Автор: admin
31.07.2014 22:46 -

Что такое «легкий СПИД»?

Все валится из рук, от одной мысли о работе тошнит, а накопившаяся усталость не проходит даже после длительного отдыха.

Утром встаешь разбитым и никак не можешь сосредоточиться на предстоящих делах, грубишь окружающим и вообще, готов послать все к черту… Тебя ничто не радует, и ничего не хочется.

Еще недавно это состояние не имело названия и заводило в тупик врачей и ученых. Но, изучив проблему, они выделили патологические проявления в организме и дали им название «Синдром хронической усталости» – СХУ. (Синдром – совокупность симптомов.)

Этот недуг стал одной из медицинских загадок последнего времени. Сегодня он имеет и множество других названий: «диванная чума 21 века», грипп Юппи, миалгический энцефаломиелит, «фатиг-синдром» (fatigue – «слабость, усталость»).

Диагностировать эту болезнь нелегко. Аппаратура и анализы тут не помощники. Но у СХУ есть вполне определенные симптомы. Нужно только рассматривать их в совокупности. Если человек жалуется, что у него болит желудок или сердце, но после обследования соматических заболеваний у него не обнаруживается, а при подробном расспросе он говорит, что его также беспокоят головные боли, сердцебиение, обильное потоотделение, раздражительность, слабость, лихорадка, частое мочеиспускание, запоры или поносы… Все вместе это говорит об СХУ.

Подобной напастью страдает все больше людей. Если верить исследованиям, уже более 3% населения страны. И если еще недавно этому недугу были подвержены в основном творческие натуры (художники, артисты, журналисты), то сегодня им страдают представители всех профессий в возрасте от 20 до 50 лет.

Осложняет ситуацию и то, что люди, страдающие невротическими расстройствами, за

помощью к нужному специалисту обращаются не сразу. Боли в области сердца или желудочно-кишечного тракта заставляют их идти к терапевтам, кардиологам, а если не помогает – посещают экстрасенсов, бабок. В поле зрения невропатолога или психотерапевта они попадают уже после длительного и малоэффективного лечения.

«Соматические симптомы – это видимая часть айсберга, – предупреждает психиатр и психотерапевт Н.Г.Макагоненко. – Это фасад, маскирующий невротические проявления: депрессию, астению, бессонницу или сонливость, раздражительность, агрессивность».

Страдающих СХУ лечат с помощью общеукрепляющих средств, ноотропных препаратов, антидепрессантов, транквилизаторов и психотерапевтических сеансов. В лечение входит также процесс решения проблем пациента в семье или на производстве с помощью психологов. «Кто смог произвести переоценку жизненных ценностей, выписывается выздоровевшим, – утверждает Н.Г.Макагоненко. – Процент обращающихся повторно невелик. Это не означает, что рецидивов не бывает. Просто люди уже знают, как выходить из этого состояния. Мы рекомендуем вести здоровый образ жизни, добавлять в рацион витамины, использовать валериану, пустырник, травяные чаи из мелиссы и зверобоя с медом».

Иногда это помогает, чаще – нет, и человек долго и мучительно борется с болезнью. Хотя психоневрологи отмечают одну особенность – невротические расстройства субъективно расцениваются как проявления болезни лишь первые 1-3 года. В дальнейшем люди под давлением жизненных обстоятельств (необходимости сохранить семью, удержаться на своем рабочем месте) как бы адаптируются к расстройствам. В то же время в реакции на любую стрессовую ситуацию может проявиться повышенная хрупкость, ранимость и склонность к депрессивной форме реагирования.

В основе заболевания лежит сочетание нарушений иммунитета, вегетативной нервной системы, отделов нервной системы, участвующих в регуляции настроения. Невропатологи относят это состояние к проявлениям вегетативной дисфункции. А у западных медиков мнения относительно причин возникновения этого недуга разделились. Американские исследователи склоняются к гипотезе, что СХУ вызывает вирусная инфекция, которая бурно развивается при ослаблении иммунной системы. Эту болезнь даже называют «легким СПИДом», поскольку многие симптомы начальной фазы заболеваний совпадают. У больных находят вирусы герпетической группы, цитомегаловирус и другие разновидности.

Существует также мнение, что причина возникновения этого заболевания в том, что человек не успевает приспособиться к стремительно изменяющимся условиям жизни. В эволюционном процессе изменения происходили в течение тысяч лет. Организм успевал найти оптимальную форму, в которой мог гармонично существовать. В последнее время изменения в окружающей среде, в быту и поведении человека происходят столь стремительно, что организм не успевает перестроиться и реагирует соответствующим образом.

Оценивая то, что известно на сегодня о природе синдрома ХУ, можно сказать, что даже в чисто теоретическом аспекте нет окончательного представления ни об этиологии, ни об оптимальном лечении этого недуга. Ибо лечением устраняются не причины, а только видимые проявления нарушения нормы.

Любопытную гипотезу излагает доктор технических наук И.Блатов. Он считает, что душа является «аналогом программного обеспечения организма, и представляет собой совокупность программ, обеспечивающих его работу на всех уровнях». Исходя из этого, Блатов так объясняет появление в организме человека функциональных сбоев, вызывающих различные патологические процессы: «Если человек совершил зло (даже в мыслях), то оно через некоторое время обернется для него несчастьем или болезнью. ...Отрицательная информация о совершенном зле, непроизвольно оседая в подсознании, провоцирует болезнь». Все это относится и к СХУ. А в первую очередь страдают чувствительные по натуре люди, предел выносливости их душ ниже, чем у других.

Если учитывать, что симптомы СХУ свидетельствуют о нарушениях в психике человека, а уж потом в теле, то, в первую очередь, необходимо духовное, нравственное оздоровление души. Может, стоит попытаться произвести переоценку ценностей не только на уровне погашения локального конфликта в семье или на работе, а взглянуть на свою жизнь с позиции её главной цели? Всегда ли я прав в своих мыслях и поступках? Живу ли в гармонии с собой?

Автор - **Галина Синаревская**
Источник