

Έντονος Θυμός -Ποια προβλήματα υγείας



Όταν

θυμώνουμε, νιώθουμε νεύρα, άγχος, οργή, και πολλές φορές εκδηλώνουμε επιθετικότητα. Μας συμβαίνει όταν μας πληγώνουν, μας προσβάλλουν, μας υποτιμούν, μας τραυματίζουν ψυχικά ή ακόμα και μόνο με την αίσθηση ότι είμαστε πολύ κοντά στον να βιώσουμε αυτά τα αρνητικά συναισθήματα. Η επερχόμενη απειλή του ψυχικού πόνου, ιδίως αν έχουμε πονέσει πολύ στο παρελθόν, μπορεί να πυροδοτήσει το συναίσθημα του θυμού. Μερικές φορές ο έντονος θυμός μπορεί να είναι αποτέλεσμα κάποιων προβλημάτων υγείας ή και φαρμάκων! Ποιες παθολογικές καταστάσεις μπορεί να σας κάνουν να νευριάζετε με το παραμικρό;

Υπερθυρεοειδισμός: Οι αντιδράσεις θυμού, όπως οι φωνές με το παραμικρό, μπορεί να προκαλούνται από τον υπερθυρεοειδισμό. Αυτή η διαταραχή που αφορά ως επί το πλείστον τις γυναίκες προκύπτει σταδιακά όταν ο αδένας παράγει μεγάλη ποσότητα θυρορμόνης. Αυτή η ορμόνη επηρεάζει ό,τι έχει να κάνει με τον μεταβολισμό, ενώ φτάνει μέσω της κυκλοφορίας του αίματος να επηρεάζει και τον εγκέφαλο.

Διαβήτης: Τα χαμηλά επίπεδα σακχάρου μπορεί να προκαλέσουν ξεσπάσματα επιθετικότητας. Η υπογλυκαιμία είναι κάτι που συμβαίνει σε όσους πάσχουν από διαβήτη τύπου 1, αλλά και 2. Μέσα σε ελάχιστα λεπτά μπορεί να οδηγήσει σε επιθετική συμπεριφορά, θυμό, σύγχυση και ανησυχία. Τα χαμηλά επίπεδα σακχάρου επηρεάζουν όλο τον ιστό, συμπεριλαμβανομένου και του εγκεφάλου.

Υψηλή χοληστερόλη: Η υψηλή χοληστερίνη επηρεάζει τη διάθεση είναι ότι ρίχνει τα επίπεδα της σεροτονίνης, της ορμόνης της ευτυχίας, στον εγκέφαλο. Ιδιαίτερα ευερέθιστοι ασθενείς βελτιώθηκαν σχεδόν αμέσως όταν άρχισαν να λαμβάνουν στατίνες.

Ηπατική φλεγμονή: Πολλές ασθένειες του ήπατος, όπως η κίρρωση και η ηπατίτιδα, μπορεί να έχουν ως αποτέλεσμα την ηπατική εγκεφαλοπάθεια. Αυτή επιφέρει αλλαγές προσωπικότητας, όπως επιθετική και προσβλητική συμπεριφορά.

Νόσος Γουίλσον: Αυτή η γενετική διαταραχή, που επηρεάζει έναν στους 30.000 ανθρώπους, προκαλεί συσσώρευση χαλκού στο ήπαρ ή στον εγκέφαλο. Αποτέλεσμα είναι η πρόκληση βλαβών στον ιστό του εγκεφάλου και συγκεκριμένα στον μετωπιαίο λοβό, που ευθύνεται για την προσωπικότητα.

Κατάθλιψη: Τα χαρακτηριστικά της κατάθλιψης δεν είναι μόνο ο λήθαργος και η θλίψη. Μπορεί επίσης να προκαλέσει θυμό και ανησυχία. Αυτό συμβαίνει κυριώτερα στους άνδρες.

Αλτσχάιμερ: Όταν αυτή η νόσος εξελίσσεται, στο 90% των ασθενών κάνουν την εμφάνισή τους μια σειρά από συμπεριφοριστικά και ψυχολογικά συμπτώματα. Μεταξύ αυτών καταγράφονται οι εκρήξεις θυμού που εκδηλώνονται αρκετά χρόνια μετά τη διάγνωση της ασθένειας, η οποία επηρεάζει διάφορες περιοχές του εγκεφάλου, μεταξύ των οποίων και ο μετωπιαίος λοβός που ευθύνεται για την προσωπικότητα.

Επιληψία: Οι πάσχοντες από επιληψία μπορεί να έχουν ξεσπάσματα θυμού αμέσως μετά από μια κρίση. Πρόκειται για παρενέργεια της διαταραχής της ηλεκτρικής δραστηριότητας του εγκεφάλου, η οποία επιφέρει έτσι και αλλιώς την κρίση. Στην σπάνια περίπτωση που η επιληψία προκαλεί θυμό, αυτός μπορεί να διαρκέσει από λίγα λεπτά μέχρι και μέρες.

Το προεμμηνορρησιακό σύνδρομο: Προκαλείται από την πτώση του επιπέδου των ορμονών, όπως τα οιστρογόνα και η προγεστερόνη, την εβδομάδα πριν ξεκινήσει η περίοδος. Αν και δεν έχει γίνει ακόμη κατανοητός ο μηχανισμός με τον οποίο επηρεάζει τη διάθεση της γυναίκας, φαίνεται να επιδρά στη σεροτονίνη. Το ίδιο μπορεί να παρατηρηθεί και κατά την εμμηνόπαυση.

Αγχώδεις διαταραχές: Οι ασθένειες που μπορούν να προκαλέσουν άγχος είναι:
Νευρολογικές (επιληψία, ημικρανία, όγκοι του εγκεφάλου, εγκεφαλίτιδα, σκλήρυνση κατά πλάκας, νόσο του Πάρκινσον)
Καρδιαγγειακές (αρρυθμία, καρδιακή ανεπάρκεια, πνευμονία, άσθμα, εμφύσημα, χρόνια βρογχίτιδα, σύνδρομο υπεραερισμού)
Μεταβολικές (ανεπάρκεια βιταμίνης B12, πελλάγρα)
Του ενδοκρινικού συστήματος (υπερθυρεοειδισμό, υπερλειτουργία, φαιοχρωμοκύττωμα)
Συστημικές παθήσεις (καρκίνος, αυτοάνοσες ασθένειες, μολύνσεις διαφόρων ειδών)

Φάρμακα: Ηρεμιστικά, υπνωτικά, αγχολυτικά, αντικαταθλιπτικά, τα αναισθητικά, τα αναλγητικά, μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη, τα καρδιαγγειακά φάρμακα (αντιυπερτασικά), του θυρεοειδούς, βρογχοδιασταλτικά, τα οιστρογόνα. Τα υπνωτικά, όπως οι βενζοδιαζεπίνες, οι οποίες συνταγογραφούνται εκτός από την αϋπνία και για το στρες, δρουν επιβραδύνοντας τη λειτουργία του εγκεφάλου. Ωστόσο, σε ανθρώπους που έχουν ήδη επιθετικότητα, μπορεί να τους προκαλέσει έξαρση των ξεσπασμάτων τους.

Ουσίες: Αλκοόλ, αμφεταμίνες, κάνναβη, κοκαΐνη, τα παραισθησιογόνα (έκσταση, LSD), οπιούχα.

Τα συμπτώματα συνήθως εξαφανίζονται με την αναστολή της ουσίας.

Αν βλέπετε ότι με τον καιρό και παρά τις προσπάθειές σας δεν μπορείτε να διαχειριστείτε το θυμό σας, τότε είναι καλό να ζητήσετε τη βοήθεια ενός ειδικού για να το προσπαθήσετε μαζί.

Πηγές: medlabgr.blogspot.com- offsite.com.cy