

**В.Д. Трошин. Стресс и стрессогенные расстройства: диагностика, лечение и профилактика. М: Медицинское информационное агентство 2007; 784**

*V.D. Troshin. Stress and stress-induced disorders: diagnostics, treatment and prevention. M 2007; 784*

Для успешной борьбы с патологическими проявлениями стресса и его осложнениями специалистам должны быть понятны общие механизмы его развития, позволяющие подвести теоретическую базу под этим крайне распространенным явлением. Именно эту цель и поставил перед собой автор рецензируемой монографии, обобщив известные данные по обсуждаемому вопросу и внося собственные представления о формировании стресса.

Монография состоит из предисловия, введения, общего и специального разделов, каждый из которых делится на главы.

Предложенный в 30-е годы прошлого столетия Г. Селье термин «стресс» из простого определения: «неспецифический ответ организма на любое предъявляемое ему требование» превратился в своего рода монстра, обросшего многочисленными дополнениями и уточнениями, бесчисленными каузальными факторами, общими и частными теориями происхождения и развития. Попытка охватить суть проблемы в целом предпринята автором во введении, где изложены как классические гипотезы адrenaловых механизмы стресса, известные еще со времен Г. Селье, так и современные воззрения на причины стресса, его роль в адаптации к окружающей среде, кратко приведены результаты физиологических и психофизиологических исследований по этому вопросу.

Общий раздел начинается с первой главы «Парадигма духовно-генетического детерминизма». В ней читатель знакомится с научным и мировоззренческим кредо автора, согласно которому духовные и генетические начала человека тесно взаимодействуют при посредничестве ЦНС. Он пишет: «Мозг человека — это духовно-социальное и биологическое явление, это продукт эволюции биосферы и следствие духовного и социального развития». Автор отстаивает свою позицию, опираясь на рассуждения научных авторитетов, а также приводя собственные умозаключения, основанные на закономерностях развития общества, эволюции и истории христианской церкви.

Судьба и гены в понимании автора определяют не столько жизнь человека, сколько отношение к ней, потому вторая глава «Адаптация и стресс» является логическим продолжением первой. В ней обсуждаются общие и частные механизмы реактивности, адаптации и дезадаптации. Автор, ссылаясь на работы В.П. Казначеева, Л.Х. Гаркави, Н.П. Бехтеревой, Г.Н. Крыжановского и др., подчеркивает, что стереотипная общая реакция на действие раздражителей, обозначенная Г. Селье как стресс, имеет очень широкий диапазон проявлений, что зависит от индивидуальных особенностей реактивности и адаптации живой системы.

Согласно классическим представлениям Г. Селье, в основе приспособительной деятельности организма лежит количественно-качественный принцип: на слабые раздражители развивается реакция тренировки, на раздражители средней силы — реакция активации, на сильные — реакция

стресса (истощения), из которой вытекает понятие дистресс. Именно дистресс, а не стресс, имеет значение для развития патологии и в конечном счете для медицины.

В третьей главе «Патогенетические и саногенетические основы стресса» читатель найдет объяснение тонких различий, существующих между обычным стрессом, названным автором физиологическим, и дистрессом — стрессом патологическим. Естественно, что задачей врача является не объяснение патологических проявлений стресса (хотя и это немаловажно), а своевременное их обнаружение и лечение. Поэтому четвертая глава «Системно-интегративная диагностика состояний организма» посвящена этому аспекту стресса. Представленные в ней материалы отражают реакции человека не только в соматической, но и нервно-психической, а также духовно-психологической сфере.

Название пятой главы «Интегративная терапия стрессогенных расстройств» полностью определяет ее содержание и особенность книги в целом. В этом отношении обратим внимание на то, что в этой главе имеется раздел «Духовная терапия», под которой автор понимает религиозные, магические, культурологические и психологические методы врачевания. При этом он довольно искусно переходит от одного метода к другому, не замечая некоторых их противоречий.

Завершает общий раздел глава «Интегративная стрессопротективная». В ней наиболее ярко обнаруживаются эрудиция, широта взглядов и большой интерес автора к народной медицине. В этой главе содержатся как размышления о смысле жизни, духовном призвании, нравственном поведении, так и очень полезные советы по самомассажу, аутотренингу, фито-, бальнео-, апитерапии и т.п.

Специальный раздел монографии содержит довольно сухие научные отчеты многочисленных учеников автора, хотя и в этой части книги можно найти много интересного (диета по Красногорскому при лечении энуреза; рекомендации в отношении правильного поведения заложникам террористов). Но в целом он дает представление о масштабах научной деятельности автора книги. Для этого достаточно познакомиться с его содержанием, где имеются главы «Стресс и нервно-психические расстройства», «Стрессы и сердечно-сосудистые заболевания», «Стресс и желудочно-кишечные заболевания», «Стресс и онкологические заболевания», «Стресс и боли», «Боевые стрессы и стрессогенные расстройства», «Экологические стрессы и психонейросоматические расстройства».

Рецензируемую монографию можно назвать самобытным энциклопедическим трудом, где проведена попытка собрать воедино теологические, социологические, психологические и физиологические аспекты стресса. Это действительно интегративный подход, с позиции которого и должны решаться проблемы здоровья общества и личности.

*И.Г. Мясников (Москва)*