Острая реакция на нагрузку

О реакции организма на нагрузку говорится в том случае, если он выходит из равновесия в результате экстремальной физической, психосоматической нагрузки или сильного душевного напряжения.

Примером подобного перенапряжения может явиться смерть близкого человека, пережитый несчастный случай, переезд в совершенно чуждые условия или местность и т.д.

Симптомы

- нарушения сна
- нарушения системы кровообращения
- ночные кошмары
- чувство страха и фазы депрессивного состояния
- проблемы с пищеварением, отсутствие аппетита
- интрузии, или так называемые «flash-backs»: переживание травмирующего события снова и снова
- возможность проявления всех видов психосоматических симптомов: например, неясные боли, жалобы в области гениталий и др.

Терапия

Сначала прорабатываются версии возможных причин жалоб и болезненных симптомов. На втором этапе пациент учится брать под контроль интрузии (повторное внутреннее переживание травмирующего события) до такой степени, чтобы они больше не смогли «накрыть» его с головой.

Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.
Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) patient@dk-allianz.de
© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH

Следующим шагом – индивидуально соотносящимся с конкретными требованиями к каждому отдельному случаю заболевания- является вырабатывание поведенческих стратегий, с помощью которых пациент должен будет справиться с экстремальными нагрузками и напряжением.

Для достижения этой цели мы привлекаем:

- имагинативный, фантазийный способ, то есть способность человеческого мозга не только воспроизводить неприятные и травмирующие образы и фантазии, но и вызывать представления, способные снять напряжение и обеспечить разгрузку;
- нарративная (повествовательная) терапия; под этой методикой подразумевается понимание собственной истории в таком ключе, который делает возможным интеграцию травмирующего события в личную историю как одного из её эпизодов.

В конечном итоге пациенты научаются не поддаваться воздействию травмирующего события, оно правда имеет место быть в личной истории и никуда не исчезнет, но не будет сказываться негативным образом на самочувствии и душевном здоровье человека.

Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.
Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) patient@dk-allianz.de
© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH