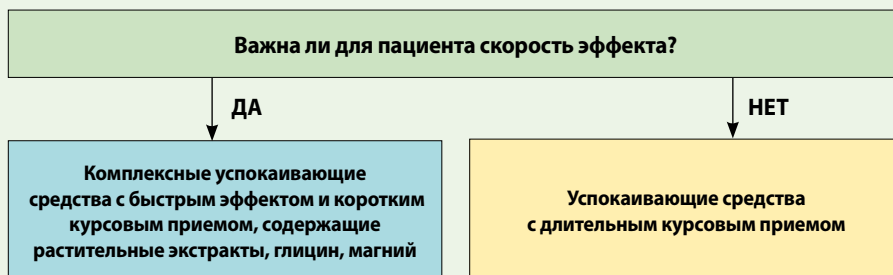
Пациент с тревожным состоянием, обратившийся за успокаивающим средством. Вопросы провизора к пациенту



ШАГ № 2



ШАГ № 3



Александра Демецкая, канд. биол. наук