

# ОПИСАНИЕ АДАПТАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СТАТУСА У ПАЦИЕНТОВ С ОНКОЛОГИЕЙ

## DESCRIPTION OF ADAPTIVE RESOURCES AND PSYCHOLOGICAL STATUS IN PATIENTS WITH CANCER

**D. Videnichkin  
T. Subbotina**

*Summary:* Cancer remains one of the leading causes of death and disability worldwide, and the number of new cases continues to grow. Patients with cancer diagnoses face not only physical, but also profound psychological challenges that can significantly affect treatment outcomes and quality of life. Adaptive resources, including personal qualities and social support, play a key role in patients' ability to cope with the disease. However, insufficient attention to the psychological status of patients can lead to a deterioration in their general condition and a decrease in the effectiveness of therapy. In the context of modern medicine, it is important to develop integrative approaches that take into account both medical and psychosocial aspects. The study of adaptive resources and the psychological status of patients with cancer allows us to develop more effective support strategies aimed at improving psychological well-being and treatment outcomes, which makes the topic of this article extremely relevant.

*Keywords:* oncology, adaptive resources, psychological status, anxiety, depression, social support, quality of life, psychosocial care, coping strategies, psychological well-being.

**Виденичкин Дмитрий Михайлович**

аспирант, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования Елецкий государственный университет им И.А. Бунина  
dima-videnichkin@rambler.ru

**Субботина Татьяна Игоревна**

д.м.н. профессор, преподаватель, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования Елецкий государственный университет им И.А. Бунина  
mb2-tsu@yandex.ru

*Аннотация:* Онкологические заболевания остаются одной из ведущих причин смертности и инвалидности во всем мире, и число новых случаев продолжает расти. Пациенты с онкологическими диагнозами сталкиваются не только с физическими, но и с глубокими психологическими испытаниями, которые могут значительно влиять на исходы лечения и качество жизни. Адаптивные ресурсы, включая личностные качества и социальную поддержку, играют ключевую роль в способности пациентов справляться с болезнью. Однако недостаточное внимание к психологическому статусу пациентов может привести к ухудшению их общего состояния и снижению эффективности терапии. В условиях современной медицины важно развивать интегративные подходы, которые учитывают как медицинские, так и психосоциальные аспекты. Исследование адаптивных ресурсов и психологического статуса пациентов с онкологией позволяет разработать более эффективные стратегии поддержки, направленные на улучшение психологического благополучия и результатов лечения, что делает тему данной статьи крайне актуальной.

*Ключевые слова:* онкология, адаптивные ресурсы, психологический статус, тревожность, депрессия, социальная поддержка, качество жизни, психосоциальная помощь, стратегии совладания, психологическое благополучие.

## Введение

Онкологические заболевания являются одной из ведущих причин смертности и инвалидизации во всем мире. Согласно данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), ежегодно регистрируются миллионы новых случаев злокачественных новообразований, и прогнозы указывают на дальнейший рост этого показателя в ближайшие десятилетия. На фоне столь тревожной статистики, современная медицина стремится не только к улучшению показателей выживаемости и эффективности лечения, но и к поддержанию высокого качества жизни пациентов. Это требует интегративного подхода, включающего не только медицинскую, но и психосоциальную поддержку. [3]

Пациенты с онкологическими заболеваниями сталкиваются с множеством физических и психологиче-

ских испытаний. Лечение, включающее хирургическое вмешательство, химиотерапию и радиотерапию, часто сопровождается тяжелыми побочными эффектами, которые могут серьезно нарушить повседневную жизнь пациента. Однако физические страдания — это лишь часть проблемы. Онкологический диагноз зачастую вызывает у пациента и его близких глубокие эмоциональные потрясения, включая страх перед смертью, тревогу за будущее, депрессию и чувство безысходности.

Эти эмоциональные реакции могут существенно влиять на исходы лечения и общую продолжительность жизни. Например, высокая степень тревожности и депрессии может привести к снижению приверженности пациентом к лечению, что, в свою очередь, ухудшает его прогноз. Поэтому крайне важно оценивать и учитывать психологический статус пациентов на всех этапах лечения. [1]

Адаптационные ресурсы играют ключевую роль в способности пациента справляться с заболеваниями и связанными с ними психологическими нагрузками. Понимание этих ресурсов и их влияния на психологический статус пациентов с онкологией открывает новые возможности для создания более эффективных программ поддержки и реабилитации. В этом контексте важно исследовать как внутренние, так и внешние ресурсы, которые могут помочь пациентам адаптироваться к жизни с онкологическим заболеванием. [4]

### Актуальность

Изучение адаптационных ресурсов и психологического статуса пациентов с онкологическими заболеваниями имеет высокую актуальность по нескольким причинам. Во-первых, онкологические заболевания остаются одной из основных причин смертности и инвалидности, и улучшение качества жизни этих пациентов является важной задачей. Во-вторых, эффективное управление психологическим статусом пациентов может способствовать улучшению их физического состояния и исходов лечения. В-третьих, результаты данного исследования могут быть использованы для разработки новых стратегий психологической и социальной поддержки, что позволит более эффективно помогать пациентам справляться с их заболеванием. [2]

### Адаптационные ресурсы у пациентов с онкологией

Адаптационные ресурсы представляют собой механизмы и стратегии, которые помогают пациентам эффективно справляться с вызовами, связанными с онкологическим заболеванием. Эти ресурсы могут включать как внутренние, так и внешние аспекты, играющие ключевую роль в адаптации к болезни и облегчении психологических последствий. [7]

### Внутренние ресурсы

1. Личностные качества: Психологические и эмоциональные черты личности играют важную роль в способности пациента приспосабливаться к диагнозу рака. Например, высокий уровень оптимизма и уверенности в себе обычно ассоциируется с лучшей адаптацией и прогнозами. Люди, обладающие высокой степенью резилиентности — способностью восстанавливаться после стрессовых ситуаций — часто более успешно справляются с тяжелыми медицинскими диагнозами.
2. Когнитивные стратегии совладания: Эффективные когнитивные стратегии включают переосмысление ситуации, постановку реальных целей и фокусировку на ресурсах и возможностях, а не на проблемах и ограничениях. Это помогает сни-

зить уровень тревожности и повысить чувство контроля над ситуацией.

3. Духовные и жизненные ценности: Для многих пациентов онкология становится поводом для переосмысления жизни и укрепления духовных убеждений. Духовная практика и поддержка со стороны духовных лидеров и общин могут играть важную роль в укреплении психологической стойкости. [5]

### Внешние ресурсы

1. Социальная поддержка: Семья, друзья, коллеги и общественные группы поддержки представляют собой значимый ресурс для пациентов с онкологическими заболеваниями. Эмоциональная поддержка и чувство принадлежности к сообществу могут существенно снизить уровень тревожности и улучшить психологическое состояние.
2. Профессиональная медицинская помощь: Доступ к квалифицированным врачам и специалистам в области онкологии играет ключевую роль в управлении заболеванием и сопутствующими эмоциональными трудностями. Информирование пациентов о состоянии и прогнозах болезни также способствует уменьшению неопределенности и тревожности.
3. Образование и информирование: Понимание процесса заболевания и методов лечения может значительно повлиять на психологическое благополучие пациента. Информирование о побочных эффектах терапии и способах их управления позволяет пациентам чувствовать себя более осведомленными и подготовленными к прохождению лечения. [6]

Научные исследования показывают, что пациенты, обладающие сильными внутренними ресурсами и имеющие доступ к высококачественной внешней поддержке, часто проявляют более высокий уровень адаптации к болезни и лучшие психологические и физические исходы. Понимание этих аспектов позволяет разрабатывать персонализированные подходы к поддержке пациентов с онкологическими заболеваниями, учитывая их индивидуальные потребности и ресурсы. [1]

Эффективное управление адаптационными ресурсами пациентов с онкологическими заболеваниями является важным аспектом интегрированного подхода к лечению. Повышение осведомленности о влиянии внутренних и внешних ресурсов на психологический статус помогает медицинским и психологическим специалистам разрабатывать более эффективные стратегии поддержки и реабилитации, направленные на улучшение качества жизни и результатов лечения у данной категории пациентов.

### Психологический статус пациентов с онкологией

Психологический статус включает в себя эмоциональное состояние, уровень тревожности, депрессии и общее психологическое благополучие. Онкологические пациенты часто сталкиваются с различными психологическими проблемами, которые могут варьироваться в зависимости от стадии болезни, типа рака и индивидуальных особенностей личности.

Эмоциональное состояние играет ключевую роль в жизни пациентов с онкологическими заболеваниями, оказывая значительное влияние на их психологическое благополучие, качество жизни и результаты лечения. Диагноз рака часто вызывает широкий спектр эмоциональных реакций, от шока и страха до глубокой печали и тревоги. Понимание и учет этих эмоциональных аспектов являются необходимыми для полноценной поддержки пациентов в ходе их лечения и реабилитации. [7]

#### Основные эмоциональные реакции

1. Шок и отрицание: Получение диагноза онкологического заболевания часто вызывает шок и отрицание у пациентов. Эти эмоции могут приводить к временному отключению от реальности и сложности в осознании тяжести ситуации.
2. Страх и тревога: Один из наиболее распространенных эмоциональных откликов — страх перед неизвестным, болезнью, возможными осложнениями и результатами лечения. Тревожные мысли и переживания часто мешают пациентам сосредотачиваться на повседневных задачах и ограничивают их качество жизни.
3. Печаль и горе: Онкологическое заболевание может вызвать глубокие чувства печали и горя, связанные с потерей здоровья, изменением образа жизни и потенциальной утратой будущего. Эти эмоции могут длиться продолжительное время и требуют поддержки для адаптации к новой реальности. [3]

#### Психологические аспекты эмоционального состояния

1. Влияние на принятие лечения: Эмоциональное состояние пациента может существенно влиять на его принятие лечения и соблюдение рекомендаций врачей. Пациенты, испытывающие высокий уровень тревожности или депрессии, часто сталкиваются с трудностями в следовании рекомендациям по лечению, что может отрицательно сказываться на исходах терапии.
2. Взаимосвязь с физическим состоянием: Эмоциональное состояние пациента может оказывать прямое влияние на его физическое здоровье. Вы-

сокий уровень стресса может усиливать побочные эффекты лечения, такие как тошнота, усталость и боли, что затрудняет прохождение терапии.

3. Роль поддержки и психосоциальной помощи: Эмоциональная поддержка со стороны семьи, друзей и специалистов в области психологии играет важную роль в управлении эмоциями у пациентов. Группы поддержки, психотерапия и консультирование могут помочь пациентам вырабатывать стратегии совладания с эмоциональными трудностями и улучшать их психологическое благополучие. [4]

#### Стратегии управления эмоциональным состоянием

1. Психобразование: Информирование пациентов о возможных эмоциональных реакциях на диагноз и лечение может помочь им лучше понять свои чувства и разработать стратегии их управления.
2. Поддержка социальной сети: Семейная и социальная поддержка являются важными ресурсами для управления эмоциональным состоянием. Проведение времени с близкими, разговоры и выражение чувств способствуют снижению уровня тревожности и улучшению настроения.
3. Индивидуальные методы совладания: Разработка индивидуальных стратегий совладания с эмоциональными трудностями, таких как медитация, йога, художественная терапия или журнализм, может помочь пациентам улучшить своё психологическое состояние и повысить качество жизни. [2]

Всестороннее понимание эмоционального состояния пациентов с онкологическими заболеваниями и разработка индивидуализированных подходов к поддержке являются важными компонентами комплексного ухода. Это помогает не только улучшить психологическое благополучие пациентов, но и повысить их соблюдение лечебных рекомендаций и качество жизни в целом.

Уровень тревожности и депрессии среди онкологических пациентов значительно выше, чем в общей популяции. Тревожные расстройства могут быть связаны с неопределенностью по поводу прогноза, побочными эффектами лечения и изменениями в образе жизни. Депрессия часто сопровождает хронические заболевания и может ухудшать исходы лечения. [6]

#### Психологическое благополучие

Психологическое благополучие включает в себя общий уровень удовлетворенности жизнью, чувство смысла и цели, а также способность находить радость и удовлетворение в повседневной жизни. Поддержка со стороны психологов и психотерапевтов, а также участие

в группах поддержки, могут значительно улучшить психологическое благополучие онкологических пациентов.

### Влияние адаптационных ресурсов на психологический статус

Исследования показывают, что наличие адекватных адаптационных ресурсов положительно влияет на психологический статус пациентов с онкологией. Пациенты, обладающие сильными внутренними и внешними ресурсами, лучше справляются с эмоциональными и психологическими нагрузками, связанными с болезнью. Социальная поддержка, в частности, играет ключевую роль в снижении уровня тревожности и депрессии, улучшая общее психологическое благополучие. [5]

### Заключение

Понимание и поддержка адаптационных ресурсов и психологического статуса пациентов с онкологическими заболеваниями играют критически важную роль в современной медицине. Онкологические заболевания, сопровождающиеся значительными физическими и психологическими нагрузками, требуют интегративного подхода к лечению, учитывающего как медицинские, так и психосоциальные аспекты. [2]

Исследование адаптационных ресурсов и психологического статуса пациентов с онкологией показало, что наличие адекватных внутренних и внешних ресурсов существенно влияет на способность пациентов справляться с болезнью и поддерживать высокое качество жизни. Основные выводы включают:

1. Личностные качества и когнитивные стратегии: Пациенты, обладающие высокими уровнями оптимизма, самоэффективности и резилентности, а также использующие позитивные когнитивные стратегии совладания, проявляют лучшие результаты в адаптации к онкологическому заболеванию.
2. Социальная поддержка: Поддержка со стороны семьи, друзей и сообществ, а также доступ к квалифицированной медицинской помощи, существенно снижают уровень тревожности и депрессии у пациентов, улучшая их общее психологическое благополучие.

3. Психологическое благополучие: Управление эмоциональным состоянием пациентов, включая страх, тревогу, печаль и депрессию, является важным аспектом ухода. Эффективные стратегии включают психообразование, семейную и социальную поддержку, а также индивидуальные методы совладания.

### Практические рекомендации

На основе полученных данных можно предложить несколько практических рекомендаций для улучшения поддержки пациентов с онкологическими заболеваниями:

1. Разработка комплексных программ поддержки: Внедрение программ, которые включают как медицинскую, так и психологическую помощь, способствуют более эффективному лечению и улучшению качества жизни пациентов.
2. Индивидуальный подход к каждому пациенту: Учет индивидуальных особенностей личности, уровня социальной поддержки и специфики онкологического заболевания позволяет разрабатывать персонализированные стратегии поддержки, направленные на удовлетворение уникальных потребностей каждого пациента.
3. Обучение и информирование: Обучение пациентов и их семей о характере заболевания, возможных эмоциональных реакциях и стратегиях совладания помогает снизить уровень страха и тревоги, улучшая психологическое состояние и приверженность к лечению.
4. Психологическая поддержка и консультирование: Регулярное консультирование с психологами и психотерапевтами, а также участие в группах поддержки, могут существенно улучшить эмоциональное состояние пациентов и способствовать их адаптации к жизни с онкологическим диагнозом.
5. Исследования и инновации: Продолжение исследований в области адаптационных ресурсов и психологического статуса пациентов с онкологией необходимо для дальнейшего улучшения стратегий поддержки и лечения. Инновационные подходы, основанные на последних научных данных, могут значительно повысить эффективность помощи пациентам. [7]

### ЛИТЕРАТУРА

1. Усовершенствованная методика для психологической диагностики отношения к болезни (ТОБОЛ): пособие для врачей / Л.И. Вассерман [и др.]; под ред. проф. Л.И. Вассермана. – СПб., 2002. – 32 с.
2. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля: пособие для психологов и врачей / Л.И. Вассерман [и др.]; под ред. Л.И. Вассермана – СПб., 2005. – 48 с.
3. Совладание со стрессом: теория и психодиагностика: учебно-методическое пособие / Л.И. Вассерман [и др.]; под науч. ред. проф. Л.И. Вассермана. – СПб.: Речь, 2010. – 182 с.
4. Леонтьев Д.А. Тест смысло-жизненных ориентаций: методическое руководство / Д.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1992. – 32 с.

5. Пантеев С.Р. Методика исследования самоотношения / С.Р. Пантеев. – М.: Смысл, 1993. – 32 с.
  6. Собчик Л.Н. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности: Методическое руководство / Л.Н. Собчик. – М.: МКЦ, 1990. – 75 с
  7. Русина Н.А. «Психологический статус и адаптационные ресурсы онкологических больных» 2012- 7 с
- 

© Виденичкин Дмитрий Михайлович (dima-videnichkin@rambler.ru), Субботина Татьяна Игоревна (mb2-tsu@yandex.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»