**Нейро-циркуляторная дистония (НЦД)**

Термин **НЦД (или ВСД)**, увы, знаком очень многим. Но не всегда правильно представляют себе, что это, собственно говоря, такое. Итак, попробуем разобраться. НЦД - нейро-циркуляторная дистония. "Нейро" - имеющий отношение к нервной системе, "циркуляторный" - имеющий отношение к циркуляции крови в организме (т.е. в нашем случае, к кровеносным сосудам), "дистония" - нарушения тонуса (в данном случае - сосудистого). ВСД - вегето-сосудистая дистония. "Вегето" - имеющий отношении к вегетативной нервной системе (это один из отделов нервной системы, отвечающий за нормальную работу внутренних органов, сосудов, почек, сердца, кишечника и т.д.), "сосудистый" - имеющий отношение к сосудам (кровеносным), "дистония" - уже понятно.

Таким образом, мы видим, что эти понятия очень близки и включают в себя нарушение тонуса сосудов, обусловленное нарушениями в нервной системе. К сожалению, подобное определение не отражает всей сути заболевания. Но в основе действительно лежат нарушения нормальной вегетативной регуляции деятельности внутренних органов. К сожалению, эти нарушения редко ограничиваются каким-то одним органом или системой организма. Обычно они генерализованы (т.е. разлиты, распределены, относятся ко всему или почти ко всему организму). Поэтому, хотя основные жалобы могут касаться преимущественно какой-то одной области, в той или иной степени страдает весь организм. А какие области могут поражаться чаще всего?

Чаще всего выделяют пять основных симптомокомплексов: **кардиалгический** (боли в сердце, сердцебиения. замирание в сердце, перебои в сердце и т.д.), **респираторный** или дыхательный (учащенное дыхание, невозможность сделать глубокий вдох, затруднение вдоха, неожиданные глубокие вдохи), **дисдинамический** или колебания АД (повышение или понижение), **терморегуляторный** или колебания температуры тела (повышение t тела до 37-38C может носить как постоянный, длительный, так и приступообразный, пароксизмальный характер, равно как и понижение t до 35С и ниже), **диспепсический** или расстройства желудочно-кишечного тракта (боли в животе, тошноту, рвоту, отрыжку, нарушения моторной функции кишечника, зачастую связанные с нервным напряжением и т.д.).

Кроме этого, практически у всех больных отмечаются те или иные неврологические расстройства и астенизация (слабость, быстрая утомляемость (кстати, утомляемость, возникающая при крайне небольшой нагрузке и в отсутствии органических изменений, практически всегда свидетельство вегетативной дисфункции), плаксивость, раздражительность, головные боли). Помимо этой клинической картины, которая может быть выражена в той или иной степени, у многих больных встречаются и т.н. **вегетативные кризы** или вегетативные пароксизмы.Это ситуационно (например, стресс на работе) или другим образом (например, менструацией) обусловленный вегетативный всплеск, стремительно вовлекающий в свою орбиту множество систем организма и обладающий, вследствие этого, многочисленностью и разнообразием проявлений.

Жалобы могут быть самые разнообразные, чаще других встречаются жалобы на одышку, нехватку воздуха, сильное сердцебиение или пульсация во всем теле, озноб или дрожь, дискомфорт в груди, ощущение внутреннего напряжения, нереальности окружающего мира, головокружение, тошнота, изменение походки, ухудшение зрения или слуха, потеря речи или голоса. Я так подробно описываю эту клинику не для того, чтобы напугать своих читателей (тем более, что все эти явления преходящи и кратковременны). Я всего лишь хочу показать, насколько многообразны могут быть проявления вегетативной дисфункции, скрывающиеся под маской НЦД.

Но не забывайте, что постановка диагноза НЦД является весьма ответственным делом, именно из-за многообразия проявлений, которые могут весьма успешно скрывать действительно серьезные и опасные заболевания. Ну, и конечно, любое проявление вегетативной дисфункции (несмотря на свою доброкачественность) требует своего лечения и коррекции.И в заключение мне хотелось бы привести синонимы, под которыми могут формулироваться симптомы вегетативной дисфункции. Почти каждый из этих терминов имеет свои нюансы применения, но для нас это сейчас не имеет значения. Итак, "нейро-циркуляторная дистония", "вегето-сосудистая дистония", "синдром вегетативной дисфункции", "невроз сердца", "вегетативно-эндокринная миокардиодистрофия", "предменструальный синдром", "функциональная кардиопатия", "гипервентиляционный синдром", "психовегетативный синдром", "паническая атака" и др.