

Ж.И. Струговец, Е.М. Ноздрина
**ОСОБЕННОСТИ ПАТОГЕНЕЗА ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ
И ВЕГЕТАТИВНЫХ РАССТРОЙСТВ В УСЛОВИЯХ ХРОНИЧЕСКОГО
СТРЕССА**

Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. А.В. Чантурия
Кафедра патологической физиологии
Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Z.I. Struhavets, E.M. Nozdrina
**FEATURES OF PATHOGENESIS OF PSYCHOSOMATIC
AND AUTONOMIC DISORDERS IN CHRONIC STRESS**

Tutor: PhD, associate professor A.V. Chanturiya
Department of Pathological Physiology
Belarusian State Medical University, Minsk

Резюме. В статье рассмотрены распространенность и основные патофизиологические механизмы развития психосоматических и вегетативных расстройств при хроническом стрессе. Представлены результаты анкетирования 150 респондентов (курсанты, офицеры, студенты-медики), подтверждающие высокую распространенность стресса и ассоциированных нарушений. Обоснована необходимость комплексного подхода к профилактике и терапии.

Ключевые слова: хронический стресс, психосоматические расстройства, вегетативные нарушения, патогенез, аллостаз.

Resume. This article examines the prevalence and primary pathophysiological mechanisms of psychosomatic and autonomic disorders associated with chronic stress. The results of a survey of 150 respondents (cadets, officers, and medical students) are presented, confirming the high prevalence of stress and associated disorders. The need for a comprehensive approach to prevention and treatment is substantiated.

Keywords: chronic stress, psychosomatic disorders, autonomic dysfunction, pathogenesis, allostasis.

Актуальность. Хронический стресс представляет собой продолжительную активацию адаптационных реакций организма под воздействием неблагоприятных факторов. В современных реалиях он перестал быть временной мобилизующей реакцией и превратился в постоянный патогенный фактор, лежащий в основе 30–66% обращений к врачам общей практики.

Цель: анализ распространенности и патофизиологических механизмов развития психосоматических и вегетативных расстройств при хроническом стрессе.

Задачи:

1. Изучить нейрогуморальные механизмы перехода эустресса в дистресс.
2. Выявить ключевые патогенетические звенья формирования артериальной гипертензии, тиреотоксикоза, язвенной болезни и вегетативных синдромов при хроническом стрессе.
3. Оценить распространенность стресса и связанных нарушений среди лиц стрессовых профессий.

Материалы и методы. Проведено анкетирование 150 респондентов (60 курсантов и офицеров, 90 студентов медицинского университета). Использован метод анонимного опроса, статистическая обработка – описательная статистика.

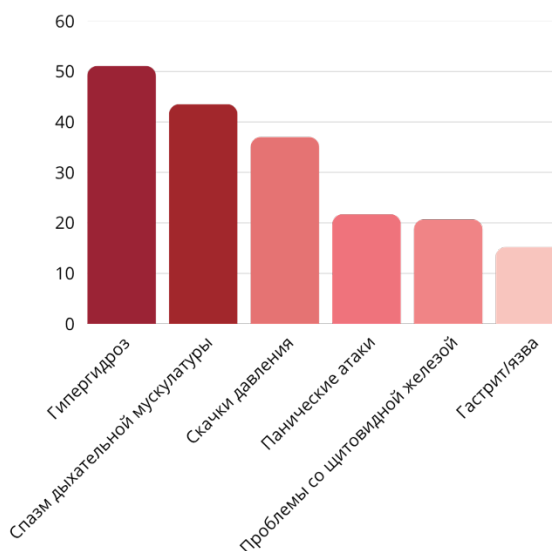
Анализ литературных источников выполнен по базам PubMed, eLibrary, CyberLeninka.

Результаты и их обсуждение. Анкетирование показало, что хронический стресс различной степени выраженности отмечают 82% опрошенных (рис. 1).



Диагр. 1 – Распространенность стресса среди опрошенных

Психосоматические и вегетативные нарушения выявлены у 67% респондентов.

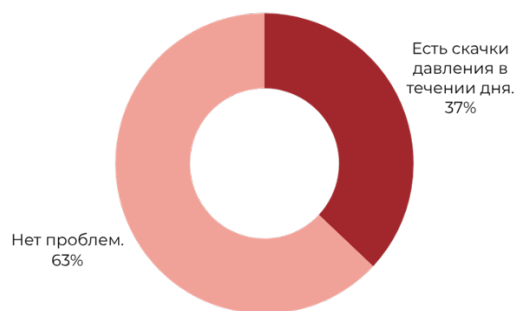


Диагр. 2 – Распространенность психосоматических и вегетативных нарушений

С позиций современной патофизиологии переход стресса в дистресс происходит при срыве механизмов аллостаза – способности организма поддерживать гомеостаз через активное приспособление к стрессорам. Хронический стресс ведет к гиперсекреции кортикотропин-рилизинг-гормона, повышению уровня АКТГ и кортизола, что формирует порочный круг: психологический стресс →

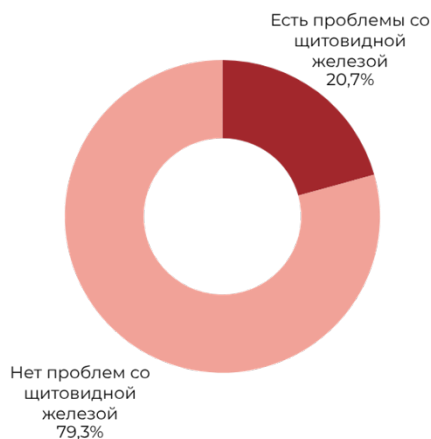
воспаление → поражение органа-мишени → усиление болевой импульсации → усиление стресса.

Артериальная гипертензия. Длительное психоэмоциональное напряжение – доказанный фактор риска артериальной гипертензии. Ключевые звенья: дисрегуляция ГГН-оси и САС, активация РААС, эндотелиальная дисфункция. Среди наших респондентов повышение артериального давления, ассоциированное со стрессом, отметили 37%.



Диагр. 3 – Распространенность артериальной гипертензии среди опрошенных

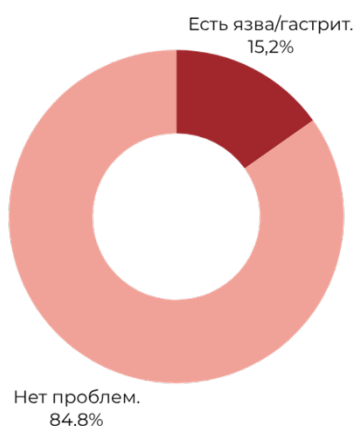
Тиреотоксикоз. Стресс вызывает сдвиг иммунного ответа в сторону провоспалительных цитокинов (ИЛ-6), нарушение толерантности к антигенам щитовидной железы и, при генетической предрасположенности, продукцию стимулирующих аутоантител к рецептору ТТГ. Распространенность стресс-индуцированных нарушений функции щитовидной железы в нашем исследовании составила 12%.



Диагр. 4 – Распространенность тиреотоксикоза среди опрошенных

Язвенная болезнь. Хронический стресс нарушает равновесие между факторами агрессии и защиты слизистой желудка (ишемия, гиперсекреция соляной кислоты, нарушение микроциркуляции, снижение регенерации).

Распространенность язвенной болезни желудка в нашем исследовании составила 15%.



Диагр. 5 – Распространенность язвенной болезни среди опрошенных

Вегетативные расстройства. Формируется психовегетативный синдром с дисбалансом симпатического и парасимпатического отделов ВНС. В основе синдрома вегетативной дистонии лежит дисфункция гипоталамуса и ретикулярной формации. Панические атаки (вегетативные кризы) связаны с патологической активацией лимбико-ретикулярного комплекса. Эссенциальный гипергидроз развивается вследствие формирования в ЦНС патологической доминанты, симпатической гиперактивности и сенсibilизации М-холинорецепторов.

Выводы:

1. Хронический стресс запускает сложный каскад патофизиологических реакций с центральным звеном – дисрегуляцией ГГН-оси и вегетативной нервной системы, что при срыве адаптации приводит к аллостатической нагрузке и истощению резервов организма.
2. Анкетирование 150 человек подтвердило высокую распространенность стресса (82%) и связанных психосоматических/вегетативных нарушений (67%).
3. Понимание механизмов требует сочетания фармакотерапии (вегетостабилизаторы, анксиолитики) с психотерапией, направленной на повышение стрессоустойчивости и формирование активной жизненной позиции.

Литература

1. Чантурия, А.В. Патофизиология стресса / А.В. Чантурия, С.А. Сушков. – Минск : БГМУ, 2021. – 48 с.
2. McEwen, B.S. Stress and the individual: mechanisms leading to disease / B.S. McEwen, T. Seeman // Archives of Internal Medicine. – 1999. – Vol. 159, No. 15. – P. 1713–1721. – DOI: 10.1001/archinte.159.15.1713. – Режим доступа: <https://doi.org/10.1001/archinte.159.15.1713> (дата обращения: 19.05.2026)
3. Судаков, К.В. Системные механизмы эмоционального стресса / К.В. Судаков. – М. : Медицина, 2019. – 320 с.
4. Хаспекова, Н.Б. Диагностика и лечение вегетативных расстройств при стрессе / Н.Б. Хаспекова // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2019. – Т. 119, № 11. – С.

112–118. – DOI: 10.17116/jnevro201911911112. – Режим доступа:
<https://doi.org/10.17116/jnevro201911911112> (дата обращения: 19.05.2026)

5. Гримм, А.В. Панические атаки: патофизиология и терапия / А.В. Гримм, Е.С. Лебедева // Медицинская панорама. – 2022. – № 3. – С. 22–26.