

Психоэмоциональное
напряжение как фактор
риска соматических
заболеваний детей в
условиях Арктического
региона

Студент: Жильцова Е. С. 1БСО

Преподаватель Морозова Д. А.

Психоэмоциональное напряжение

Это психофизиологическое состояние организма, характеризующееся адекватной выраженностью эмоциональных реакций. Такое состояние позволяет наилучшим образом выполнить поставленные цели и задачи. Эмоциональное напряжение ресурсно на определенном интервале времени. Длительное нахождение в эмоциональном напряжении вызывает стресс и состояние хронической усталости.

Часто « психоэмоциональное напряжение » связывают с разнообразными неблагоприятными эмоциональными состояниями, связанными с неудовлетворенностью основных жизненных потребностей: фрустрация, дискомфорт, стресс, тревога, депрессия, состояние неудовлетворенности.

Стресс

— это адаптационная реакция центральной нервной системы на различные раздражители (физические, эмоциональные, психические). Дети в силу особенностей психики и под влиянием социальных факторов особо подвержены стрессу.

Оно может иметь негативные последствия, поэтому очень важно вовремя распознать его и обратиться за помощью к специалистам.

Причины стресса у детей

1. Смена окружения
2. Конфликтные ситуации в семье
3. Изменение привычной обстановки
4. Потеря/смерть домашнего питомца
5. Воздействие СМИ и компьютерных технологий
6. Экологические изменения
7. Воздействия из окружающей среды

ВЛИЯНИЕ СТРЕССА НА ДЕТСКИЙ ОРГАНИЗМ

- Возрастает склонность к заболеваниям
- Нарушается сон
- Появляются психологические проблемы
- Проблемы с едой и её усвоением
- Притупляются реакции организма

Заболевания, вызываемые условиями Арктического региона

- **арктический психоз**. Симптомы проявляются в виде изменений поведения людей, которые обретают немотивированный характер, человек как бы выходит из сознания, неадекватно реагирует, может кричать. Явления могут носить как индивидуальный так и групповой характер.
- **Обморожения**, например **траншейная стопа** – вид отморожения, при котором в результате длительного ношения сырой обуви даже при положительных температурах возможны глубокие расстройства кровообращения вплоть до омертвления тканей.
- **Снежная слепота** или другие нарушения зрения, риск возникновения которых повышается в условиях полярного дня, полерной ночи