

## Как психотерапия спасает от аллергий?

Аллергия – это повышенная чувствительность организма к веществам различной природы, называемым аллергенами. В настоящее время известно более 20 тысяч аллергенов, начиная с пищевых продуктов и кончая загрязнителями окружающей среды. По разным причинам число аллергенов растет из года в год, как и аллергиков. И всех аллергиков так или иначе интересует проблема возможности избавления от этой неприятной и страшной по последствиям напасти.

Самым пугающим и грозным осложнением для аллергиков является развитие бронхиальной астмы, которая может привести к гормональной зависимости и тяжелой инвалидизации. К сожалению, когда впервые малыша приводят к аллергологам, многие специалисты сразу рисуют родителям нерадужную перспективу долгого, постоянного дорогостоящего лечения всю последующую жизнь без всякой надежды на излечение.

По уму, как это делается, например, в Америке, странах Запада, при лечении бронхиальной астмы психотерапия является обязательной, потому что бронхиальная астма – психосоматическая болезнь. Ей подвержены люди с тревожным, тревожно-депрессивным характером. Но вы редко встретите кого-то из врачей-терапевтов или аллергологов, который бы посоветовал комплексное лечение с обязательной психотерапией. Вместо психотерапии предлагаются успокоительные препараты или транквилизаторы, которые могут только временно снять напряжение и тревогу, тогда как психотерапевт работает над преодолением их причин, убирая провоцирующие болезнь факторы. Во многих случаях применение психотерапии позволяет серьезно снизить проявления болезни и часто позволяет ее победить, если вам посчастливится попасть к высокопрофессиональному специалисту.

Что касается аллергий различного происхождения, то современная психотерапия способна за короткий срок справиться с ними. Наиболее успешно решают проблемы аллергий психотерапевты, применяющие **полимодалый подход** (обладающие знанием и опытом работы в разных направлениях психотерапии), специалисты по нейро-лингвистическому программированию, эриксоновскому гипнозу, эмоционально-образной терапии и специалисты других направлений, целенаправленно работающие над причинами, провоцирующими аллергии.

Современный взгляд ряда направлений психотерапии на проблему происхождения

## Как психотерапия спасает от аллергий

Автор: admin

08.01.2011 16:57 - Обновлено 30.10.2014 03:05

---

аллергий таков: аллергия не что иное как фобия иммунной системы, которая по ошибке начинает причислять те или иные продукты, запахи и т.п. к опасным для жизни веществам и начинает активно защищать организм, отторгая их. Признаки этого отторжения, к сожалению, известны многим не понаслышке: это насморк, зуд, отеки, слезоточивость, кашель, одышка...

По разным данным, от 50 до 80 % аллергий могут быть успешно психотерапевтированы. В очень запущенных случаях психотерапия помогает снизить тяжелые проявления болезни, особенно это касается очень пожилых пациентов. Как показывает опыт, дети примерно с 2 лет могут быть взяты на психотерапию с применением игровых техник. Например, нередко аллергию на домашнюю пыль у детей провоцирует нервная обстановка в семье (постоянные скандалы, противоречивое воспитание и т.д.). Нелюбимая работа лаборанта может запустить аллергию на химикаты. А постоянный страх потерять нюх может спровоцировать аллергию у профессионального дегустатора. Часто аллергии развиваются после серьезных психотравм и инфекционных заболеваний, когда серьезно страдает иммунитет, и в таком состоянии он может дать парадоксальные реакции, выражающиеся в аллергических проявлениях.

К сожалению, не так часто врачи-аллергологи работают в тандеме с психотерапевтами, хотя многие знают, что, подключая психотерапию, они во многом определяют успех лечения. Создается впечатление, что некоторым врачам легче прописать дорогостоящее лекарство и обречь пациента на пожизненное упорное лечение, чем вылечить его. Как откровенно выразилась одна моя знакомая врач-аллерголог, если они будут направлять своих пациентов к психотерапевтам, то лишатся своих пациентов, которых они лечат всю жизнь.

Понимание аллергических реакций организма как фобии иммунной системы позволяет психотерапевтам применять обычные для работы с фобиями техники. Однако для того чтобы закрепить полученные результаты, необходимо качественно снизить повышенную тревожность и избыточное напряжение в тех или иных частях тела или во всем организме, изменить отношение пациента ко всем негативным переживаниям и воспоминаниям, которые могут провоцировать болезненные реакции. Иногда пациенты нуждаются в прохождении семейной психотерапии. Это необходимо, когда проблемы пациента тесно связаны с семейными отношениями или родительскими установками.

Автор - **Римма Дюсметова**

## Как психотерапия спасает от аллергий

Автор: admin

08.01.2011 16:57 - Обновлено 30.10.2014 03:05

---

[Источник](#)