

*Автор: врач-кардиолог детской поликлиники С.Амбражевич*



**Вегетативная дисфункция** — комплекс функциональных расстройств, обусловленный нарушением регуляции сосудистого тонуса и приводящий к развитию неврозов, артериальной гипо- и гипертензии и вследствие этого ухудшению качества жизни. Это состояние характеризуется утратой нормальной реакции сосудов на разные стимулы: они либо сильно сужаются, либо расширяются. Такие процессы нарушают общее самочувствие человека.

Вегетативная дисфункция довольно распространенное явление, периодически проявляется у 15% детей, у 80% взрослых и у 100% подростков. Женщины страдают вегетативной дисфункцией в несколько раз чаще, чем мужчины.

**Соматоформная дисфункция вегетативной нервной системы** — это психогенное состояние, сопровождающееся симптомами соматических заболеваний при отсутствии органических поражений. Симптомы у таких пациентов весьма разнообразны и непостоянны. Они посещают разных врачей и предъявляют неопределенные жалобы, которые не подтверждаются при обследовании. Некоторые специалисты считают, что эти симптомы симуляция, на самом же деле они причиняют больным много страданий и имеют исключительно психогенную природу.

Вегетативная дисфункция **проявляется множеством самых разных симптомов и признаков:** астенизация организма, сердцебиение, бессонница, тревога, панические атаки, одышка, навязчивые фобии, резкая смена жара и озноба, онемение конечностей, тремор рук, миалгия и артралгия, боль в грудной клетке, субфебрильная температура, дизурия, дискинезия желчевыводящих путей, обмороки, гипергидроз и гиперсаливация, диспепсия, дискоординация движений, колебания давления.

**Для лечения** расстройств вегетативной нервной системы широко применяются

немедикаментозные методы лечения, такие как фитотерапия, нормализация режима дня, улучшение качества питания и занятие физкультурой. В некоторых случаях (только по назначению врача) может применяться медикаментозное лечение (в основном - для снятия симптомов во время острых приступов).

**В качестве профилактики** вегетативных расстройств рекомендуется вести здоровый образ жизни, соблюдать режим питания и сна, а также не подвергаться продолжительным стрессам и адекватно на них реагировать.