

ФИЗИЧЕСКОЕ ВЛИЯНИЕ СТРЕССОВ

Стрессовые переживания раннего детства



Беспокойство появилось

(Беспокойство I)

Беспокойство, упрятанное в подсознание

Мозг функционирует как компьютер с базами данных. Стрессовые воспоминания записаны и хранятся и могут воспроизводиться сегодня в образной форме, в которой они когда-то произошли. Их могут всколыхнуть текущие стрессовые ситуации.

Ежедневные стрессовые переживания



Создаётся дополнительное беспокойство

(Которое мы можем назвать Беспокойство II)



Беспокойство II вздымает Беспокойство I

Нас беспокоит наше беспокойство. Мы реагируем не только на текущие стрессы, но также на эмоции, подавляемые нами в детстве. Беспокойство из всех трёх источников подавляется подсознательно или неосознанно. Беспокойство может стать маниакальным или психозом. Оно также может быть усвоено и вызвать депрессию.



Эмоциональная депрессия

Если беспокойство из всех трёх источников усвоено и осталось неразрешённым, человек впадает в депрессию.



Выброс адреналина

Результатом внутреннего стресса является выброс адреналина (адреналиновая железа отвечает за "борьбу или побег" и при стрессах всегда выделяет гормоны).



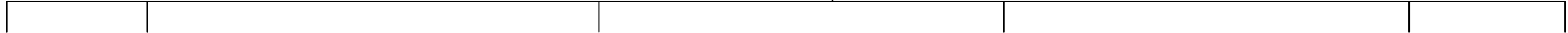
Рост содержания адреналина и норадреналина

Вначале содержание адреналина и норадреналина (также называемого норэпинефрином) растёт.



Стресс продолжается

Если человек не справляется с беспокойством, внутренний стресс будет продолжаться и начнутся биохимические изменения.



Уменьшение норэпинефрина

Согласно гипотезе, при стрессе система выделяет больше гормонов адреналина, но если стресс продолжается, система, в конце концов, истощается, и уровень норэпинефрина снижается. Принимая во внимание функцию норэпинефрина, это очень важно. Норэпинефрин является нейротрансмиттером в лимбической системе мозга, которая контролирует такие эмоции как депрессия или эйфория. Другими важнейшими нейротрансмиттерами являются серотонин и допамин. Когда норэпинефрин понижается до определенного уровня, депрессия становится физической и биохимической (в дополнение к эмоциональной).

Физическая (биохимическая) депрессия

Рекомендуются трициклические антидепрессанты.

Затронут гипоталамус

Норэпинефрин является основным регулятором секреции выделяемых гипоталамусом факторов, которые влияют на гипофиз.

Затронут гипофиз

Затронуто выделение гормонов

Это включает в себя гормоны роста, адренокортикотропный гормон, лютеинизирующий гормон, пролактин и стимулирующий щитовидную железу гормон.

Возможны эндокринные расстройства

Подавленная иммунная система

Это приводит к увеличению количества заболеваний инфекциями верхних дыхательных путей, простудами и вирусными инфекциями.

Затронута вегетативная нервная система

Гипоталамус контролирует вегетативную нервную систему, нервы которой доходят до всех органов тела. Таким образом беспокойство может заставить вегетативную нервную систему вызвать разнообразные физические симптомы, сопровождающие депрессию – частую изжогу, язву желудка, невроз желудка

