

Открытия в медицине

Теория стресса: у истоков современных представлений

Стресс есть неспецифический ответ организма на любое предъявление ему требования.
Г. Селье, «Стресс жизни»

Измерение температуры тела – одна из старейших манипуляций в медицине. Еще Гиппократ в V веке до н. э. использовал сравнительное измерение температуры при описании болезней. Придерживаясь мнения, что хороший врач должен определить состояние пациента уже по одному его внешнему виду, он рекомендовал тщательно обследовать больного, обращая внимание на положение его во время сна, частоту пульса и температуру тела.

Начало: от эмоций к физиологии

Изучение проблемы стресса началось относительно недавно. В 1884 г. американский психолог Уильям Джеймс, отталкиваясь от идей датского ученого Карла Ланге, сформулировал концепцию, которая сегодня известна как теория эмоций Джеймса-Ланге. Согласно этой теории после восприятия, вызвавшего эмоцию, субъект переживает ее как ощущение физиологических изменений в собственном организме. Иными словами, человек, оцепеневший на мгновение вследствие напугавшего его события, сначала замечает, что его сердце учащенно бьется, а затем уже понимает, что произошло.

Выдающийся американский физиолог Уолтер Кеннон обратил внимание на роль симпатoadреналовой системы в реакции организма на сильные раздражители – эмоциональное возбуждение, механическую травму или др. Возбуждение симпатического отдела автономной нервной системы и резкое повышение в крови содержания «аварийного» гормона адреналина быстро мобилизует энергетические ресурсы и другие защитные силы организма.

В 1929 г. У. Кеннон пришел к выводу, что в теории Джеймса-Ланге ошибочно само исходное предположение, согласно которому каждой эмоции соответствует свой набор физиологических изменений. Кеннон впервые ввел термин «стресс» в физиологию и психологию. В своих работах он описывал стресс как универсальную реакцию «бороться или бежать». Теория Кеннона, которая впоследствии была модифицирована Филиппом Бардом, в сущности, утверждала, что при восприятии событий, вызывающих эмоции, нервные импульсы сначала проходят через таламус. Затем возбуждение передается в кору больших полушарий, где порождает субъективное переживание страха, гнева или радости, и в гипоталамус, который управляет физиологическими изменениями в организме. Согласно теории Кеннона-Барда психологическое переживание и физиологические реакции возникают одновременно.

Физиологическая часть теории Кеннона-Барда не была верна в деталях, но согласно этой гипотезе местом возникновения эмоций являлся мозг, тогда как по теории Джеймса-Ланге – периферические органы.

Теория стресса Г. Селье

Знаменитый исследователь стресса канадский физиолог Ганс Селье еще во время обучения в Пражском университете (1920-е гг.) обратил внимание на то, что начало проявления любого

инфекционного процесса одинаковое. В этом факте он разглядел особое свойство – универсальность и неспецифичность ответа на всякое повреждение.

Впоследствии в университете г. Монреаля Г. Селье проводил опыты над крысами. Животным создавали невыносимые условия жизни, из-за чего в их крови повышался уровень адреналина. В этих экспериментах было показано, что у животных наблюдаются одинаковые реакции как на воздействие токсических веществ, так и на жару или холод.

Ганс Селье первым обратил внимание на связь между чувством тревоги и происходящими в этот момент процессами в организме человека. Он доказал, что при стрессе наряду с элементами адаптации к сильным раздражителям имеются элементы напряжения и даже повреждения. Когда ученый ввел лабораторным крысам неочищенные вытяжки яичников, он увидел, что наблюдаемые в организме животных изменения – гипертрофия коры надпочечных желез, атрофия тимуса и лимфатических узлов, множественные язвы слизистой оболочки кишечного тракта – имеют неспецифический характер, обусловленный не гормонами яичников, а токсическими примесями в экстрактах. Выяснилось, что аналогичная патологическая триада возникает и при других патогенных воздействиях. Именно универсальность сопровождающей стресс триады изменений позволила канадскому ученому высказать гипотезу об общем адаптационном синдроме, получившем впоследствии название «стресс».

В 1936 г. в журнале Nature Г. Селье опубликовал статью по общему адаптационному синдрому, которая положила начало учению о биологическом стрессе. Исследователь длительное время избегал термина «стресс», поскольку тот использовался во многом для обозначения нервно-психического напряжения (синдром «бороться или бежать»). Только в 1946 г. Г. Селье начал систематически использовать этот термин для обозначения общего адаптационного напряжения. Именно Ганс Селье назвал адреналин гормоном стресса и предположил, что сила переживаний зависит от эмоциональной устойчивости личности, жизненного опыта и наследственности.

Изначально Г. Селье рассматривал стресс исключительно как разрушительное, негативное явление, но позже согласился с тем, что стресс является неспецифическим ответом организма на любое предъявление ему требования. С точки зрения стрессовой реакции не имеет значения, приятна или неприятна ситуация, с которой столкнулся человек. Имеет значение лишь интенсивность потребности в перестройке или адаптации. Позже Г. Селье дополнительно ввел понятия «положительный стресс» (эустресс) и «отрицательный стресс» (дистресс).

Помимо нервного компонента ответа организма, Г. Селье доказал вовлечение в ответ эндокринной и иммунной систем. В связи с этим можно утверждать, что именно Ганс Селье стоял у истоков современных представлений о единой нейро-иммунно-эндокринной регуляции функций организма в норме и при патологии.

Г. Селье также ввел представление о болезнях адаптации, рассматривая их как результат нарушения равновесия между провоспалительными и противовоспалительными кортикостероидами. К таким болезням относятся ревматоидный артрит, некоторые системные коллагенозы, инфекционно-аллергическая форма бронхиальной астмы и др. Риск развития болезней адаптации повышается при так называемых обуславливающих факторах, таких как нерациональное питание, переутомление и проч.

Научная общественность благосклонно приняла теорию Ганса Селье. Современная наука обогатила его учение многочисленными фактами, раскрывающими механизмы стресса. Многолетние исследования ученых подтвердили, что стресс является неспецифической основой многих заболеваний.

Доктор медицины и философии, обладатель 43 почетных званий и почетный заседатель многих медицинских и научных ассоциаций, профессор Г. Селье написал более 1700 академических статей и 39 книг о природе стресса; его работы переведены на 17 языков. Он до сих пор является наиболее цитируемым автором в статьях о стрессе.

Подготовила **Ольга Татаренко**

Проктоседил®

5 КОМПОНЕНТІВ ДЛЯ ВПЛИВУ НА ВЕСЬ СИМПТОМОКОМПЛЕКС ГЕМОРОЮ

РЕКТАЛЬНІ КАПСУЛИ
ДЛЯ ЛІКУВАННЯ:
Внутрішнього геморою
Періанальної екземи
Проктиту
Післяпологового геморою
Геморою у перед-
і післяопераційний період
Тріщин в анальній ділянці

МАЗЬ ДЛЯ ЛІКУВАННЯ:
Зовнішнього геморою
Внутрішнього геморою
Періанальної екземи
Проктиту



Не варто жити, сидячи на кактусі!

Р.П. МОЗ України № UA/4443/01/01 від 19.04.06, № UA/4442/01/01 від 19.04.06.
Перед застосуванням уважно читайте інструкцію. Зберігати в недоступному для дітей місці.
Реклама: лікарський засіб. Представництво «Санофі-Авентіс Груп» в Україні.
Київ, 04050, вул. Пимоненка, 13, оф. 7С/51, тел.: (044) 490 68 38, факс: (044) 490 68 39.



sanofi aventis
Здоров'я — це важливо