

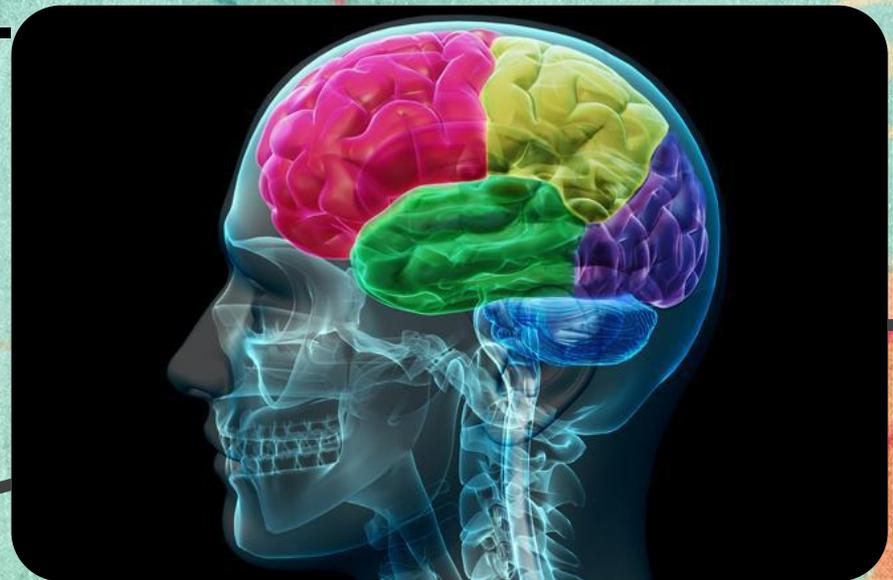
Психосоматика и психосоматически е заболявания

Все болезни от нервов...

*...И лишь венерические от
удовольствия*

Психосоматика — направление в медицине и психологии, изучающее влияние психологических факторов на возникновение и течение соматических заболеваний.

Популярно мнение, что все болезни человека возникают по причине психологических несоответствий и расстройств, возникающих в душе, подсознании, в мыслях человека.



ПСИХОСОМАТИКА

```
graph TD; A[ПСИХОСОМАТИКА] --> B[ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ]; A --> C[ПСИХОСОМАТИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА];
```

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ заболевания

группы симптомов:

- 1. конверсионные симптомы,**
- 2. функциональные синдромы (органные неврозы),**
- 3. психосоматические заболевания в более узком смысле (психосоматозы).**

ПСИХОСОМАТИЧЕСКАЯ медицина

метод лечения и наука о взаимоотношениях психических и соматических процессов, которые тесно связывают человека с окружающей средой

Психосоматические заболевания — это заболевания, причинами которых являются в большей мере психические процессы больного, чем непосредственно какие-либо физиологические причины.

Если медицинское обследование не может обнаружить физическую или органическую причину заболевания, или если заболевание является результатом таких эмоциональных состояний как гнев, тревога, депрессия, чувство вины, тогда болезнь может быть классифицирована как психосоматическая.

Была ли в древности
психосоматическая
медицина?



-Сократ (469-399 гг. до н. э.) считал влияние души определяющим фактором телесного благополучия: «... все — и хорошее и плохое — порождается в теле и во всем человеке душою, и именно из нее все проистекает... Потому-то и надо прежде всего и преимущественно лечить душу, если хочешь, чтобы и голова и все остальное тело хорошо себя чувствовали»;

-Гиппократ - концепция истерии как следствия непроизвольного болезненного сокращения матки из-за неудовлетворенного сексуального желания женщины;

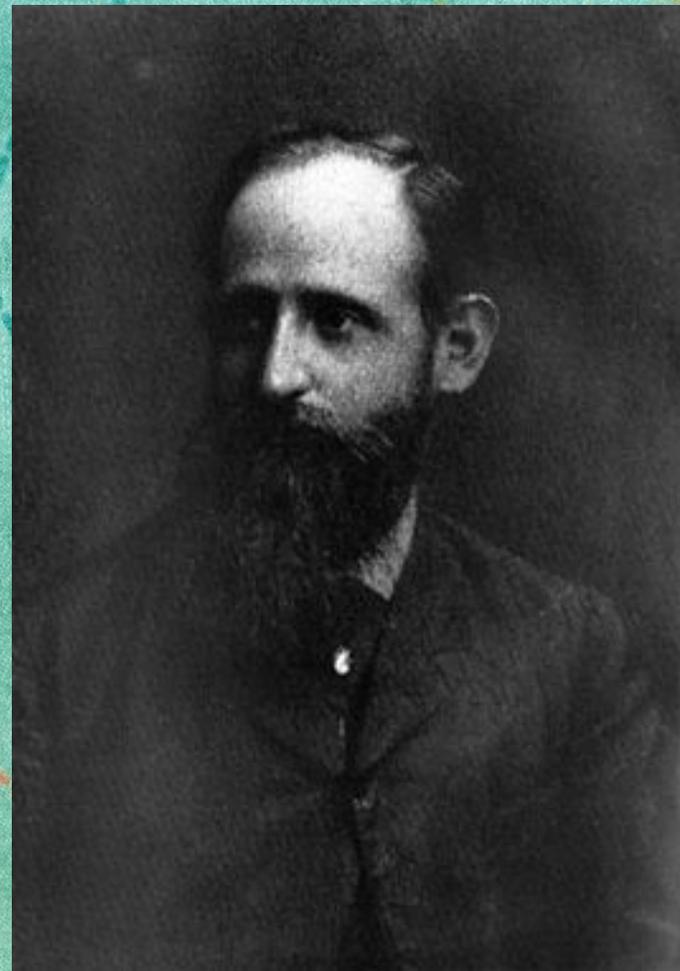
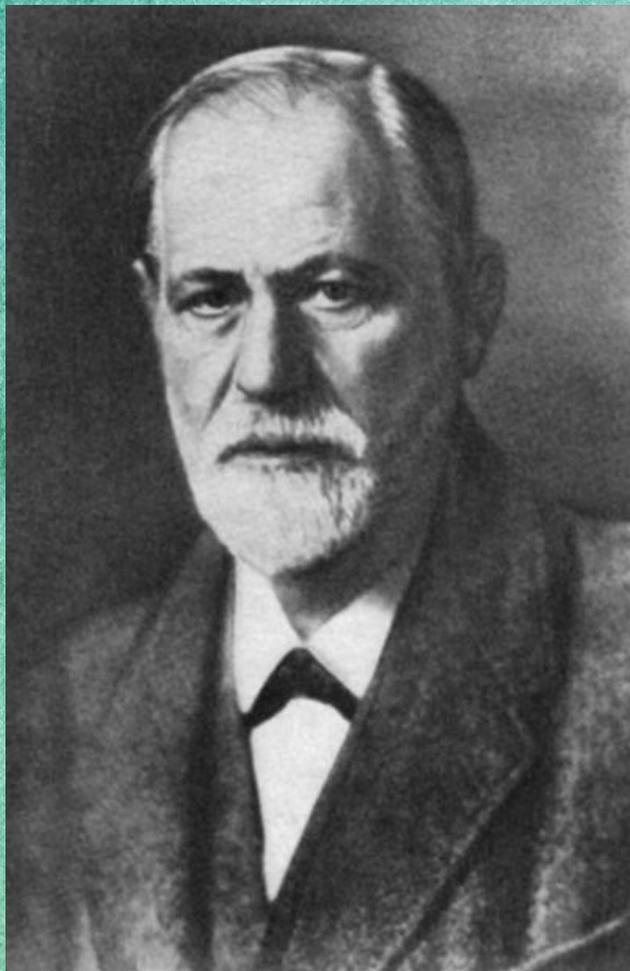
- Цицерон (1 в. до н.э.): физическое здоровье может находиться под влиянием эмоциональных проявлений.

Флендерс Данбер



Данбер доказала, что психосоматические расстройства являются эмоциональными по происхождению, и продемонстрировала связь конкретных типов этих расстройств с характеристиками личности.

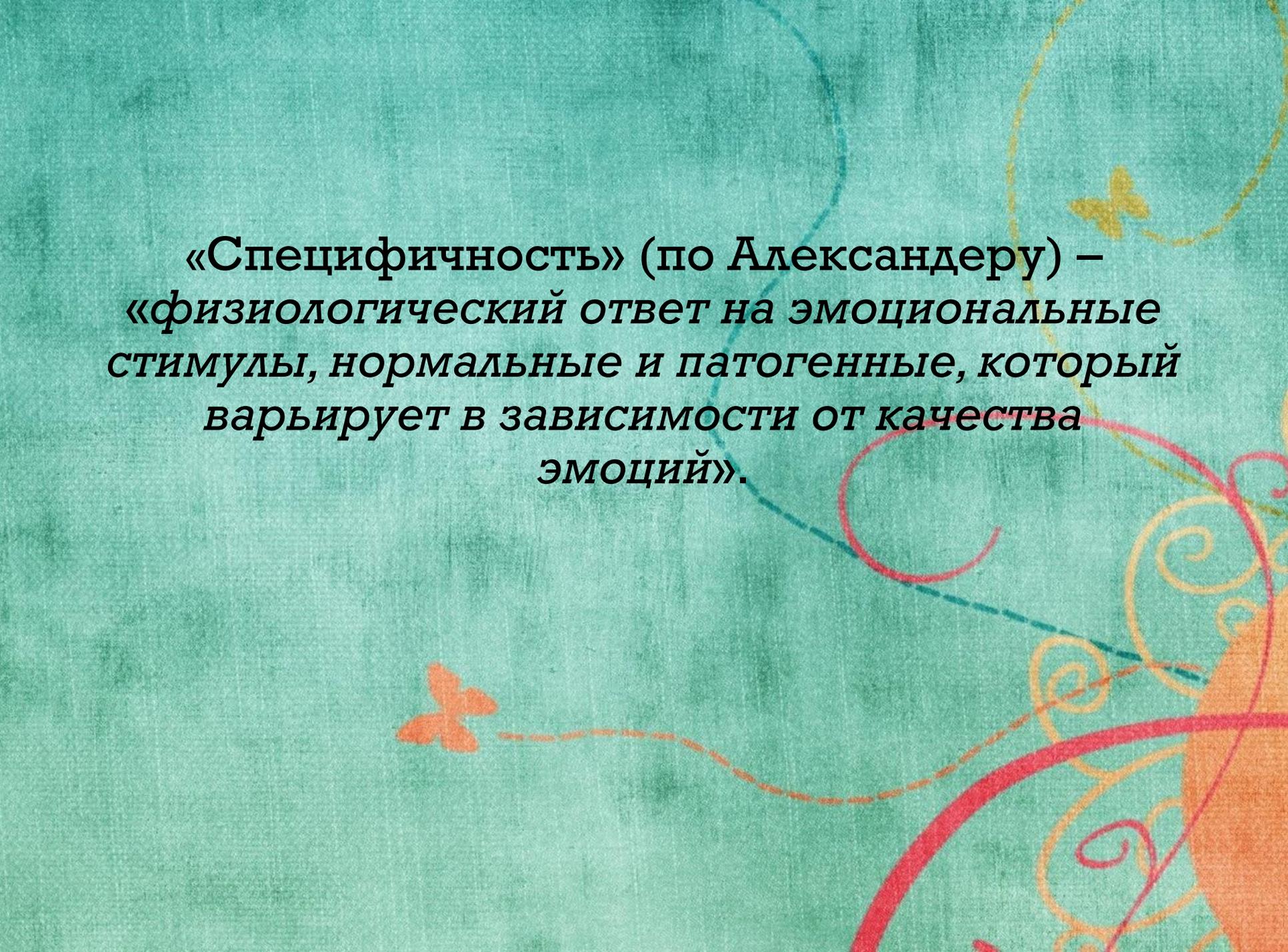
З.Фрейд, Й.Брейер - «Исследование истерии» (1895): обоснование конверсии психического в соматическое.



Франц Габриэль Александр

Американский врач и психоаналитик венгерского происхождения, считается одним из основоположников психосоматической медицины и психоаналитической криминологии.





**«Специфичность» (по Александеру) –
«физиологический ответ на эмоциональные
стимулы, нормальные и патогенные, который
варьирует в зависимости от качества
эмоций».**

Основное содержание теории психосоматической специфичности:

- 1. Психологические факторы, вызывающие соматические расстройства, имеют специфическую природу.
- 2. Сознательные психические процессы играют только подчиненную роль в развитии и динамике заболевания, т.к. могут быть свободно выражены. Подавленные эмоции ведут к хронической иннервации — вызывая длительные нарушения функционирования внутренних органов.
- 3. Ситуативные жизненные переживания, как правило, также оказывают скоротечное влияние на организм пациента.

Алекситимия («нет слов для выражения чувств») -
неспособность словесно определить и описать
возникшее чувство.

- Неидентифицированное чувство вызывает физиологическое напряжение, вызывающее изменение на соматическом уровне.
- Человек не может различить собственно чувство и телесное ощущение и фокусирует свое внимание на телесных ощущениях, что только усиливает напряжение и приводит к соматическим нарушениям вследствие психофизиологической перегрузки.
- Из-за того, что сильная эмоция не подвергается вербальной символизации и, следовательно, остается недоступной сознанию, она начинает непосредственно воздействовать на организм, причиняя неблагоприятные последствия.

Причины психосоматических реакций

1) **Конфликт** — к образованию психосоматического симптома может привести внутренний конфликт между различными частями личности. Обычно одна из этих частей осознана, другая скрыта в бессознательном. Борьба между двумя противоположными желаниями или тенденциями может приводить к условной победе одной из частей. Но тогда вторая часть начинает «партизанскую войну», признаком которой и являются психосоматические симптомы.



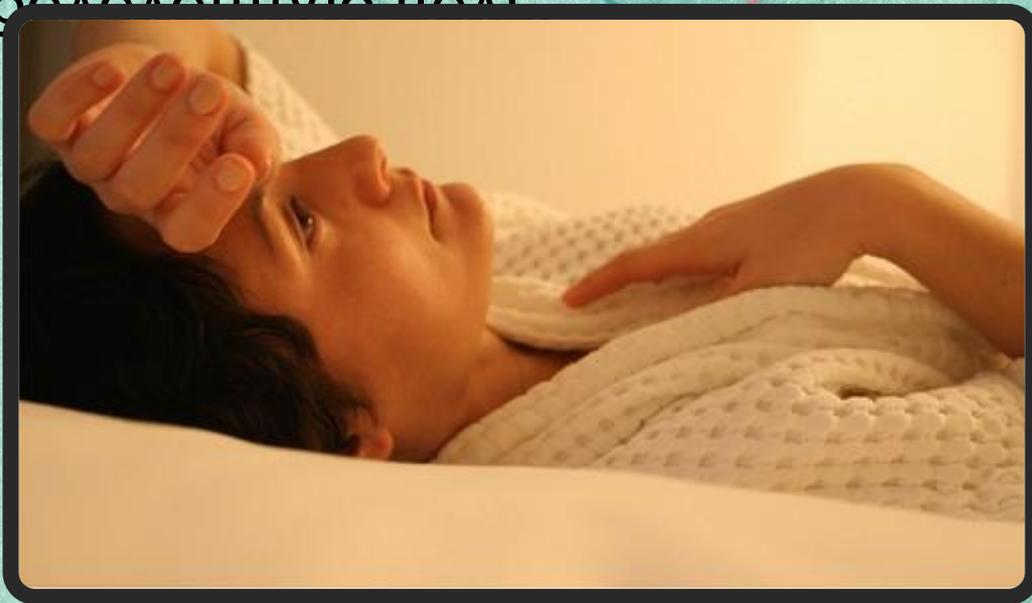
Причины психосоматических реакций

2) **Язык тела** — в некоторых ситуациях тело физически отражает то состояние, которое могло бы быть выражено одной из образных фраз ряда: «это одна сплошная головная боль», «я его не перевариваю», «из-за этого у меня сердце не на месте», «у меня связаны руки». Тогда болит определенный орган, сложно дышать, возникают мигрени, нарушается работа желудочно-кишечного тракта и так далее.



Причины психосоматических реакций

3) Мотивация или условная выгода — к этой категории относятся проблемы со здоровьем, которые приносят определенную условную выгоду их обладателю. Образование симптома происходит на бессознательном уровне, это не обман и не симуляция. Симптом реален. Но он «обслуживает» какую-то определенную цель.



Причины психосоматических реакций

4) Опыт прошлого — причиной болезни может стать травматический опыт прошлого, чаще — тяжелый детский опыт. Это может быть какой-либо эпизод, либо длительное воздействие, которое, хоть и произошло давно, но продолжает эмоционально влиять на человека в настоящем. Этот опыт как бы отпечатывается в теле. И ждет, когда найдется способ его переработать.



Причины психосоматических реакций

5) Идентификация — физический симптом может образовываться вследствие идентификации с человеком, имеющим подобный же симптом или заболевание. Как правило, это происходит при сильной эмоциональной привязанности к этому человеку. Часто этот человек может умереть, умирает или уже умер. То есть есть страх его потерять и потеряться.



Причины психосоматических реакций

6) Внушение — симптомы могут возникать посредством внушения. Это происходит, когда идея о собственной болезни принимается человеком на бессознательном уровне автоматически, то есть без критики. Вольно или невольно внушить симптом могут люди, обладающие большим авторитетом или случайно оказавшиеся рядом в момент особого эмоционального



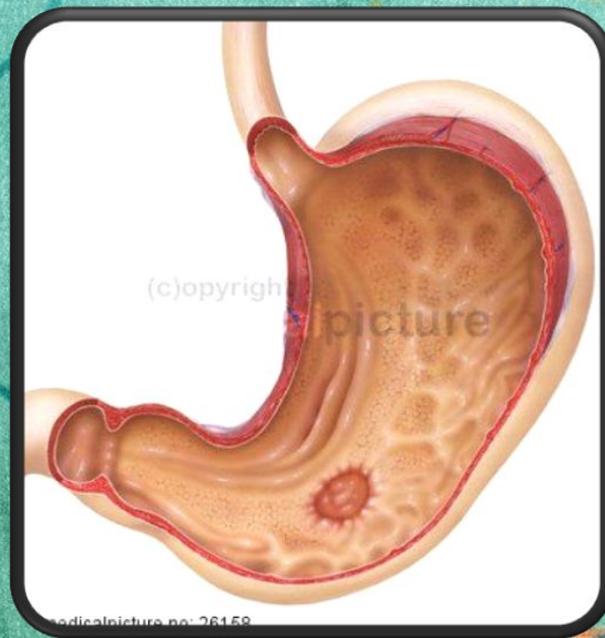
Причины психосоматических реакций

7) Самонаказание — в некоторых случаях психосоматический симптом выполняет роль бессознательного самонаказания. Это наказание связано с реальной, а чаще воображаемой виной, которая мучает человека. Самонаказание облегчает переживание вины, но может существенно осложнить жизнь.

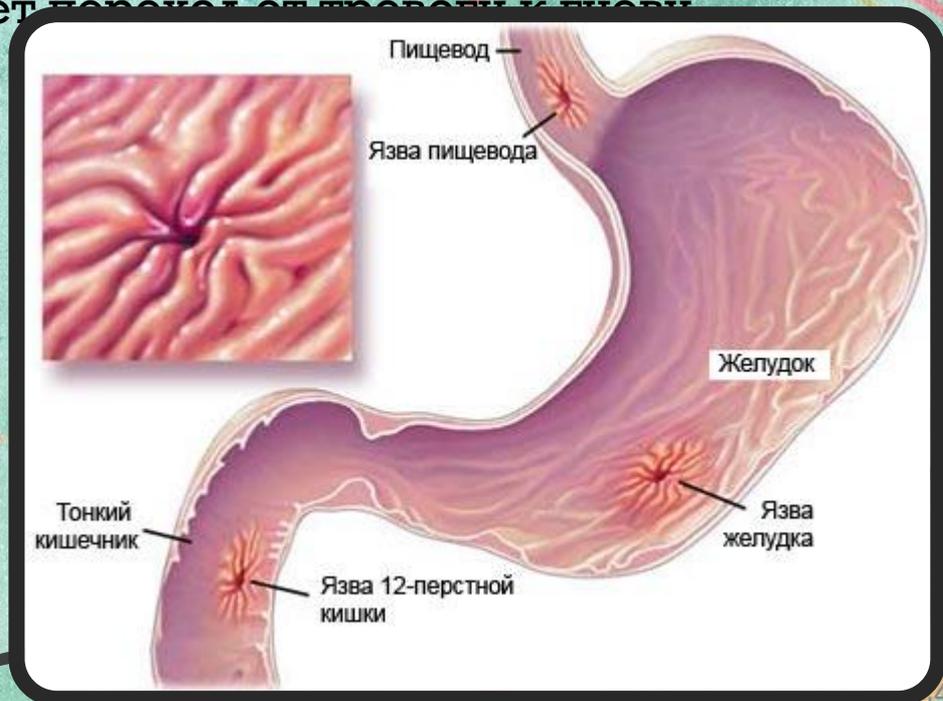


Психосоматические заболевания

Язва желудка



Первый вопрос, который психолог задает клиенту с язвой желудка: «Что в Вашей жизни Вы не можете переварить?». Если болит желудок — человек кого-то или что-то в своей жизни не переваривает. Как и многие другие психосоматические болезни, язвенная болезнь начинается с тревоги. Именно она включает процессы излишнего потребления пищи, которая ведет к повышению кислотности желудочного сока. Затем идет переход от тревоги к гнев



Психологический портрет «язвенника»

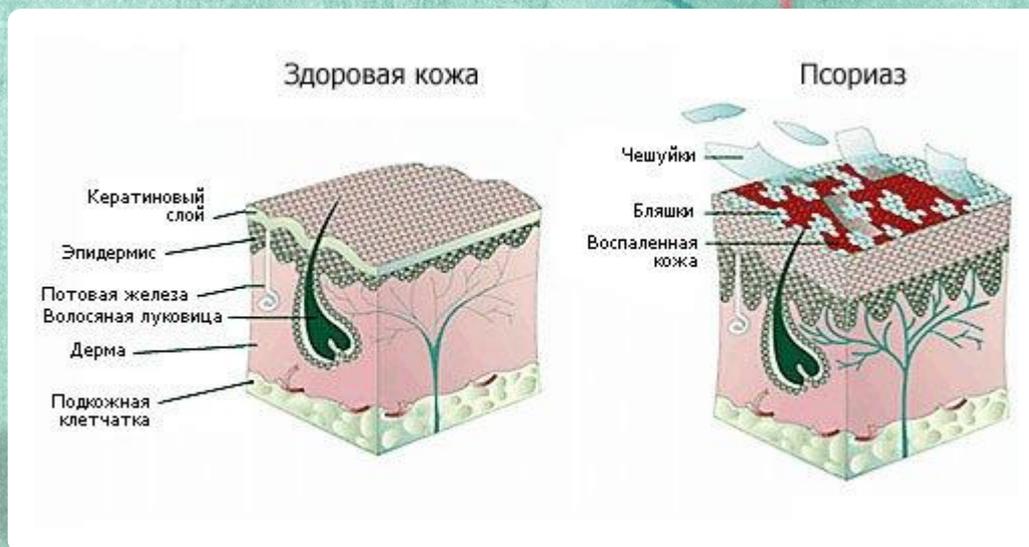
- **Страх. Твердая уверенность в собственной ущербности. Отсутствие собственного достоинства. Человек часто испытывает зависть, стыдится этого чувства и подавляет ее в зародыше.**
- **Люди с язвенной болезнью отличаются тревожностью, раздражительностью, повышенной исполнительностью и обостренным чувством долга.**
- **Ипохондрия.**
- **Язвой желудка чаще заболевают гиперответственные люди, те, что берут на себя слишком много, но не видят реальной отдачи от своих стараний.**

Псориаз



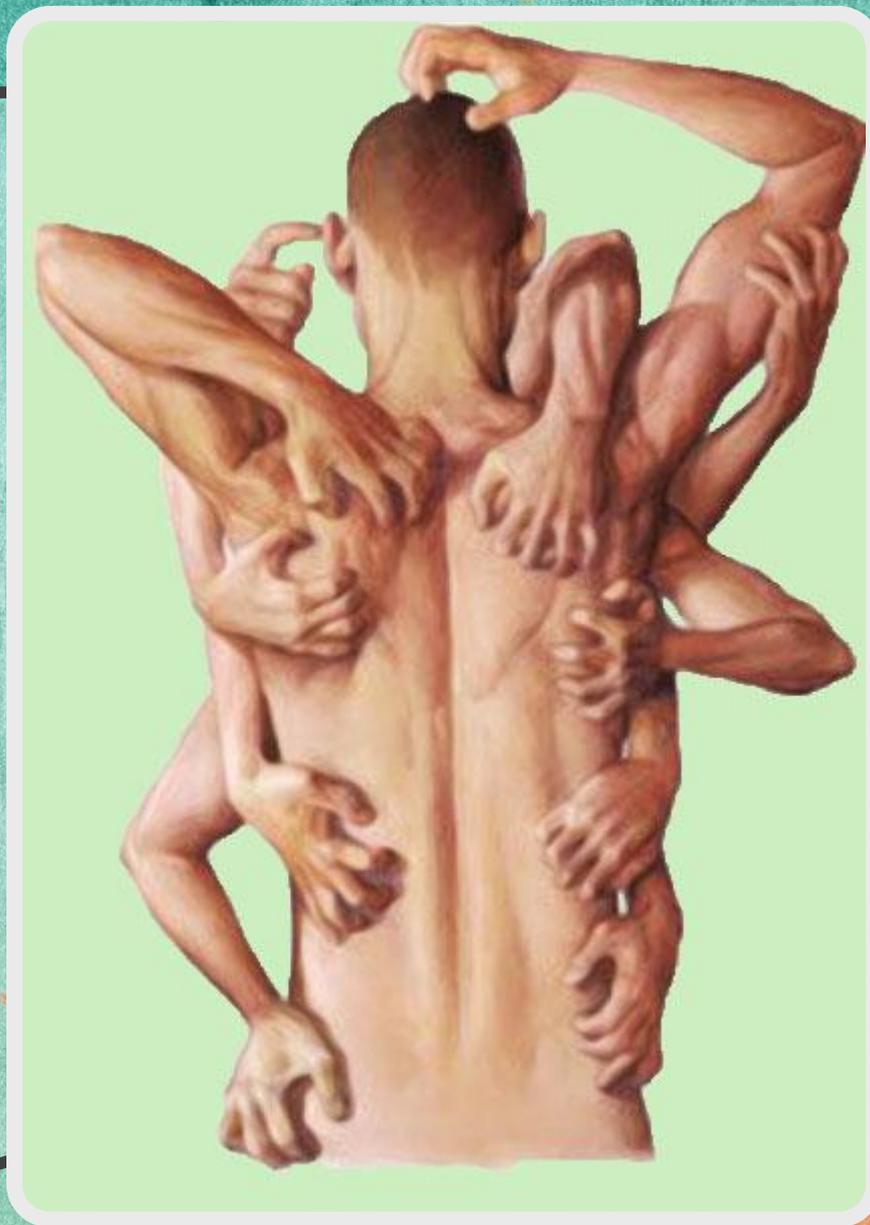
Кожа считается границей между нами и средой. И, если на границе возникают проблемы, то первой может пострадать как раз кожа.

Очевидно, наличие кожного заболевания можно рассматривать как специфическое обращение к каким-то значимым фигурам или обществу. Например, «мне нужна помощь», или «отойдите подальше» и другие.



**Варианты могут быть,
например, такие:**

- Физическое и психологическое насилие (как разрушение границ)
- Стресс.
- Чересчур заботливые (удушающие) родители
- Родители (родитель), слишком увлеченные проблемами здоровья (тогда — как способ получить от них постоянную заботу и внимание)
- Недостаток телесного контакта
- Антропофобия
- Нарушение личного пространства ребенка

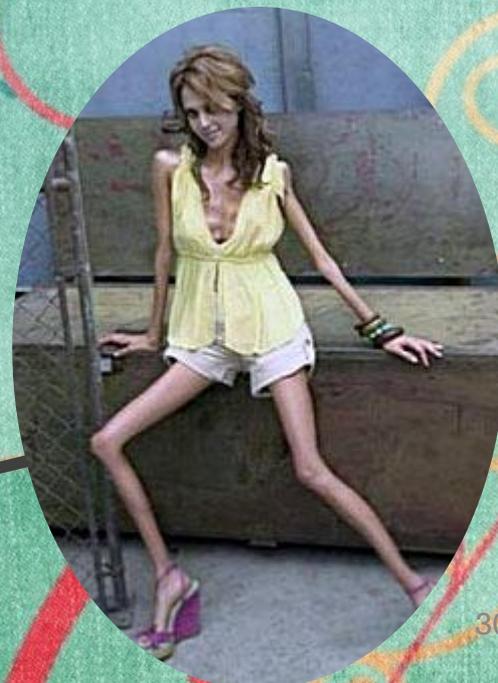


Булимия и анорексия



Анорексия — синдром, заключающийся в полном отсутствии аппетита при объективной потребности организма в питании.

При булимии человек постоянно испытывает неконтролируемый голод, ест лихорадочно и очень много.



Факторы, модели поведения, порождающие болезнь:

- Наличие неразрешенного или глубоко укоренившегося эмоционального, психологического стресса в жизни.
- Наше восприятие мира посредством собственных верований и убеждений. То, во что мы верим, неразрывно связано с эмоциями и влияет на наше здоровье.
- Мы не умеем отдавать и получать любовь, хотя, казалось бы, это так очевидно и просто.
- Недостаток юмора и легкости восприятия жизни.
- Неумение расставлять приоритеты.
- «Эмоциональный вакуум» или страдания нереализованной души, потеря смысла жизни.
- Неспособность принимать вызовы жизни, понимать суть проблем и искать позитивные решения.

Заключение

В заключении следует сказать, что психосоматическая медицина позволяет по-новому рассматривать концепцию болезни, иначе проводить анализ её причин и увидеть в её проявлениях то, что ранее было скрыто. Разработка вопросов психосоматической медицины способствует возрождению искусства лечить больного человека, а не болезнь.

Рад м. – психосоматическая
Список литературы:
медицина: Кратк. Учебн. / пер с
нем. Г. А. Обухова, А. В.
Бруенка; Предисл. В. Г.
Остроглазова. – М. – ГЭОТАР
Медицина, 1999. – 376 с.
2. Кулаков С. А. – Основы психосоматики. –
СПб.: Речь . 2003. – 288 с.
3. Любан-Плоцца Б., Пельдингер
В., Креггер Ф.
Психосоматический больной
на приёме у врача. – СПб.:
НИПИ им. В. М. Бехтерева, 1994.