

Психосоматические заболевания. Программы психокоррекции.

Врач-психотерапевт ГУЗ «ГЦГП» разработала и внедрила в практику лечения психосоматических заболеваний, следующие программы:



1. Программа по психокоррекции сердечно-сосудистых заболеваний:

- психофармакотерапия (кабинет № 603);
- эриксоновский гипноз (кабинет спелеотерапии № 243);
- скандинавская ходьба (группа в сквере по ул. Левонабережной).



2. Программа по психокоррекции желудочно-кишечных заболеваний:

- психофармакотерапия (кабинет № 603)
- аутотренинг (кабинет спелеотерапии №243);
- скандинавская ходьба (группа в сквере по ул. Левонабережной);



3. Программа по психокоррекции заболеваний опорно-двигательного аппарата:

- психофармакотерапия боли (кабинет № 603);
- релаксация по Джекобсону (кабинет спелеотерапии № 243);
- скандинавская ходьба (группа в сквере по ул. Левонабережной).

Для чего это нужно?

Современная психосоматика основана на неоспоримо доказанном факте, согласно которому эмоции решающим образом влияют на функции всех органов человека. Ради душевного равновесия повреждается телесное здоровье.

Термин «психосоматическая медицина» был применен в начале 19 века. Он объединяет такие заболевания, как ишемическая болезнь сердца, артериальная гипертензия, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, бронхиальная астма, кожные болезни, эндокринные и многие другие, в возникновении которых существенную роль играют неблагоприятные психические воздействия. Острый или хронический стресс полностью расстраивает совершенные формы приспособления человека к среде и, как следствие, работу жизненно важных органов. Так возникают психосоматические заболевания. Сердечно-сосудистая система наиболее чувствительна к нашим тревогам и переживаниям. Ученые бесспорно признают, что психологические

травмы и хронический стресс – главные причины гипертонической болезни. Другие системы организма также не безучастны: они так или иначе реагируют и отражают эмоции функциональными расстройствами, кратковременными или долговременными. А повторные стрессовые ситуации могут в дальнейшем привести к органическим заболеваниям в системе дыхания, пищеварения, мочевыделения, желез внутренней секреции.

Различают управляемые и неуправляемые вегетативные проявления эмоций. К управляемым относятся - поведение человека, речь, мимика, дыхание, слезоотделение, к неуправляемым – деятельность сердечно-сосудистой системы, пищеварительных органов, мочевыделение, потоотделение. Следовательно, одними проявлениями мы можем управлять, а над другими проявлениями мы не властны, например сердцебиением, желчеотделением или мочеотделением при волнении или испуге. Но исследования последних лет показали, что при помощи психотерапевтических техник можно управлять и деятельностью сердца и других органов и систем. Для этого важно, чтобы больной являлся союзником врачей, помощником медиков в деле преодоления недугов. Существует восточный рассказ о враче, который, обращаясь к больному, говорит: «Нас трое: ты, болезнь и я. Если ты станешь на мою сторону, то мы вдвоем победим болезнь, если ты станешь на сторону болезни, то вы вдвоем осилите меня». Мудрость этого рассуждения заключается в том, что настроение больного, его надежда на успех лечения, вера в излечение являются прекрасными союзниками врача. Помочь в этом и призвана психотерапия, которая преодолевает подавленное настроение, мрачные мысли пациента, его неуверенность в благоприятном исходе болезни.

Записаться на лечение в рамках одной из психотерапевтических программ можно у врача-психотерапевта , кабинет № 603, по живой очереди в следующее время:

- понедельник – с 8.00 до 11.00;**
- вторник – с 14.00 до 17.00;**
- среда – с 8.00 до 11.00;**
- четверг – с 17.00 до 20.00;**
- пятница – с 8.00 до 11.00.**

Врач- психотерапевт ГУЗ «ГЦГП»

И.А.Савинова.