

ВСЕ ОТ НЕРВОВ?!

Поглощенные стремительным бегом жизни, редко кто из нас замечает, как все чаще по непонятным причинам раздражается, ссорится с близкими, замыкается, а иногда с любопытством поглядывает на «огненную» воду, лелея надежду облегчить жизненные тяготы. И, наверное, еще меньше людей догадывается обратиться за помощью или хотя бы за советом. А ведь промедление может серьезно сказаться на здоровье.

И только когда депрессия и плохое самочувствие не оставляют выбора, идем к врачу, нередко обращаясь не совсем по адресу для того, чтобы узнать, что же так негативно влияет на наше здоровье, кто и что может нам реально помочь, я обратилась к А. Г. Щуко, главврачу Республиканского центра медицинской реабилитации воинов-интернационалистов, опыт сотрудников которого помог не одной тысяче людей.

– Александр Геннадьевич, пожалуйста, несколько слов о создании центра.

– Решение было принято в связи с тем, что после распада СССР воины-интернационалисты остались несколько в стороне от проводимой государством льготной политики. В апреле 1994 г. приказом Министерства здравоохранения был образован наш центр, призванный оказывать специализированную помощь воинам-интернационалистам, которых на тот момент в республике было около 32 000.

– Насколько серьезно последствия поствоенного синдрома отразились на здоровье данной категории лиц?

– Достаточно серьезно, ведь основной стрессовый удар пришелся на психику. Все, кто в свое время прошел службу в других странах по оказанию интернациональной помощи (Корея, Ирак, Сомали и т. д.), выполнял свой долг перед Родиной, потом оказался перед фактом разрушения идеи, которой служил. Немаловажно и то, что боевые действия проводились на чужой территории, где столкновение с иной культурой и менталитетом не прошло бесследно. Последствия ужасов войны и запечатленные в памяти: они затухают, вновь обостряются. В зависимости от жизненных обстоятельств многие не справляются с давлением поствоенного синдрома, стремятся уйти в более воспринимаемый ими мир с помощью алкоголя или наркотиков. В свою очередь это несет разлад в семью.

– Я знаю, что у вас в центре помогают не только воинам-интернационалистам, но и людям, не связанным с военными действиями. В чем же их проблемы?

– Очень часто к нам обращаются с примитивной мотивировкой: «Доктор, у меня проблемы с нервами!». Хотя на самом деле под этим скрываются проблемы во взаимоотношениях в семье, с друзьями, на работе и т. д. Известно, что психологическое нарушение коммуникации является причиной дисбаланса человека в системе межличностных отношений. Плюс еще бешеный ритм жизни: множество стрессовых ситуаций, переутомление, неумение, нежелание поддерживать хорошее состояние. Нередко из-за этого возникают различные соматические заболевания и, как следствие, разлад в системе функционирования человеческого организма. Зачастую это зависит от того, как человек воспринимает окружающий мир.

– **Какие методы лечения применяются у вас в центре?**

– При необходимости мы проводим более углубленное обследование направленных к нам людей, осуществляя которое мы используем комплексный метод: медикаментозное лечение, физиотерапевтическое (различные процедуры, массажи), психотерапевтическое (психологическое консультирование). Замечу, что последнему мы уделяем серьезное внимание, ведь не зря говорят, что все от нервов. Поэтому наш психосоматический подход очень эффективен, так как идет воздействие не только на физиологию человека, но и на информационные составляющие его мировосприятия. И здесь нам помогают консультации психолога, китайская медицина: лечебная гимнастика, различные виды иглоукалывания и т. д. Для обычных граждан курс лечения у нас платный, но и они получают весь комплекс процедур.

Еще скажут, что наше здоровье зависит напрямую от того, насколько мы о нем заботимся, а значит, знает меру в еде, в напитках, не забываем о физической форме, умеем правильно расслабляться и работать.

М. Усова