



«Важно не то, что люди не видят решения, важно то, что они не видят проблемы».

Марк Перутц – основатель молекулярной биологии.

Республиканская научная медицинская библиотека продолжает знакомить читателей с интересными публикациями выдающихся медиков по теме **«Расстройства адаптации как следствие влияния стресса»**.

1. **Селье Г.** Очерки об адаптационном синдроме: пер. с англ. В. И. Кандора, А. А. Рогова / Г. Селье. – М.: Медгиз, 1960. – 254 с., процесс развития

Основные положения теории Селье могут быть изложены в четырех пунктах. Во-первых, все организмы имеют врожденные механизмы поддержки состояния внутреннего баланса или равновесия функционирования своих систем. Сохранить внутреннее равновесие – жизненно необходимое задание организма. Во-вторых, сильные внешние раздражители, так называемые стрессоры, нарушают это внутреннее равновесие. В третьих, процесс развития стресса и приспособление к нему проходит несколько ста-

дий. Время перехода от одной стадии к другой зависит от уровня сопротивления организма, интенсивности и продолжительности влияния стрессора. И в-четвертых, любой организм имеет органические резервы адаптационных возможностей, их истощение может привести к серьезным заболеваниям. Селье в 1936 г. Впервые предложил медицинскому обществу термин «стресс» и «адаптационный синдром».

1. **Анатомия стресса.** Ганс Селье и его последователи. – К.: Медкнига, 2011. – 128 с.

Для современного человека стресс является повседневным явлением. Однако от этого он не стал для нас менее разнообразным. Более того, многие

специалисты сходятся в том, что влияние стресса на нашу жизнь стало столь значительным, что приносит уже не только моральные страдания, но и ощутимый материальный ущерб.

Причем не только отдельным людям, но и целым странам, всей мировой экономике. В книге представлены материалы «отца» понятия «стресс» Ганса Селе, а также последователей в изучении данной проблемы. Затронуты проблемы диагностики, лечения и профилактики стресса.

3. Стресс и расстройства адаптации / Е. С. Акарачкова, О. В. Котова, С. В. Вершинина, Н. В. Рябоконе // Лечащий врач. – 2014. - № 6. – С. 61-65.

Е. С. Акарачкова с соавторами рассматривают стрессорный ответ организма при нарушениях адаптации как процесс, в основе которого лежит регуляция по принципу обратной связи. Модель, которую предложили авторы, выглядит так : стресс – эмоции – поведение – тело – мозг. Стрессорный ответ, который охватывает весь организм человека, влияет на работу головного мозга, а также на эмоции и поведение, проявляется соматическими и телесными нарушениями.

4. Антипова О. С. Расстройства адаптации: современные подходы к диагностике и терапии / О. С. Антипова // Нейро NEWS. – 2013. - № 3. – С. 29-32.

В рамках ответа на стрессовое явление О. С. Антипова выделяет несколько форм психической дезадаптации с соответствующими клиническими вариантами пограничных психических состояний – от адаптационных реакций до тяжелых посттравматических нарушений. По мнению автора, именно понятие «нарушения адаптации» получило широкое распространение в последние десятилетия. Именно эта диагностическая категория была впервые включена в третью редакцию Руководства по диагностике и статистике психических расстройств (DSM-III).



Заключение

Во время бессонных ночей профессор бесконечно перебирал собственное прошлое. Селье пытался понять, почему при одних и тех же обстоятельствах его знакомые ведут себя совершенно спокойно, а он впадает в панику. Ученый решил разобраться со своей жизнью и тем, во что она превратилась на химическом уровне. Спустя пять лет он нашел первое доказательство собственной теории - теории стресса.



Материал подготовлен:

Зав. информационно-библиографическим
отделом РНМБ

Н. А. Соловьева

Компьютерный набор и дизайн

Л. А. Гуцина