**Что такое невроз**

**Неврозы** - группа заболеваний, в основе которых лежат временные, т.е. обратимые нарушения нервной системы, возникающие под влиянием психотравмирующих воздействий. Появлению невроза способствуют ослабление защитных сил организма, длительное переутомление. Невроз чаще развивается у лиц, у которых с рождения не очень крепкая нервная система. У каждого есть своя "Ахиллесова пята" - слабое, уязвимое место. В данном случае - нервная система. Основными клиническими формами неврозов являются: неврастения, тревожно-фобические расстройства, соматоформные расстройства.

**Неврастения** проявляется повышенной раздражительностью, возбудимостью, утратой самообладания в сочетании с утомляемостью, слезливостью, чувством бессилия. Жалобы на невозможность продолжительной умственной работы в связи с рассеянностью, забывчивостью и отвлекаемостью. При неврастении отмечаются вегетативные и соматические нарушения, принимаемые больными за симптомы соматической болезни, отмечаются расстройства сна (трудность засыпания, поверхностный сон с обилием сновидений, раннее пробуждение) и вегетативные нарушения (зябкость, потливость, тахикардия и др.).

**При** **тревожно-фобических расстройствах** тревога вызывается определенными ситуациями: страх толпы или замкнутого пространства, выходить из дома, посещать общественные места, путешествовать одному в автобусах, поездах, самолетах.

**При** **социальных фобиях** - страх еды на людях, публичных выступлений, встреч с противоположным полом. Социальные фобии сочетаются с заниженной самооценкой и боязнью критики. Они могут проявляться жалобами на покраснение лица, дрожь в руках, тошноту, позывы к мочеиспусканию. Симптомы могут прогрессировать вплоть до панических атак.

**При** **панических расстройствах** приступы тяжелой тревоги (паники) не ограничиваются определенной ситуацией или обстоятельствами и поэтому непредсказуемы. Доминирующие симптомы варьируют у разных больных, но общими являются неожиданно возникающие сердцебиение, боли в груди, ощущение удушья, головокружение и чувство нереальности. Почти неизбежны вторичный страх смерти или сумасшествия.

**При** **генерализованном тревожном расстройстве** основной чертой является тревога, которая носит генерализованный и стойкий характер. Частыми являются жалобы на чувство постоянной нервозности, дрожь, мышечное напряжение, потливость, сердцебиение, головокружение и дискомфорт в эпигастральной области. Часто выражаются страхи, что больной или его родственники заболеют, или с ними произойдет несчастный случай. При смешанном тревожном и депрессивном расстройстве присутствуют симптомы как тревоги, так и депрессии а также вегетативные симптомы (тремор, сердцебиение, сухость во рту, бурление в животе). Главными признаками соматоформных расстройств является наличие множественных, повторно возникающих и часто видоизменяющихся соматических симптомов. Часто встречаются желудочно-кишечные ощущения (боль, отрыжка, рвота, тошнота и т.д.), а также аномальные кожные ощущения (зуд, жжение, покалывание, онемение, болезненность и т.д.). Нередки сексуальные и менструальные жалобы, а также зависимость или злоупотребление лекарственными препаратами (седативными или анальгетиками).

**При** **ипохондрическом расстройстве** больные постоянно предъявляют соматические жалобы. Нормальные или обыкновенные ощущения и явления часто интерпретируются больным как анормальные и неприятные. Часто присутствует депрессия и тревога.

**При соматоформной вегетативной дисфункции** жалобы больного обусловлены физическим расстройством той системы или органа, которые находятся под влиянием вегетативной нервной системы, т.е. сердечно-сосудистой (невроз сердца), желудочно-кишечной (невроз желудка, диспепсия), моче-половой (ускоренные позывы к мочеиспусканию), дыхательной (психогенная одышка, икота). Жалобы, как правило отражают объективные признаки вегетативного возбуждения: сердцебиение, потение, покраснение и тремор, либо характеризуются как ощущения мимолетных болей, жжения, тяжести, напряжения, ощущение раздувания или растяжения. У многих больных с этими расстройствами имеются указания на наличие психологического стресса или затруднения и проблемы. Однако у некоторых отягощающие психологические факторы не выявляются.

Следует так же отметить такие распространенные формы неврозов, как психогенная астма и психогенная экзема (нейродермит).

**Психогенная астма** вызывается длительным психоэмоциональным перенапряжением или однократным тяжелым психическим потрясением. У этой группы пациентов невротические симптомы выражены особенно рельефно. Отметим, что этот вариант бронхиальной астмы редко встречаются в "чистом" виде, обычно они наблюдаются вместе с признаками инфекционно зависимой или атопической астмы.

**Психогенная экзема** (нейродермит) входит в целый ряд хронических заболеваний, в возникновении и рецидивировании которых клинически очевидна роль психогенных воздействий. К ним в первую очередь относятся атопический дерматит, истинная экзема, рецидивирующий простой герпес, хроническая крапивница, гнездная плешивость, красный плоский лишай, розацеа, витилиго и др. Важно отметить, что провоцирующая роль психогенных факторов при кожных заболеваниях издавна отмечалась врачами.

**Невроз практически невозможно вылечить одними медикаментами, основным средством лечения невротических расстройств является психотерапия!** Следует подчеркнуть, что лечение неврозов не может проводить психолог, поскольку он не знает многие клинические проявления невротических расстройств, не представляет себе изменения со стороны вегетативной системы при этом заболевании. При лечении неврозов особенно важно учитывать состояние внутренних органов человека, функциональные возможности систем организма (в первую очередь - сердечно-сосудистой и пищеварительной).

**Невротические, связанные со стрессом, и соматоформные расстройства.** Чувство тревоги, страха, панические расстройства, нарушение сна, чувство нехватки воздуха, чувство кома в горле. Приступы сердцебиений, боли в сердце, онемение в руках, чувство ползания мурашек, неприятные ощущения в различных органах, чувство бурления, вздутия в животе, склонность к поносам. Головные боли и головокружения, пониженный фон настроения, чувство усталости, быстрой утомляемости, потеря интереса к жизни, плаксивость, раздражительность, чувство неуверенности, снижение памяти. Неустойчивое артериальное давление. Вегето-сосудистая дистония. Неврастения. Депрессия.

кандидат медицинских наук Печерская В.И.

Источник// <http://pecherskaya.com/>