

Psychosomatyka to dział nauki zajmujący się rozpatrywaniem zależności pomiędzy czynnikami psychicznymi a ich wpływem na organizm człowieka.

Wpływ stanów psychologicznych na zdrowie znany jest od dawna, ale nie zawsze poświęcano mu należytą uwagę. Dopiero dziś uważa się, że wiele współczesnych chorób wywodzić się może bezpośrednio ze stresu.

Współczesne badania mają na celu znalezienie czynników natury psychicznej w powstawaniu chorób somatycznych oraz wpływu na ich przebieg.

Niedyspozycje i słabości psychosomatyczne dotyczą kilku poziomów:

- wymiar emocjonalny jest zwróceniem uwagi na stany człowieka, które mogą trwać krótko, ale nawet w sposób permanentny osłabiać organizm;
- poziom funkcjonalny odpowiadający za ogólne problemy, które ingerują bezpośrednio w działanie organizmu jako całości;
- problemy związane z konkretnymi narządami i tkankami.

Każdy z symptomów zagraża wysokiej jakości życia, jakiej każdy z nas życzy sobie na co dzień.