Автор: admin
07.06.2014 21:21 -

Эритрофобия. Что делать, если на лице всё написано?

В давние времена, глядя на людей с ярко-красным лицом, славяне с улыбкой и гордостью произносили: «Кровь с молоком». Всё на лице написано – эта фраза о них. Это, конечно, взгляд со стороны, а обладатели такой особенности (непроизвольно заливаться краской при малейшем волнении) далеки от восторга. Как ни старайся скрыть эмоции, а результат не заставит себя ждать.

Они не могут себе позволить разрушить свои собственные установки «Я не такой как все, я этого не достоин» и меняют профессию, ограничивают общение с окружающими, уходят от любимых. Красное лицо – причина возникновения навязчивых страхов, комплексов, развития депрессивных состояний, близких к неврозам, которые приводят к серьёзным проблемам.

В медицине стрессовое покраснение лица имеет своё определение – **эритрофобия**, что в переводе означает «боязнь быть красным». Вегетативная нервная система по-своему реагирует на раздражитель.

Невозможность контролировать реакцию тела создает преграды в развитии взаимоотношений. Люди, страдающие от этой проблемы, зачастую уходят от решения очень важных вопросов как в личной жизни, так и на работе. Таким образом, формируется психологическая зависимость от изменения цвета кожи.

О каком успехе в бизнесе, карьерном росте может идти речь? Они разрушают свою жизнь из-за страха покраснеть не вовремя (при выступлении на совещании, при ответственной встрече с партнёрами, при мимолётном взгляде на бизнес-ланче).

Медицинские светила определяют это как состояние организма, но не болезнь. Их вердикт, что это проблема больше психосоциальная, но не физиологическая. Поэтому врачи рекомендуют консультации у психолога или психотерапевта, а также у невролога-вегетолога.

Кроме сеансов психотерапии, для лечения назначают антидепрессанты, а также прием витаминов – К (снижает проницаемость сосудистой стенки), С (укрепляет стенки сосудов, обладает сосудосуживающим и противоотечным действием) и Р (флавоноиды, повышают устойчивость сосудов, уменьшают проницаемость и ломкость капилляров).

Красное лицо – причина и следствие нашего образа жизни. К сожалению, этиология этого состояния до сих пор не выяснена, но замечено, какие заболевания способствуют его появлению:

Нарушения в работе нервной системы при стрессе, депрессии и неврозах.
Дисфункции эндокринной системы, особенно при заболеваниях щитовидной железы и сахарным диабетом.
Заболевания желудочно-кишечного тракта, например, карциноидный синдром.
Симптом менопаузы, когда возникают проблемы гормонального характера.
Сосудистые дефекты капилляров, розацеа, болезнь, которую англичане в прошлом, немного сгустив краски, назвали «проклятьем кельтов», т.к. наиболее подвержены заболеванию – голубоглазые и светлокожие люди. Исследованиями установлено наличие микробно-вирусной инфекции в организме человека при розацеа.

Часто причиной красного лица является **аллергия кожи**, которая может быть спровоцирована многими факторами:

– долговременными температурными нагрузками;

– чрезмерным воздействием солнечных лучей, а также ультрафиолетового излучения при посещении солярия;

– злоупотреблением алкоголя;

– приёмом некоторой пищи (особенно слишком горячей, а также пряной, острой или копчёной), вызывающей выброс желчи;

– употреблением кока-колы, энергетических напитков, а также крепкого чая, кофе;

– приёмом некоторых лекарств.

А также необходимо задуматься, подходит ли вам косметика, которой вы пользуетесь.

Лечение хирургическим способом – ещё один вариант решения проблемы. Операция симпатэктомия длится 15-30 мин. Через небольшие проколы в грудной клетке пациенту под общим наркозом вживляют крошечную титановую клипсу, которая пережимает пучок нервных волокон, ответственных за регуляцию кровоснабжения кожи лица. Всего сутки в стационаре, но несмотря на относительную простоту и успешность, эту операцию врачи делают не всем, а только в крайних случаях, когда никакие другие методы не позволяют избавить пациента от эритрофобии.

Народная медицина рекомендует масла виноградных косточек, грецкого ореха, экстракт конского каштана, арники, боярышника, шиповника, ромашки. Необходимо знать, что недопустимы для такой кожи горячие компрессы, паровые ванны и массаж. С давних времён использовали холодные компрессы, но эффект от них невелик.

Комплексное действие специалистов, коррекция питания и защита кожи помогут справиться с проблемой красного лица.

Автор - **Ирина Борисенко**
Источник