

## Když běžný lékař nepomůže: Psychosomatika u dětí

Všechny maminky to znají, ten pocit strachu a bezmoci, kdy jejich dítě něco trápí. Své ratolesti pak svěřujeme do rukou lékařů či léčitelů. Ale co když na nic nepřijdou? Co když opakovaná nachlazení, bolesti břicha nebo hlavy nebo i vážnější problémy nemají fyziologické vysvětlení? A pokud ho mají, tak proč takové nepříjemnosti trápí zrovna Vaše dítě? A pokud zvažujete, zda není možné, že Vaše dítě simuluje, věřte, že u dětí je mnohem častější psychosomatizace.

U dětí se somatizace objevuje velmi často. Uvádí se, že častěji než u dospělých. Děti ještě nejsou tak zdatné ve slovní zásobě a nemají tolik zkušeností, proto své problémy nedokážou vyjádřit slovně, tím pádem se projeví na těle. Děti také neumí zpracovávat negativní pocity a emoce, nemůžeme tedy čekat, že si hravě poradí se stresem, úzkostí či negativními myšlenkami.

Může se stát, že ani opakované návštěvy lékaře a předepisované léky nezabírají a dítěti se problémy v různých podobách stále vrací. V takové situaci je vhodné zvážit návštěvu psychosomatika. Takového odborníka nebude zajímat jen fyzický stav, ale člověk jako celek. Bude se zajímat o životní příběh dítěte, o všechny aspekty, které mohou aktuálně ovlivňovat jeho psychiku a zdraví, o jeho pocity a nálady. Nebude se zajímat jen o zahnání příznaků, ale bude hledat prapříčiny neduhů dítěte.

### Konkrétní problémy dětí a možné příčiny

Příčiny a reakce na různé situace jsou velmi individuální, pojďme se podívat na ty nejčastější:

#### Bolest hlavy

Ta je u dětí častá. Pokud se na ni podíváme z pohledu psychosomatiky, objevuje se u dětí, které hluboce touží po ocenění, jsou akční a jen tak neumí odpočívat a zkrátka vypnout. Mají toho takzvaně „plnou hlavu“. Bolest může být vzkazem, že by si dítě už opravdu mělo odpočinout.

#### *Kašel a další nemoci horních cest*

U těchto dětí je možné, že málo projevují emoce, především hněv, což následně kompenzuje kašlem. Pokud dítě prožívá negativní emoce, dech je mělčí, úzkost s sebou pak přináší nepravidelné a povrchní dýchání. U chronického kašle se může vyskytovat závislost na matce či rodinné konflikty.

#### Zácpa

Tento problém se může vyskytovat u dětí s úzkostí s depresí nebo v sociální izolaci. Dítě tím může vyjadřovat potřebu, aby se o něj někdo staral a měl ho rád. Může to být také reakce na rozchod rodičů, dítě to vyloženě „nemůže strávit“.

#### *Časté škytání*

Může se objevovat u dětí, jejichž rodiče se k nim často chovají nepředvídatelně, tedy jednou velmi pozitivně a pak najednou velmi negativně, například střídání přílišné přísnosti a velké benevolence, to v dítěti vyvolává obrovský zmatek a nejistotu, co přijde.

#### *Onemocnění srdce a cév*

Tato onemocnění mohou být způsobována úzkostmi, které plynou z příliš vysokých nároků od rodičů nebo učitelů, děti pak chtějí za každou cenu splnit očekávání, ale někdy to je nad jejich síly.

#### *Kožní onemocnění*

Zde je to jednoduché. Problémy s kůží mohou symbolizovat neukojenou touhu po dotecích. Kůže nám zprostředkovává kontakt s okolím, proto je jejím prostřednictvím vyjadřován jeho nedostatek.

Psychologická poradna MOJRA, [www.mojra.cz](http://www.mojra.cz)