

Почему мы болеем настолько по-разному? Бегство от болезни

В предыдущей статье разговор шел о том, что существует целый ряд определенных черт характера, превращающих любое заболевание своего хозяина в большую проблему и для него самого, и для всех окружающих – от членов семьи до лечащих врачей. Очень тяжело побороть альянс человека с болезнью и преодолеть ситуацию, когда в свое состояние он уходит с головой и болеет чуть ли не с удовольствием.

Однако помимо уже упомянутых тревожных, ипохондрических, меланхолических, фобических, апатических и эгоцентрических больных, существует еще целый ряд неадекватных вариантов отношения человека к собственным заболеваниям, общей чертой которых является «бегство от болезни».

Так, тяжело приходится **чрезмерно чувствительным** пациентам. Они переживают не столько из-за тяжести своего состояния, сколько из-за боязни стать близким в тягость. Это приводит порой к тому, что такие люди до последнего скрывают, насколько это возможно, симптомы своих недугов, и попадают к врачам нередко лишь тогда, когда заболевание становится запущенным, а лечение – чрезвычайно затрудненным, а то и уже бесполезным... Помочь такому человеку может лишь своевременно проявленное внимание родных: если вам кажется, что кто-то из членов вашей семьи чувствует себя неважно и при этом всегда отличался чрезмерной деликатностью – не пускайте ситуацию на самотек.

Помощь адекватных родственников или психологов бывает жизненно необходима и в тех случаях, когда больной отличается склонностью к мистике, оккультизму, **верит только знахарям** и отрицает официальную медицину. В случае «легких» заболеваний такой человек оказывается очень даже прав, пользуясь веками проверенными достижениями народной медицины вместо того, чтобы беспорядочно, в порядке самоназначения скупать препараты из ближайшей аптеки – как делает немалая часть наших сограждан.

Однако если нарушение здоровья весьма серьезно, а человек настроен решительно против вмешательства «людей в белых халатах» – ситуация кардинально меняется, ведь в таком случае под угрозу ставится порой сама жизнь. И если на взрослого и признанного дееспособным человека мы никак не можем повлиять – ведь каждый

вправе решать свою судьбу сам, то хотя бы можем попытаться убедить попробовать «официальную медицину» в качестве альтернативы, в качестве еще одного шанса на спасение.

Отдельная история – **чрезмерно самоуверенные люди** (зачастую – трудоголики и перфекционисты), отрицающие саму мысль о том, что могут заболеть. Такие люди в легких случаях склонны вообще отрицать, что больны. Это они ходят на работу с гриппом под девизом «а что такого, не помру же – а работа превыше всего!» (напрочь забывая при этом, что подвергают опасности здоровье окружающих).

Если же ситуация более серьезная, эти люди «уходят в работу» с головой и порой даже более погружаются в нее, чем до заболевания. Даже лечение они воспринимают как досадную помеху, а не как способ избавления от физического дискомфорта, и пытаются «подогнать» его под свой привычный рабочий график.

Объясняется такое поведение тем, что перфекционисты слишком уж стремятся быть идеальными и блокируют мысль о том, что это может быть не так. И даже отчетливый сигнал организма в виде тяжелого соматического заболевания не может «сбить их с пути истинного» – с широко закрытыми глазами они продолжают истово верить, что в их жизни ничего плохого случиться не может! Просто не должно! Даже когда это уже случилось...

Однако, будучи людьми обычно высокоинтеллектуальными, пережив тяжелое заболевание, они нередко производят «переоценку ценностей» и все-таки избавляются от своего главного недуга – перфекционизма. Как вы понимаете, внимание родных и близких порой может спасти такому человеку жизнь и здоровье.

Отчасти сродни самоуверенным перфекционистам **люди инфантильного типа**, для которых характерно пренебрежение к болезни, эйфорическое восприятие любого заболевания как ситуации, когда «все само пройдет», рассосется, разрешится. Они стремятся ни в чем себя, любимых, не ограничивать, что бы там ни говорили им врачи. Это они продолжают курить с диагностированным туберкулезом и пить спиртное при циррозе печени, нарушают любые режимы, пренебрегают рекомендациями врачей, неаккуратно принимают лекарства...

Почему мы бодем настолько по-разному

Автор: admin

25.01.2014 11:08 -

Ментально это «вечные дети» – беспечные и безответственные, поэтому остро нуждаются в неременном присутствии поблизости «старших», причем паспортный возраст далеко не всегда является здесь определяющим: зачастую их собственные дети (как взрослые, так и не очень) играют роль «голоса разума» при своих легкомысленных родителях.

Ну и последний деструктивный тип реагирования на болезнь – **паранойяльный**. Подобно эгоцентрикам, такие люди, заболевая, также превращают жизнь близких в ад, хотя и по другой причине: они подозревают в ухудшении здоровья решительно всех, кроме самих себя и матушки-природы.

Болят живот? Это жена что-то подсыпала, змея...

Голова раскалывается? Не иначе порча от тещи...

Повышенная утомляемость? Семья не может обеспечить мне нормальные условия для жизни, да они вообще смерти моей хотят!

Лекарства не помогают? Врачи вступили в сговор с наследничками и пытаются меня уморить!

Такие люди не столько лечатся, сколько ищут виновных, добиваются наказания, строчат кляузы и снабжают работой и дензнаками больше юристов и чиновников, вынужденных заниматься их жалобами, чем врачей, которые их лечат.

Помощь психолога здесь необходима всем – и самому больному, и всей его семье, иначе, пока главный пациент выздоровеет, вся его родня рискует заработать невроз.

Так что же тогда понимается под адекватным отношением к нездоровью? Оно вообще существует? Безусловно.

Адекватное отношение – это объективность и трезвость в оценке своего состояния, отношение к болезни без преувеличений, но и без преуменьшений всех сопутствующих тягот и опасностей, без попыток вызвать у окружающих жалость к самому себе, без приступов агрессии по отношению к здоровым людям, без спекуляции своим состоянием и намерения извлечь из своего болезненного состояния максимум пользы. Адекватный человек, заболев, не теряет интереса к жизни, к любимому делу и любимым людям, и умеет переключаться со своей болезни на весь остальной (огромный!) мир, не имеющий к ней отношения.

А главное, такой человек не теряет присутствия духа и чувства юмора, что бы там ни было. Чего и вам желаю!

Автор - **Наталья Проценко**

[Источник](#)