

Метеозависимость

Титр: Федор Александрович Евдокимов, кандидат медицинских наук, доцент кафедры факультетской терапии Института материнства и детства Пироговского Университета.

Погода вкладывается в понятие метеочувствительность. Она, естественно, больше ориентирована на людей с заболеваниями и заболеваниями сердечно-сосудистой системы. То есть влияет на тех, у кого есть колебание артериального давления на все эти перепады. Холодно-жарко, высокое атмосферное давление, низкое давление.

Привычные жалобы для людей, страдающих артериальной гипертензией - головная боль, слабость, может быть головокружение. То есть такие проявления неврологической симптоматики, связанные с высокими цифрами артериального давления. Для здоровых людей метеочувствительность не должна проявляться.

Это не значит, что она не оказывает влияния. То есть изменения климатические, они, конечно, оказывают влияние на организм, просто здоровый организм, он еще имеет возможность сопротивляться этому. В любом организме заложены механизмы компенсации каких-то негативных воздействий извне. Вот когда эти механизмы компенсации срываются, истощаются, тогда наступает заболевание.

И естественно, ни о каком здоровье говорить нельзя. Поэтому теоретически здоровые люди, они не должны ощущать колебания вот этих вот погодных явлений. Но это не значит, что погода не оказывает на них влияние. Просто их организм устойчив.

Если человек считает себя здоровым и вдруг начинает как-то не так реагировать на погоду, слабость, вялость, сонливость - это уже звонок к тому, что надо обратиться к специалисту по вопросу обследования. Наверное, в организме что-то происходит, какой-то сбой, который может закончиться и заболеванием достаточно серьезным. То есть это первый такой звоночек для того, чтобы обратить внимание на свое здоровье. Вот.

Что низкое давление, что высокое, - оно не плохо отражается на самом деле самочувствии, потому что, если низкое давление, человек ощущает апатию, слабость. Если высокое давление, то это, как правило, головная боль, головокружение, подташнивание. То есть разная клиника при низком и высоком давлении. Но что низкое, что высокое давление - это плохо. С высоким давлением люди чаще сталкиваются, поэтому выработана методика борьбы.

Есть прекрасные группы препаратов, которые можно применять для снижения артериального давления, схемы лечения больных гипертонической болезнью, чтобы не допустить повышение давления в определенных ситуациях. С низким давлением тут несколько сложнее. Оно встречается не так часто, как высокое артериальное давление, но препаратов, повышающих это давление значительно меньше.

А самое главное, что низкое давление - это всегда опасность какой-то катастрофы в организме. То есть если человек намерил у себя низкое давление, то, в общем-то, лучше обратиться за помощью, потому что это может быть все, что угодно, от кровотечения до инфаркта миокарда.

На самочувствие в контексте "странной" зимы в этом году может влиять все. Эта зима непонятная, она для нас необычна.

Тут и перепады погодные, и различные визуальные аспекты (непривычно, что нет снега). Мы приучены к тому, что у нас зима снежная, холодная. И вот неправильная такая погода, как ее называют, европейской зимы, к которой мы не привыкли, она тоже оказывает влияние на самочувствие.

Потому что это идет через психологическое непонимание. У нас другие зимы, мы привыкли к другим климатическим условиям. А тут вот такое вот непонятное. То есть это тоже воздействие на психологию.

Психология влияет на эндокринную, нейрогуморальную систему, на центральную, вегетативную. Все системы организма как-то воспринимаются, соответственно, это отражается на настроении, а настроение отражается на самочувствии.