Автор: admin
18.03.2014 17:13 -

Психосоматические расстройства, или Что делать, когда «все болит», а лечить нечего?

Иногда случается, приходит пациент, скажем, к кардиологу, и жалуется на самочувствие. Сердце покалывает, за грудиной придавливает и прочие симптомы – классические, как по медицинскому учебнику. Доктор направляет больного на кардиограмму, анализы разные, может другие исследования назначить – эхо какое или холтер… Но результаты ничего не выявляют, все если и не идеально, то в пределах допустимой нормы.

Для доктора диагноз ясен, с сердцем все в порядке, надо нервами заняться. Так и говорит специалист пациенту – сходите-ка к психиатру или психотерапевту. Но пациент не понимает, как же это так, болит в боку, а его чуть ли не в психушку отправляют. Приходит на прием еще раз, и еще… Доктор узкой специализации уже и в глаза не смотрит, отзывчивости прежней – ни грамма, всем своим видом показывает – зря больной пришел, нет у него никакой болезни, капризы одни, ходят тут разные, работать мешают. Кто в этой ситуации прав, кто виноват?

В эпоху неразвитости медицинских услуг, вплоть до XVIII века, никого не удивляла фраза «умер от несчастной любви». Связь психического и телесного здоровья считалась очевидной. Со временем выяснилось, что причины большинства недугов материальны. Негативное воздействие факторов окружающей среды, вирусы и микробы вышли на первый план, о влиянии психического состояния на здоровье органов и тела в целом не то чтобы забыли, но как-то в значительно меньшей степени стали психические факторы учитывать, как доктора, так и их пациенты.

Врачи «узкой специализации», профильные специалисты о зависимости, конечно, знают. Но опираясь на опыт лечения, и учитывая огромное количество «настоящих больных», частенько к психосоматическим расстройствам относятся как к капризам, а не как к опасным болезням.

Слово психосоматика состоит из двух частей: «психе» – в переводе с греческого душа, и «сома» – тело. Известная поговорка: «В здоровом теле здоровый дух» – совершенно правильным образом отражает взаимосвязь этих составляющих. Связь между ними двунаправленная. Больные люди, страдающие тяжелым недугом или обычной простудой, часто раздражительны и нервны. С другой стороны – различные

переживания, неблагополучия душевные, вызывают расстройства телесные. Соматические заболевания, т.е. болезни тела, вызванные психогенными причинами, получили название психосоматических расстройств.

Психосоматика – это не каприз, и уж совсем не притворство. Пациент, страдающий психосоматическим расстройством, по-настоящему испытывает все болезненные ощущения и проявления физических недугов, на которые жалуется врачу.

Зачастую психосоматические расстройства проявляют себя, как боли в различных частях тела – хронические и острые. Больная спина, ноющие суставы, никак не проявляющие себя на рентгене или при других исследованиях. Болезненность внутренних органов, причину которых специалисты не могут выявить, как ни стараются. Беспричинная тошнота, повышенная температура, давление, учащенное сердцебиение. Проблемы с дыханием – недостаток воздуха, спазмы и кашель, кожные реакции – раздражения, аллергии и нейродермиты.

Все вышеперечисленное может быть проявлением психосоматических расстройств. Впрочем, может – еще не означает что обязательно или исключительно. В общем и целом душевное состояние, как причину, может иметь практически любой недуг, правильный диагноз поставит только опытный врач. Заниматься самолечением любых болезней не только не рекомендовано, но и опасно.

Каким образом душевное состояние влияет на физическое здоровье? Наверняка все замечали, что эмоции тесно связаны с состоянием тела. Например, при испуге часто и резко «колотится» сердце, от обиды текут слезы, а в радости на лице сияет улыбка.

Но в жизни эмоции часто приходится сдерживать. Для современного человека, живущего в тесном контакте с окружающими, это вообще превратилось в привычку, в правило хорошего тона. Со временем контроль над эмоциями становится настолько эффективным, что человек, кажется, вообще перестает их испытывать. Но от этого разрушительное действие отрицательных эмоций не снижается. Подавленные, они по-прежнему воздействует на организм, даже если человек не ощущает эмоционального дискомфорта.

Что же делать человеку, если медики никак не могут определить причину того или иного недуга? Не стесняйтесь, обратитесь к психотерапевту. Обязательно сходите на прием, если незадолго до возникновения болезни перенесли сильный стресс, эмоциональное потрясение. В любом случае от визита хуже не станет, но выяснить, действительно ли психологическое состояние оказывает влияние на болезни тела, может только специалист.

Будьте здоровы!

Автор - **Алексей Норкин**
Источник