

KDYŽ TĚLO ŘEKNE „NE“

11-1 Syndróm dráždivého tračníka

Syndróm dráždivého tračníka

- Je to funkčná porucha-symptómy sa nedajú vyšetriť žiadnou anatomickou, patologickou alebo biochemickou abnormalitou ani infekciou.
- Pacienti trpia neurózou, túžia po pozornosti alebo sú závislí na liekoch.
- Lekári im neveria.
- Tieto príznaky majú aj ľudia s chronickým únavovým syndrómom a fibromyalgiou.
- Disfunkcia nespočíva iba v samotných črevách.

Nervový systém

- Kľúčovým faktorom je spôsob, akým bolesť registruje, vyhodnocuje a interpretuje nervový systém.
- Fyziologické signály z čriev sú prenášané a spracovávané nervovým systémom a mozgom iným spôsobom, ako obyčajne.
- Lekári začínajú objavovať odlišnosť vo fyziológii mozgu týchto pacientov.
- Pozitronová emisná tomografia-PET-metóda skúmania.

Emócie a mozog

- U pacientov dochádza pri bolestiach k aktivácii prefrontálnej kôry mozgovej, kde sú uchované spomienky spojené s emóciami.
- Slúži k interpretácii momentálnych stimulov, fyzických i psychických, vo svetle zážitkov z minulosti, ktoré môžu siahať až do detstva.
- Aktivácia tejto časti mozgu znamená, že sa odohráva nejaká emočne významná udalosť.
- U ľudí, ktorí sú vystavení chronickému stresu, sa prefrontálna kôra a nadväzujúce časti mozgu držia v stave ostražitosti-vyhlížení nebezpečia.
- Aktivácia prefrontálnej časti mozgu nie je vedomý proces, ale automatickou reakciou na stimuláciu nervových dráh naprogramovaných dávno v minulosti.
- Za týmito zmenami v reakcii nervového systému, stojí vysoká miera výskytu týrania, alebo zneužívania-sexuálne zneužívanie/fyzické týranie.
- Ako môže psychická trauma ovplyvniť v mozgu vnímanie bolesti?
- Črevá reagujú na emočné stimuly sťahmi svalov, zmenami v prúde krvi a vylučovaním biologicky aktívnych látok.
- Črevá sú hojne popretkávané senzorickými nervami, ktoré odovzdávajú zhromaždené informácie do mozgu.
- Väčší počet nervových spojení stúpa z čriev do mozgu, ako ich zostupuje z mozgu do čriev.
- Mozog odovzdáva črevám cez oči, nos, uši interpretáciu dát, ako ich vnímajú emočné centrá v mozgu.
- Následne fyziologické reakcie v črevách tieto emočné interpretácie posilňujú.

Bolesť

- Signály, ktoré následne vysielajú črevá do mozgu, potom vnímame ako bolesti v bruchu.
- Potrebujeme správne nakalibrovaný termostat pre bolesť a iné vnemy.
- K prepuknutiu syndrómu dráždivého tračníka prispievajú tak vonkajšie, tak vnútorné stresory.
- Medzi vonkajšie patrí týranie či zneužívanie v detstve a iné patologické stresy, ktoré spôsobujú zmeny v reaktivite na stres.
- U predisponovaných ľudí vedú k zvýšenej náchylnosti voči nástupu dráždivého tračníka.
- Neskôr v živote potom môžu infekcie, chirurgické zákroky, antibiotiká a psychosociálne stresy viesť k prepuknutiu a zhoršeniu tohto syndrómu.

Zdroj: Dr. Gabor Maté, *Když tělo řekne NE*, Praha, Peoplecomm, 2022

