

Nazwa „**nerwica**” jest właściwie pojęciem historycznym, jeśli chodzi o nazewnictwo psychiatryczne, ale nadal jest powszechnie używana do określania chorób z kręgu tzw. z **aburzeń lękowych**

. Powodem pojawiania się tych zaburzeń jest albo

przewlekły stres

, tak częsty w dzisiejszym świecie, albo wystąpienie nagłego traumatycznego zdarzenia.

Czasem jednak samemu choremu trudno jest uzmysłwić sobie, co w jego życiu jest źródłem stresu. Nie bez znaczenia są też cechy osobowości chorego, mające decydujące znaczenie jeśli chodzi o zdolności adaptacyjne w trudnych sytuacjach.

Objawy występujące w zaburzeniach lękowych są bardzo liczne i różnorodne, występują też w różnych konfiguracjach. Pacjenci skarżący się na: bóle głowy, kołatania serca, klucie w klatce piersiowej, uczucie dławienia w gardle, nagle pojawiające się duszności, biegunki, obfite pocenie, bóle, drętwienie kończyn, skurcze mięśni lub częste oddawanie moczu, zazwyczaj trafiają po kolei do lekarzy różnych specjalności, zanim ostatecznie są kierowani do psychiatrii.

Często mają po drodze wykonywane liczne badania specjalistyczne, które po kolei wykluczają **choroby somatyczne**

. Mimo wszystko to dobrze, że tak się dzieje, bo pozwala na wykluczenie innych możliwych przyczyn dolegliwości i szybkie postawienie rozpoznania i co za tym idzie leczenie. Należy wiedzieć, że

zaburzenia lękowe

potrafią imitować objawy praktycznie każdej choroby somatycznej. Wymienione powyżej symptomy chorobowe, nie wyczerpują bynajmniej

długiej listy możliwych objawów nerwicy

. W zależności od rodzaju zaburzeń, objawy mogą pojawiać się w związku z konkretnymi sytuacjami (np. w autobusie, w kościele, przy wychodzeniu z domu), lub nagle i pozornie bez związku z jakąkolwiek sytuacją, gdy pacjent np. spokojnie siedzi w fotelu przed telewizorem.

W łagodnych zaburzeniach lękowych wystarczające może być podjęcie psychoterapii u doświadczonego psychoterapeuty. Jeżeli

a **psychoterapii** jest

niewystarczająca, lub zaburzenia powodują zbyt duże cierpienie chorego, konieczne jest podjęcie leczenia farmakologicznego u lekarza psychiatry. Pewne postaci zaburzeń lękowych powodują tak znaczne utrudnienia w codziennym funkcjonowaniu chorego, że l

eczenie farmakologiczne

jest po prostu

koniecznością

, która może umożliwić chorym powrót do satysfakcjonującego funkcjonowania bez lęku w codziennym życiu.

Zaburzenia lękowe często dotyczą ludzi młodych, czynnych zawodowo, na wysokich stanowiskach. Często ludzie Ci wstydzą się zgłosić ze swoim problemem do psychiatrii, obawiają się też czy leki nie „zmienią ich osobowości”, czy będą mogli prowadzić samochód i prowadzić aktywne życie. To niepotrzebne obawy, współczesna farmakologia, oferuje leki dla

ludzi aktywnych zawodowo, które nie powodują sedacji i obniżenia sprawności psychomotorycznej. Im wcześniej podejmie się leczenie zaburzeń lękowych, tym większa szansa na pełne wyleczenie i szybsze usunięcie objawów.

Zbyt długie zwlekanie z podjęciem leczenia powoduje coraz większe trudności w codziennym funkcjonowaniu i utrwalanie oraz nasilanie się dolegliwości, leczenie jest wtedy trudniejsze i długotrwałe.

Nie warto więc czekać.

Zrób pierwszy krok w stronę życia bez lęku.