

Somatoformā veģetatīvā disfunkcija (veģetodistonija, veģetatīvā distonija)

Somatoformā veģetatīvā disfunkcija ir orgānu funkciju traucējumi, kas izraisa ķermeniskas sajūtas un ar to saistītas sūdzības, kam netiek atrasti medicīniski skaidrojumi.

Tā ir traucējoša, raīžu un šaubu pilna situācija, un to vēl grūtāku padara ārstu skaidrojumi pēc vairāku izmeklējumu un analīžu veikšanas, ka „nekas sliktas nav atrasts”, vai arī, ka atradne neatbilst sūdzību smagumam. Cilvēkam ir grūti noticēt, ka mokošajām izpausmēm, kuras reizēm samazina darba spējas un izteikti pasliktina dzīves kvalitāti, nevar īsti atrast medicīnisku izskaidrojumu. Doma, kas pacientam iezogas prātā – „visdrīzāk kaut ko palaiž garām”, un tas liek meklēt otrā un trešā ārsta viedokli. Vēlāk pievienojas jautājumi no darba devējiem un kolēģiem („kāpēc tik bieži slimo?”, „kas īsti notiek?”), jautājumi no ģimenes locekļiem vai draugiem („vai tiešām ir tik slikti?”, „kas īsti kaiš?”), kas vēl vairāk vairo šaubas un bažas par savu veselību.

Somatoformā veģetatīvā disfunkcija – būtība

Nosaukums atspoguļo stāvokļa būtību („soma” no latīņu valodas ir „ķermenis”) – pēc izpausmēm (pēc formas) ķermenisks, bet pēc būtības psihoemocionāls. Somatoformās veģetatīvās disfunkcijas attīstība ir izteikti saistīta ar veģetatīvās nervu sistēmas darbību, kura regulē iekšējo orgānu darbību un kuras darbība nav pakļauta cilvēka apzinātai kontrolei.

Izpausmes atgādina fiziskas saslimšanas, piemēram, var būt diskomforts vai sāpes vēderā, mainīga vēdera izeja, sirdsdarbības ritma izmaiņas, ko cilvēks var sajūst kā “pārsitienus”, diskomforts krūtīs, elpošanas dziļuma un ritma izmaiņas (“trūkst elpa”, smakšanas sajūta) un citas izpausmes.

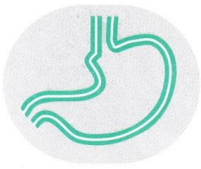
Emocionāli pārdzīvojumi - uztraukums, bailes, raizes, ilgstoša neapmierinātība, dusmas - organismā izraisa veģetatīvās nervu sistēmas darbības izmaiņas un aktīvu ķīmisko vielu sintēzes izmaiņas. Šādā veidā, caur veģetatīvo nervu sistēmu, endokrīno un citu sistēmu darbību, emocionāls pārdzīvojums vai ilgstošs stress var ietekmēt iekšējo orgānu darbību, radot to funkciju izmaiņas.

Viena no raksturīgākajām somatoformās veģetatīvās disfunkcijas pazīmēm – izmeklējumu rezultāti un analīzes parasti ir normālas vai minimāli mainītas, taču ķermeniskās sajūtas izteiktas un traucējošas.

Kad būtu jādomā par veģetatīvo disfunkciju?

Cilvēkiem, kas cieš no veģetatīvās disfunkcijas, var būt šādas sajūtas:

- sajūtas, kas saistītas ar veģetatīvās nervu sistēmas uzbudinājuma pazīmēm – visbiežāk paātrināta sirdsdarbība, sirdsklauves, svišana, sausums mutē, trīce
- mainīga rakstura fiziskās sajūtas, kuras cilvēks attiecina uz konkrētu orgānu vai orgānu sistēmu. Piemēram, sāpes vēderā ar mainīgu lokalizāciju, dedzināšanas, smaguma, spiediena vai arī uzpūšanās sajūtas, kas liek domāt par gremošanas orgānu slimībām;



- Linezera iela 6, RAKUS klīnika "Linezers", 1. stāvs, Rīga, LV-1006
 - Hipokrāta iela 4, RAKUS Latvijas Onkoloģijas centrs, 2. stāvs, Rīga, LV-1079
- Tālr.: 66901212, 26535389; fakss: 67040248; e-pasts: gastro@gastrocentrs.lv, www.gastrocentrs.lv

var būt klepus, elpas trūkums - sajūtas, kas rada aizdomas par elpošanas orgānu slimību; sirdsklauves, diskomforts, mainīga rakstura sāpes krūtīs liek domāt par iespējamo sirds saslimšanu; var būt dažādu ķermeņa daļu sāpes, tirpšanas sajūta, galvas reiboņi, saspringuma sajūta visā ķermenī vai kādā tā daļā.

Visas šīs sajūtas parasti pavada bailes no fiziskām saslimšanām, trauksme, šaubas, reizēm rodas bezpalīdzības sajūta.

Ko darīt, ja ir aizdomas par veģetatīvo disfunkciju?

Vispirms ir jākonsultējas ar savu ģimenes ārstu vai citu ārstu, lai veiktu nepieciešamos izmeklējumus. Ja izmeklējumu un analīžu rezultāti neliecina par fizisku saslimšanu, kā arī citas pazīmes liek domāt par iespējamu veģetatīvo disfunkciju, palīdzība jāmeklē pie ārsta psihoterapeita vai psihiatra.

Psihoterapija parasti ir efektīva metode somatoformās veģetatīvās disfunkcijas simptomu mazināšanai. Reizēm nepieciešama arī medikamentozā terapija vai medikamentu un psihoterapijas kombinācija. Par piemērotas terapijas izvēli katrā individuālā gadījumā jākonsultējas ar ārstu.

Dr. Anžela Pavloviča, psihoterapeite