

ПСИХОСОМАТИКА: ЭТИОЛОГИЯ В МЕДИЦИНСКОЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ

Ҳожиева Камола Лазизовна

Бакалавр Ташкентской Медицинской Академии

1-го лечебного факультета

Актуальность:

тема психосоматики, которая изучает взаимосвязь между психическими процессами и физическим здоровьем человека, является актуальной как в медицинской, так и в психологической практике. Исследования в этой области показывают, что эмоциональное состояние человека может оказывать значительное влияние на его физическое здоровье, и наоборот.

Ключевые слова: Психосоматика, этиология, медицинская практика, психологическая практика, междисциплинарный подход.

Таким образом, тема психосоматики остается актуальной и востребованной как в медицинской, так и в психологической практике, и ее изучение и применение могут принести значительные пользы как пациентам, так и специалистам (врачи, психологи, специалисты в области здравоохранения и исследователи, интересующиеся психосоматикой и лечением психосоматических расстройств).

Введение:

Психосоматические расстройства, такие как язвенная болезнь, астма, гипертония и другие, часто имеют психологические корни. Стресс, тревога, депрессия и другие психические состояния могут приводить к развитию или усилению физических заболеваний. Поэтому важно учитывать психологические факторы при диагностике и лечении различных заболеваний. В медицинской и психологической практике все больше признается интегративной медицины, которая учитывает не только физические симптомы, но и психологические и социальные аспекты заболеваний. Такой подход позволяет более эффективно лечить пациентов и улучшать их общее благополучие.



- Определение психосоматики как области, изучающей взаимосвязь между разумом и телом, и ее важность для понимания психосоматических расстройств.
- Обзор существующих теорий и моделей, объясняющих возникновение психосоматических расстройств, включая биопсихосоциальную модель.



Рисунок

Примечание: АГ – артериальная гипертония, ИБС – ишемическая болезнь сердца, ЯБ – язвенная болезнь, БА – бронхиальная астма, СД 1 – сахарный диабет 1 типа, СД2 – сахарный диабет 2 типа, пожилые – старше 60 лет с психосоматическими заболеваниями.

Исследование психической сферы при психосоматических заболеваниях

Психика современного человека испытывает мощные негативные воздействия социального, природного, бытового и многих других характеров, что требует специальных мер для охраны и укрепления психического здоровья.

Психическое здоровье - важная составная часть здоровья человека, поэтому физическое и психическое здоровье связаны самым тесным образом. В первую очередь это обусловлено тем, что организм человека - это система, в которой все элементы взаимосвязаны друг с другом и воздействуют друг на друга. Значительная часть этих взаимодействий опосредуется через нервную систему, поэтому психическое состояние воздействует на работу внутренних органов, а состояние последних, в свою очередь, сказывается на психике.



Распространенность психических расстройств непсихотического уровня намного превышает данные официальной статистики и составляет 27,3% взрослого населения (1,4% по официальным данным).

Этиология в медицинской практике:

Медицинская модель психосоматических расстройств, рассматривающая роль физиологических и биологических факторов, таких как:

- Нейроэндокринные механизмы
- Иммунная система
- Генетическая предрасположенность

-Взаимосвязь ум-тело:понимания связи между психологическими факторами (эмоции, мысли, поведение) и физиологическими реакциями организма.

- Влияние стресса, тревоги и депрессии на развитие психосоматических симптомов.

- Роль воспалительных процессов и дисбаланса гормонов в возникновении психосоматических расстройств.

Этиология в психологической практике:

- Психологические теории психосоматических расстройств, включая:
- Психоаналитическая теория: подавленные эмоции и неразрешенные конфликты
- Когнитивно-поведенческая теория: искаженные мысли и неадаптивные копинг-стратегии
- Гуманистическая теория: нарушения самореализации и смысла жизни

- Влияние личностных черт, таких как тревожность, нейротизм и экстраверсия, на психосоматическое здоровье.

-Роль травматического опыта, раннего воспитания и социальных факторов в возникновении психосоматических расстройств.

Взаимосвязь между медицинской и психологической практикой:

- Необходимость междисциплинарного подхода к лечению психосоматических расстройств, включающего сотрудничество между врачами, психологами и другими специалистами в области здравоохранения.
- Роль психотерапии, такой как психоаналитическая терапия, когнитивно-поведенческая терапия и гуманистическая терапия, в управлении психосоматическими симптомами.



- Значение медикаментозного лечения, такого как антидепрессанты и противотревожные препараты, в дополнение к психотерапии.
- Важность психообразования и поддержки пациентов с психосоматическими расстройствами и их семей.

Клинический случай: Пациентка X, 35 лет:

Жалобы и симптомы: (X) обратилась к психотерапевту с жалобами на головные боли, приступы душевной тревоги и расстройства пищевого поведения. Она также столкнулась с проблемами сна и постоянной усталостью.

История: пациентка (X) пережила тяжелое эмоциональное стрессовое событие несколько месяцев назад, связанное с увольнением с работы и сложными отношениями в семье. Она испытывала чувство бессилия, тревогу и депрессию.

Диагностика: в ходе консультации выяснилось, что головные боли и другие симптомы (X) имели психосоматическую природу, связанную с нерешенными эмоциональными проблемами и стрессовыми ситуациями.

Лечение: по результатам консультации был назначен комплексный подход, включающий психотерапию для работы над эмоциональными проблемами, управление стрессом и рекомендации по заботе о физическом здоровье.

Прогноз: при активном участии пациентки в терапии и работе над эмоциональными аспектами, ожидалось улучшение ее общего состояния и снижение соматических симптомов в результате решения психосоматических проблем.

Заключение:

Исследования в области психосоматики продолжают расширять наше понимание взаимосвязи между умом и телом, подчеркивая необходимость комплексного подхода к лечению пациентов с подобными проблемами. Понимание этой взаимосвязи может помочь не только в предотвращении заболеваний, но и в эффективном лечении уже имеющихся психосоматических расстройств.

Таким образом, дальнейшие исследования в области психосоматики необходимы для разработки более эффективных методов диагностики и



лечения этого типа расстройств, а также для повышения качества жизни людей, страдающих от психосоматических симптомов.

Список использованной литературы:

1. Психосоматические заболевания: концепции, распространенность, качество жизни, медико-психо-социальная помощь больным (лекция) Сидоров П.И., Новикова И.А. (Архангельск)
- 2 А. Полин: Медицинская психология 176 стр
- 3 Спринц, Михайлова, Шатова: Медицинская психология с элементами общей психологии 255 стр
- 4 Коллектив авторов: Психологическая диагностика в практике врача 89 стр

