

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ СНИЖЕНИЯ ЗРЕНИЯ

Т.О. Руденко

Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта, Калининград, Россия,
<https://orcid.org/0000-0001-8184-6259>,
eLibrary ID: 19221125, e-mail: imlu@mail.ru



Аннотация. В статье рассматриваются основные концепции, связанные с возникновением психосоматических заболеваний органов зрения. Психосоматические явления в этой области еще недостаточно изучены, что может снижать эффективность профилактики и лечения. В работе уделяется внимание психоаналитическим, характерологически-ориентированным и психофизиологическим концепциям, а также теориям, связанным с особенностями развития человека. Подчеркивается важность психофизического баланса для предотвращения психосоматических расстройств и отмечается необходимость проведения более глубоких психологических исследований.



Актуальность темы обусловлена недостаточной изученностью проблемы психосоматических предпосылок заболеваний органов зрения, тогда как число людей с различными нарушениями зрения постепенно растет.

К настоящему времени не накоплен достаточный материал, позволяющий провести связь между психосоматическими факторами и заболеваниями зрения. Цель исследования – выявить основные психосоматические причины, приводящие к снижению зрения. Задачи состоят в обзоре научной литературы по этой теме и обобщении выводов.

В ходе исследования был проанализирован ряд отечественных и зарубежных научных работ, посвященных проблеме психосоматики и заболеваний органов зрения.

Сделан вывод, что причинами возникновения психосоматических нарушений могут быть как внешние факторы, так и внутренние эмоциональные состояния. Для предотвращения и лечения данных нарушений необходимо учитывать их механизмы и индивидуальные особенности пациента.

Сейчас, тем не менее, нет достаточного теоретического и практического материала, который бы помог выявить взаимосвязь между определенными психологическими проблемами и заболеваниями зрения. Таким образом, психосоматические факторы нарушения зрения требуют дальнейших исследований.



Ключевые слова: психосоматика, нарушения зрения, офтальмология, заболевания зрения, миопия.

Введение. Статья посвящена концепциям, связанным с возникновением психосоматических заболеваний органов зрения. Поскольку психосоматические явления в этой области еще недостаточно изучены, эффективность профилактики и лечения может быть недостаточно высокой. В ходе исследования был проанализирован ряд научных работ с целью выявить, какие психосоматические факторы рассматриваются в качестве основных предпосылок снижения зрения. Были рассмотрены психоаналитические, характерологически-ориентированные и психофизиологические

концепции, а также теории, связанные с особенностями развития человека.



Актуальность. В настоящее время снижения зрения является распространенной проблемой, которая встречается не только у людей зрелого возраста, но также у детей и молодежи. Среди нарушений зрительных функций, наблюдаемых у взрослых и детей, близорукость (миопия) является наиболее распространенным. Более того, за последнее десятилетие число людей с этим нарушением зрения заметно выросло. Другими распространенными болезнями глаз явля-

ются дальнозоркость, катаракта, астигматизм и глаукома [10; 19].

Сейчас есть основания полагать, что снижение зрения в ряде случаев имеет психосоматические факторы, однако не накоплен достаточный материал, который позволил бы установить, как именно различные глубинные причины взаимодействуют между собой в каждом конкретном случае, приводя к тем или иным нарушениям зрения.

Методологическую основу статьи составляют теоретические подходы к пониманию психосоматики. Научное направление исследует заболевания, вызванные эмоциональным напряжением, изучает взаимосвязь перенесенного стресса и заболеваний, имеющих психогенную природу, а также рассматривает влияние особенностей поведения и характера на склонность к тем или иным соматическим заболеваниям [7; 9]. Для того чтобы выявить основные психосоматические предпосылки снижения зрения, был проанализирован ряд исследований, посвященных психосоматике в целом и психосоматике заболеваний органов зрения.

Современные представления о биопсихосоциальной природе болезней соответствуют положениям, высказанным еще в середине прошлого века. Тогда указывалось, что на возникновение и развитие любого соматического заболевания влияет ряд факторов: психологических, социальных, а также соматического характера. Следовательно, неправомерно разделять болезни на психические и соматические, так как болезнь представляет собой более сложный процесс, имеющий в себе, помимо физиологической, также и психологическую составляющую. Это указывает на необходимость в том числе и психотерапевтического лечения [1; 7].

Существуют многочисленные факторы, которые могут привести к психосоматическим расстройствам, такие как психологические, физиологические и социальные. Некоторые исследователи указывают на необходимость изучения не только психологических и социальных факторов, но также и культурных [13].

В настоящее время психосоматические расстройства рассматриваются как проявление психических нарушений, нашедших свое отражение на физическом уровне, а также – психических расстройств, вызванных физиологическими заболеваниями, на развитие которых повлияли психогенные причины [8].

Причины психосоматических нарушений могут быть внутренними (эндогенными) и внешними (экзогенными) по отношению к организму. Среди физиологических предпосылок психосоматических заболеваний выделяют нейрофизиологические, связанные с процессами в коре головного мозга, а также причины, связанные с сегментарно-рефлекторным аппаратом и другие [8; 17].

Психосоматические изменения связаны с физиологическими особенностями реакции на стресс. В основе психосоматических заболеваний лежат: физиологическая реакция, вызванная эмоциями, тоническое мышечное напряжение, вызванное стрессом, и негативное рефлекторное влияние, то есть переживание неприятных эмоций и физических ощущений в ответ на определенный стимул. Напряжение мышц, которое не исчезает длительное время, может привести к появлению различных психогенных синдромов и дискомфорта. Это состояние, называемое «застоем» мышечного напряжения, является одним из механизмов, которые могут привести к возникновению психосоматических заболеваний. [9; 15]. Психосоматическое нарушение можно определить как следствие общего неспецифического адаптационного синдрома, тогда как болезнь связана с изменениями внутри организма [1].

Существует много концепций, которые можно условно разделить на несколько групп. Одна из них – психоаналитические концепции. Согласно этим теориям, конфликты на уровне личности находят свое отражение на физиологическом уровне. Еще одна группа - характерологически ориентированные концепции. Они пытаются объяснить особенности возникновения психосоматических заболеваний через особенности личности [9]. Существуют также психофизиологические теории и

теории, связанные с особенностями развития человека.

К этой группе относятся также нейрогуморальные теории, которые объясняют взаимодействие между нервной и эндокринной системами организма в контексте психических процессов и заболеваний. Они предполагают, что психологические факторы, такие как стресс, могут вызывать изменения в функционировании нервной и эндокринной систем, что в свою очередь может привести к возникновению различных психосоматических заболеваний [2].

Помимо концепций, согласно которым неотрагированные отрицательные эмоции могут быть основой для развития психосоматических нарушений, существуют и другие, связывающие развитие заболеваний с трудностями в идентификации эмоций. Наконец, существуют теории, которые рассматривают психологические и соматические факторы как комплекс взаимосвязанных причин, приводящих к болезни [1; 9]. Таким образом, психосоматика призвана выявлять механизмы возникновения каждого заболевания [8; 11].

Существуют научные исследования, показывающие что в основе психосоматических заболеваний могут лежать различные психологические факторы, включая дистресс. Так, в одном из исследований было установлено, что среди обследуемых людей с нарушениями зрения психологический дистресс присутствовал в ста процентах случаев, при этом у большинства людей были обнаружены психосоматические заболевания и других органов. Несмотря на то, что причины дистресса не были обнаружены, были сделаны выводы, что нарушения зрения предупреждают о присутствии внутреннего конфликта, что требует дальнейших психологических исследований [17; 18].

Необходимо отметить, что психосоматические проблемы могут быть связаны с принятием себя, сложностями в отношениях с родителями или другими людьми, неудовлетворенностью социальным положением. В качестве причин можно рассматривать так называемые вторичные выгоды, которые человек получает от болезни, даже если их не осознает. Это может

быть возможность получать сочувствие и внимание от близких, чувствовать свою исключительность, снять с себя некие обязательства, отказаться от занятий или отношений, вызывающих дискомфорт или неудовлетворенность [8; 10].

Предполагается, что заболевания зрения могут являться следствием стремления нервной системы компенсировать психологический дискомфорт. Так, миопия может быть следствием неспособности самостоятельно справиться с проблемами. Одной из основных причин, указываемых в связи со снижением зрения, также является подсознательное нежелание замечать определенные события. Такое поведение связывают с особенностями взгляда на жизнь, которые могут быть причиной заболевания глаз [3].

Некоторые исследователи отмечают, что люди с миопией выражают нежелание рассматривать точки зрения, отличные от их собственных. Предполагается, что основная причина такого поведения заключается в том, что человек не желает видеть себя настоящим и не признает свои ошибки [11]. Кроме того, люди с близорукостью часто склонны осуждать других, так как слишком идеализируют себя. В таких случаях близорукость возникает как форма самозащиты от проблем, с которыми человек не может справиться сам [10].

Также замечено, что люди, страдающие от миопии, часто слишком заиклены на себе или ближайшем окружении. Они также с трудом могут делать прогнозы на будущее и строить планы на длительный срок [17]. Уже выявлена связь между наличием у пациентов определенных психологических особенностей и развитием глаукомы, но для того, чтобы убедительно доказать эту связь, требуются дополнительные исследования [6].

Таким образом, в результате анализа научных источников было установлено, что причинами возникновения психосоматических нарушений могут быть, помимо причин соматического характера, также внешние – социальные и культурные – факторы и внутренние эмоциональные состояния. Таким образом, помимо соматических причин снижения зрения, суще-

ствуют и психологические. В их число предположительно входят:

- неприятие человеком себя, недовольство собой,
- нежелание видеть что-то в себе или в своем окружении,
- очень большая сосредоточенность на себе и своем ближайшем окружении,
- неприятие точек зрения, отличных от его собственных,
- страх перед будущим,
- вторичные выгоды.

Для предотвращения и лечения заболеваний глаз необходимо учитывать их механизмы и индивидуальные особенности пациента.



Литература

1. Александер Ф. Психосоматическая медицина: Принципы и применение. - М.: Прогресс-Культура, 2014. 336 с.
2. Аракелов Г.Г. Стресс и его механизмы / Г.Г. Аракелов // Вестник Московского ун-та. Сер.14. Психология. 1995. №4. С. 54-62.
3. Афанасьева А.В. Медицинский психолог и психосоматический пациент. URL: <https://www.b17.ru/article/21111/>.
4. Бодров В.А. Психологический стресс: к проблеме его преодоления / В.А. Бодров // Проблемы психологии и эргономики. Тверь. 2001. №4. С. 43-52.
5. Бодров В.А. Психолого-физиологические механизмы развития функциональной напряженности, перенапряжения и переутомления / В.А. Бодров // Человеческий фактор: проблемы психологии и эргономики. Тверь. 2012. № 1. С. 12-19.
6. Волчегорский И.А. Использование русскоязычной версии опросника RNQ-9 для оценки аффективных нарушений у больных первичной открытоугольной глаукомой / И.А. Волчегорский, Е.В. Тур, О.В. Соляникова и др. // Уральский медицинский журнал. 2012. №1 (93). С. 50-57
7. Елисеев, Ю.Ю. Психосоматические заболевания (справочник) [Текст] / Ю.Ю. Елисеев. М.: АСТ, 2008. 608 с.
8. Исаев Р.Н. Психологический стресс и психосоматические расстройства в детском возрасте. Лекции. СПб.: изд-во ППМИ, 2014.
9. Малкина-Пых, И.Г. Психосоматика: Справочник практического психолога [Текст] / И.Г. Малкина-Пых. М.: Эксмо, 2005. 992 с.
10. Осипова И.В. Влияние психосоциального стресса на факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний у мужчин / И.В. Осипова, Н.В. Пырикова, О.Н. Антропова и др. // Кардиология. 2014. №3. С. 42-45.
11. Решетова П.С. Влияние стресса на снижение зрения / П.С. Решетова, П.А. Семёнов, И.И. Соболева // Вестник совета молодых учёных и специалистов Челябинской области. 2016. Т.4. №3 (14). С. 78-82.
12. Соболева Е.В. Обучение стратегиям совпадающего поведения / Е.В. Соболева, О.А. Шумакова // Материалы международной научно-практической конференции "Медицинская помощь при тяжелой термической травме (Уроки ашинской катастрофы 1989 года)". 2014. С. 105-108.
13. Фролова, Ю.Г. Концепции здоровья в психологической науке и практике. / Ю.Г. Фролова // Веснік БДУ. Серыя 3. Гісторыя. Філасофія. Псіхалогія. Паліталогія. Сацыялогія. Эканоміка. Права. 2007. № 1. С. 71-76.

Однако на сегодняшний день все еще не установлено, как именно в каждом конкретном случае взаимодействуют между собой психологические, физиологические и социальные факторы. Также не выявлено, какие из перечисленных выше психологических факторов действительно оказывают существенное влияние на развитие заболеваний органов зрения. Поиск таких закономерностей для каждого из заболеваний требует дальнейших исследований, так как позволит разработать более эффективную профилактику снижения зрения, а возможно, также поспособствует сокращению числа случаев заболеваний глаз в будущем.

14. Шевченко Д.Д. Тревожность как фактор развития психосоматических симптомов // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. 2020. С. 326-335.
15. Шумакова О.А. Сущность и особенности базовой культуры взаимодействия психолога образования с родителями / О.А. Шумакова // Вестник Орловского государственного университета. Серия: Новые гуманитарные исследования. 2011. №3 (17). С. 92-94.
16. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции / Ю.В. Щербатых. СПб.: "Питер", 2006. 256 с.
17. Arntz A., Ibañez C., Covarrubias T. Unexplained ocular and visual symptoms: The need for a psychosomatic approach in Ophthalmology // Archivos de la Sociedad Española de Oftalmología (English Edition), Volume 94, Issue 12, December 2019, Pages 575-578
18. Mark JR, Kulinich AG, Scher LM, Mannis MJ. Vision loss and psychopathology. Pan Am J Ophthalmol 2021;3:7
19. WHO Global Data on Visual Impairment. URL: www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/blindness-and-visual-impairment.

Финансирование. Исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов. Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Для цитирования: Руденко Т.О. Психосоматические предпосылки снижения зрения / Т.О. Руденко // Международные конференции. Педагогика и психология. 2023. Т. 2, № 2. С. 33-39.

Сведения об авторе

Руденко Татьяна Олеговна

магистрант 2 курса направления 37.04.01 «Нейронауки (психология)», Балтийский государственный университет имени Иммануила Канта. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8184-6259>, eLibrary ID: 19221125, e-mail: imlu@mail.ru.

Информация о научном руководителе

Реверчук Игорь Васильевич

доктор медицинских наук, профессор; заведующий кафедрой психиатрии и нейронаук Высшей медицинской школы Балтийского государственного университета имени Иммануила Канта. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3498-9094>, eLibrary ID: 14808921, e-mail: IReverchuk@kantiana.ru.

INTERNATIONAL CONFERENCES. PEDAGOGY AND PSYCHOLOGY

2023. vol. 2, no. 2. pp. 33-39.

PSYCHOSOMATICS OF THE EYE DISEASES

Rudenko T.O.

2d year master student, 37.04.01 'Neuroscience (Psychology)', Immanuel Kant Baltic Federal University. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8184-6259>, eLibrary ID: 19221125, e-mail: imlu@mail.ru.



Abstract. The article discusses the main concepts associated with the occurrence of psychosomatic diseases related to the eyes. Psychosomatic phenomena in this area have not yet been sufficiently studied, which may reduce the effectiveness of prevention and treatment. The work focuses on psychoanalytic, characterologically oriented and psychophysiological concepts, as well as

theories related to the peculiarities of human development. The importance of psychophysical balance for the prevention of psychosomatic disorders is emphasized and the need for conducting more profound psychological studies is acknowledged.

The importance of the topic stems from the inadequate research on the issue of psychosomatic factors in ocular disease, while the number of people with various visual impairments is gradually growing.

To date, sufficient material has not been accumulated to make a connection between psychosomatic factors and visual diseases. The aim of the research is to pinpoint the primary psychosomatic factors that result in loss of vision. The objectives are to review the scientific literature on this topic and summarize the findings.

In the course of the study, a number of national and international scientific publications were examined in regards to the matter of psychosomatics and visual organ diseases.

It has been established that psychosomatic disorders can be caused by both external factors and internal emotional states. In order to prevent and treat these disorders, it is important to consider their mechanisms and the specific characteristics of each patient.

Now, however, there is not enough theoretical and practical material that would help to identify the relationship between certain psychological problems and visual diseases. Thus, psychosomatic factors of visual impairment require further research.



Keywords: psychosomatics, visual impairment, ophthalmology, visual diseases, myopia.



References

1. Aleksander F. Psikhosomaticheskaya meditsina: Printsipy i primeneniye. [Psychosomatic Medicine: Principles and Applications]. M.: Progress-Kul'tura, 2014. 336 s. (In Russ.).
2. Arakelov G.G. Stress i yego mekhanizmy [Stress and its mechanisms]. / G.G. Arakelov // Vestnik Moskovskogo un-ta. Ser.14. Psikhologiya. 1995. №4. S. 54-62. (In Russ.).
3. Afanas'yeva A.V. Meditsinskiy psikholog i psikhosomaticheskiy patsiyent. [Medical psychologist and psychosomatic patient]. URL: <https://www.b17.ru/article/21111/>, accessed 14.04.2020 (In Russ.).
4. Bodrov V.A. Psikhologicheskii stress: k probleme yego preodoleniya [Psychological stress: to the problem of its overcoming]. / V.A. Bodrov // Problemy psikhologii i ergonomiki. Tver'. 2001. №4. S. 43-52. (In Russ.).
5. Bodrov V.A. Psikhologo-fiziologicheskiye mekhanizmy razvitiya funktsional'noy napryazhenosti, perenapryazheniya i pereutomleniya [Psychological and physiological mechanisms of development of functional tension, overstrain and overwork] / V.A. Bodrov // Chelovecheskiy faktor: problemy psikhologii i ergonomiki. Tver'. 2012. № 1. S. 12-19. (In Russ.).
6. Volchegorskiy I.A. Ispol'zovaniye russkoyazychnoy versii oprosnika PHQ-9 dlya otsenki affektivnykh narusheniy u bol'nykh pervichnoy otkrytougol'noy glaukomoy [Using the Russian version of the PHQ-9 questionnaire to assess affective disorders in patients with primary open-angle glaucoma] / I.A. Volchegorskiy, Ye.V. Tur, O.V. Solyannikova i dr. // Ural'skiy meditsinskiy zhurnal. 2012. №1 (93). S. 50-57 (In Russ.).
7. Yeliseyev, YU.YU. Psikhosomaticheskiye zabolevaniya (spravochnik) [Tekst] [Psychosomatic diseases (reference book)] / YU.YU. Yeliseyev. M.: AST, 2008. 608 s. (In Russ.).
8. Isayev R.N. Psikhologicheskii stress i psikhosomaticheskiye rasstroystva v detskom vozraste. Lektsii. [Psychological stress and psychosomatic disorders in childhood. Lectures.]. SPb.: izd-vo PPMI, 2014. (In Russ.).
9. Malkina-Pykh, I.G. Psikhosomatika: Spravochnik prakticheskogo psikhologa [Psychosomatics: Handbook of a Practical Psychologist [Tekst]] / I.G. Malkina-Pykh. M.: Eksmo, 2005. 992 s. (In Russ.).
10. Osipova I.V. Vliyaniye psikhosotsial'nogo stressa na faktory riska serdechno-sosudistykh zabolevaniy u muzhchin [Influence of psychosocial stress on risk factors for cardiovascular diseases

- in men] / I.V. Osipova, N.V. Pyrikova, O.N. Antropova i dr. // Kardiologiya. 2014. №3. S. 42-45. (In Russ.).
11. Reshetova P.S. Vliyaniye stressa na snizheniye zreniya [Influence of stress on vision loss] / P.S. Reshetova, P.A. Semonov, I.I. Soboleva // Vestnik soveta molodykh uchonykh i spetsialistov Chelyabinskoy oblasti. 2016. T.4. №3 (14). S. 78-82. (In Russ.).
12. Soboleva Ye.V. Obucheniye strategiyam sovpadayushchego povedeniya [Teaching strategies of coinciding behavior] / Ye.V. Soboleva, O.A. Shumakova // Materialy mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii "Meditsinskaya pomoshch' pri tyazheloy termicheskoy travme (Uroki ashinskoy katastrofy 1989 goda)". 2014. S. 105-108. (In Russ.).
13. Frolova, YU.G. Kontseptsii zdorov'ya v psikhologicheskoy nauke i praktike. [Concepts of health in psychological science and practice] / YU.G. Frolova // Vesnik BDU. Seryya 3. Gistoryya. Filasofiya. Psikhologiya. Palitalogiya. Satsiyalogiya. Ekanomika. Prava. 2007. № 1. S. 71-76. (In Russ.).
14. Shevchenko D.D. Trevozhnost' kak faktor razvitiya psikhosomaticeskikh simptomov [Anxiety as a factor in the development of psychosomatic symptoms] // Psikhologiya i pedagogika v Krymu: puti razvitiya. 2020. S. 326-335. (In Russ.).
15. Shumakova O.A. Sushchnost' i osobennosti bazovoy kul'tury vzaimodeystviya psikhologa obrazovaniya s roditelyami [The essence and features of the basic culture of interaction between the psychologist of education and parents] / O.A. Shumakova // Vestnik Orlovskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Novyye gumanitarnyye issledovaniya. 2011. №3 (17). S. 92-94. (In Russ.).
16. Shcherbatykh YU.V. Psikhologiya stressa i metody korrektsii [Psychology of stress and methods of correction] / YU.V. Shcherbatykh, SPb.: "Piter", 2006. 256 s. (In Russ.).
17. Arntz A., Ibañez C., Covarrubias T. Unexplained ocular and visual symptoms: The need for a psychosomatic approach in Ophthalmology // Archivos de la Sociedad Española de Oftalmología (English Edition), Volume 94, Issue 12, December 2019, Pages 575-578
18. Mark JR, Kulinich AG, Scher LM, Mannis MJ. Vision loss and psychopathology. Pan Am J Ophthalmol 2021; 3:7
19. WHO Global Data on Visual Impairment. URL: www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/blindness-and-visual-impairment, accessed 09.10.2022.

Поступила в редакцию 14.03.2023. Прошла рецензирование и рекомендована к опубликованию 20.04.2023.



Это произведение доступно по лицензии Creative Commons «Attribution-NonCommercial» («Атрибуция – Некоммерческое использование») 4.0 Всемирная – <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4>.