

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАСТРОЙСТВА

*Невроз поражает душу,
которая избирает тот или иной орган специально для того,
чтобы проявить это свое поражение вовне.*


Карл Ясперс





Причины психосоматических заболеваний

Что такое психосоматика?

Психосоматические  заболевания



ПСИХОСОМАТИКА

(от греч. *psyche* — душа и *soma* — тело),

в широком смысле термин,
принятый в медицине для обозначения
такого подхода к объяснению болезней,
при котором особое внимание
уделяется роли психических факторов
в возникновении, течении и
исходе соматических заболеваний.

*ПСИХОСОМАТИКА –
болезни, вызванные психическими причинами.*



ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА

Психосоматические расстройства – группа болезненных состояний, возникающих на основе взаимодействия психических и соматических факторов и проявляющихся соматизацией психических нарушений, психическими расстройствами, отражающими реакцию личности на соматическое заболевание, или развитием соматической патологии под влиянием психогенных факторов (А.С. Тиганов).



ВИДЫ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ НАРУШЕНИЙ:

- ▣ **Психосоматические расстройства** — соматические нарушения, возникающие вследствие воздействия комплекса психосоциальных факторов при наличии биоконституциональной предрасположенности.
- ▣ **Нозогенные расстройства** – патологические личностные реакции на психотравмирующий факт болезни и ее последствий.
- ▣ **Ятрогенные расстройства** – эмоционально-личностные расстройства, развивающиеся в связи с неосторожными высказываниями врача и проявляющиеся преимущественно неправильным интерпретированием симптомов.
- ▣ **Соматогенные расстройства** – психические нарушения, развивающиеся вследствие нейротоксического эффекта соматического заболевания.



«ЕСЛИ СЕРДИШЬСЯ – СОСЧИТАЙ ДО ЧЕТЫРЕХ, ЕСЛИ ОЧЕНЬ СЕРДИШЬСЯ – ВЫРУГАЙСЯ. (МАРК ТВЕН)

- Алекситимия (греч. «нет слов для чувств»). Термин предложил Поль Сифнеос (Sifneos, 1973) – неспособность осознавать и описывать свои эмоции, различать чувства и ощущения.
- Сложно подобрать слова для описания чувств, проявлять эмпатию
- Характерны личностные расстройства, чаще нарциссическое, зависимое, избегающее, пассивно-агрессивное
- Склонны к выраженной зависимости или избеганию и одиночеству
- Склонны к злоупотреблениям



ПСИХОГЕННЫЕ РЕАКЦИИ (НОЗОГЕНИИ, СОМАТОГЕНИИ)

- В основе нозогенных расстройств лежит дезадаптивная реакция личности на заболевание и его последствия.
- В соматопсихологии особенности реагирования личности на болезнь рассматриваются в рамках «внутренней картины болезни» (Р.А. Лурия)



ВНУТРЕННЯЯ КАРТИНА БОЛЕЗНИ (ВКБ)

- Понимается как комплекс вторичных, психологических по своей природе, симптомов заболевания, отражающий субъективный смысл болезни для пациента.
- Р.А. Лурия ВКБ представил в виде многоуровневой модели.
- - чувственный уровень или уровень ощущений,
- - эмоциональный (аффективный) уровень,
- - интеллектуальный или когнитивный уровень
- - мотивационный или поведенческий уровень.
- Реакции личности на заболевание:
- - преувеличенная реакция или гипернозогнозия,
- - недооценка тяжести заболевания или гипонозогнозия (анозогнозия),
- - искажение оценки болезни (агравация, симуляция, диссимуляция).



ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ БОЛЕЗНИ (ОРГАНИЧЕСКИЕ ПСИХОСОМАТОЗЫ)

- В этих случаях речь идет о психогенно спровоцированной манифестации или обострении проявлений соматического заболевания.
- Классические психосоматические заболевания:
- бронхиальная астма
- язвенная болезнь желудка и 12п.кишки
- сахарный диабет
- ревматоидный артрит
- неспецифический язвенный колит
- нейродермит



ХАРАКТЕРНЫЕ НЕВРОЗОПОДОБНЫЕ СИНДРОМЫ ДЛЯ КАРДИОЛОГИЧЕСКИХ ПАЦИЕНТОВ

- Кардиофобия
- Танатофобия
- Сверхценное отношение к вопросам своего здоровья
- Ощущения боли. От истинных кардиалгий отличаются неопределенностью («сдавливающие», «распирающие», «холодящие»). Появляются после воздействия какого-либо психотравмирующего фактора
- Тревога, напряжение, беспокойство



ХАРАКТЕРНЫЕ НЕВРОЗОПОДОБНЫЕ СИНДРОМЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫМИ РАССТРОЙСТВАМИ

Характеризуются малой динамичностью, склонностью к полиморфизму, эгосинтонны («срастаются» с личностью)

Характерны:

- астенические
- ипохондрические (сенестоипохондрия, тревожная ипохондрия, реже – сверхценная ипохондрия)
- депрессивные
- обсессивно-фобический (канцерофобия, страх перед кишечными кризами)
- истерические расстройства
- их сочетание



ХАРАКТЕРНЫЕ ПЕРВОЭПИЗОДОВЫЕ СИНДРОМЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С РЕВМАТОИДНЫМ АРТРИТОМ (РА)

- 📌 Преобладают аффективные и астенические нарушения
 - Коррелируют с характером основного заболевания (реакция личности на болезнь), далее формируют общий нозогенный комплекс со сверхценными переживаниями своей физической и социальной неполноценности и личностные декомпенсации
- 📌 Формируются сенситивно-шизоидные и ипохондрические расстройства



ПРИЧИНЫ

На сегодняшний день выделяют
7 главных причин,
вызывающих
или провоцирующих возникновение
психосоматических расстройств



7 ПРИЧИН ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ

- 1. Внутренний конфликт.**
- 2. Вторичная выгода, условная выгода, мотивация.**
- 3. Внушение.**
- 4. Самовнушение.**
- 5. Стремление быть похожим на кого-то.**
- 6. Наказание.**
- 7. Психологические травмы.**



1.ВНУТРЕННИЙ КОНФЛИКТ

Внутренний конфликт впервые описанный в рамках психоанализа, вызывает огромное количество психосоматических расстройств.

При этом конфликт возникает между сознательной и бессознательной частями личности.

Бессознательное эгоистично, инстинктивно, а сознательное социально.

Возникающий конфликт между этими субстанциями личности разжигает целую войну, в которой обязательно будет победитель.

Но такая победа слишком разрушительна для человека.

В итоге, если победит сознательное, в теле человека возникнут “зажимы”, “застой”, провоцирующие различные заболевания.

А если верх возьмет бессознательное, то человек может посвятить свою жизнь “растрачиванию себя”.



2. ВТОРИЧНАЯ ВЫГОДА, УСЛОВНАЯ ВЫГОДА, МОТИВАЦИЯ

Заболевание вызванное такой причиной крайне сложно поддается излечению. Все дело в том, что болезнь приносит человеку пользу, как бы абсурдно это не звучало. Например, пока человек болеет он сполна получает заботу от близких, на него не возлагают ответственность за решение многих проблем, он свободен от долга ходить на нелюбимую работу.

Исцеление приведет к тому, что ему придется заниматься тем, чем не хочется. Болезнь позволяет получить что-то. Именно из-за того, что такая ситуация позволяет человеку получать и удовлетворять какие-то из потребностей, излечение происходит на фоне мощного сопротивления и отрицания больного.



3. ВНУШЕНИЕ

Данный фактор появления психосоматических заболеваний характерен для инфантильных, поддающихся внушению личностям и детям.

Когда ребенку или взрослому систематически повторяют (внушают): “Недотепа, лентяй, эгоист, и т.д., то личность начинает проявлять в поведении внушаемую модель. И признаки таких оскорблений, при условии хорошей и легкой внушаемости личности, очень быстро становятся доминирующими. Черта личности в сочетании с низкой самооценкой порождают психосоматическое расстройство.



4. САМОВНУШЕНИЕ

Сколько не повторяй людям,
что мысли материализуются, мало кто к этому
действительно прислушивается.

Когда мы озвучивает такие мысли как:

“У меня от этого мозг опухает”,

“Так и чешутся руки...” и т.д.

мы программируем

организм на выполнение команд.

Организм будет сопротивляться, будет вас оберегать.

Но в конце концов, капля камень точит,
и на прием врачу вы пойдете с жалобой на то,
что так долго заказывали себе.



5. СТРЕМЛЕНИЕ БЫТЬ ПОХОЖИМ НА КОГО-ТО

Многие, кто не слишком хорошо себя понимает,
кто не может найти
свой гармоничный внешний образ
или хочет быть успешным
копируя во всем своего кумира,
не замечают,
что тем самым забывают о собственном теле. И
существуют отдельно от него.
Тело из-за такого отчуждения начинает болеть,
возвращая тем самым человека “в себя”.



6. НАКАЗАНИЕ

Все заболевания,
возникающие на основе чувства вины, представляют
собой акт самонаказания.

Одним из ярких примеров
физического самонаказания являются
частые или повторяющиеся травмы.

Но не только травмы относятся к самонаказанию.

Огромное количество болезней, вызывается
чувством вины.



7. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРАВМЫ

Прошлый опыт хранит в себе
много информации,
порой сильно травмирующей.
Детские травмы или потери близких
вызывают сложные,
тяжело поддающиеся излечению
хронические заболевания





У детей психосоматика выражается отдельными симптомами в виде разнообразных психосоматических реакций.

Эти реакции обычно непродолжительны и исчезают при ликвидации психотравмирующей для ребенка ситуации.

Из всех расстройств у детей чаще всего отмечаются функциональные расстройства пищеварительной системы (анорексия, тошнота, рвота, психогенные запоры и поносы и др.).



Среди перечисленных расстройств отмечается выраженное доминирование рвотной реакции, являющейся соматическим проявлением отчетливого отвращения к чему-либо. Рвота часто отмечается у детей при изменении стереотипа жизни: при первом посещении детского сада, школы и т. д.

Реже отмечаются психосоматические реакции в виде невротического кашля, энуреза и др.

В подростковом возрасте психосоматическая патология практически не отличается от соответствующих расстройств у взрослых.



ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

- Психосоматических болезней гораздо больше, чем описано в современной литературе.
- Постановка диагноза и назначение лечения — это дело врача, а не больного. Но очень часто бывает недостаточно простого выполнения предписаний доктора. Необходимо избавление от психологических причин и усугубляющих моментов. Иногда одно только понимание того, как формируется то или иное заболевание и принятие ответственности за все происходящее с собой улучшает состояние больного.



ОСНОВНЫЕ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА (ЗАБОЛЕВАНИЯ), ВЫДЕЛЯЕМЫЕ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ МЕДИЦИНЫ:

- Бронхиальная астма;
- Эссенциальная гипертония;
- Желудочно-кишечные болезни;
- Язвенный колит;
- Ревматоидный артрит;
- Нейродермит;
- Инфаркт;
- Сахарный диабет;
- Сексуальные расстройства;
- Зоб;
- Онкозаболевания.



ЕСЛИ...

1. Часто повторяющееся и хронические заболевания.
2. Обострение заболевания обычно спровоцировано психическим фактором (стресс, сильная эмоциональная реакция на событие, психотравмирующее событие, и т.д.).
3. Любые кожные заболевания, не вызванные внешними факторами (ожоги, травмы).
4. Аллергические реакции.
5. Заболевания, в основе которых лежат функциональные нарушения. Патология органов отсутствует.
6. Заболевания, причины которых не объясняет традиционная медицина.
7. Не наследуемые, но семейные заболевания (т.е. заболевания, не передающиеся, но наблюдающиеся у разных поколений).

ТО МОЖНО ГОВОРИТЬ О ПСИХОСОМАТИКЕ...



КАК УТОЧНИТЬ ПРИЧИНУ ФИЗИЧЕСКОЙ ПРОБЛЕМЫ?

ЗАПАЙТЕ



И ПОЛУЧИТЕ ОТВЕТ



ФИЗИЧЕСКАЯ БЛОКИРОВКА

«Какими эпитетами лучше всего охарактеризовать то, что я ощущаю в своем теле в данный момент?»

*Ответ на этот вопрос
полностью отразит Ваше отношение
к человеку или ситуации,
которые спровоцировали проблему.*



ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ БЛОКИРОВКА

**«Чего мне не позволяет делать
эта болезнь?»**

*Ответ на этот вопрос позволит Вам определить свои
скрытые желания*



*Разделить в человеке тело и душу
можно лишь условно.
Соответственно и болезни делят на
телесные и душевные
искусственно.*

