Психосоматика боли: исследование хронических болей через связь психологии, социологии и неврологии

Несмотря на широкое распространение, ученые до сих пор не знают, почему некоторые люди страдают от хронических болей. В новом исследовании ученые подходят к этому вопросу с совершенно разных сторон, исследуя роль денег и психики.

От хронических болей страдают более 20% взрослых в США.

По данным Центра по контролю и профилактике заболеваний (CDC), на хронические боли жалуются примерно 1 из 5 взрослых людей в Соединенных Штатах. Почти половина этих людей жалуются на то, что боль часто ограничивает их повседневную деятельность.

Ученые связали хронические боли с зависимостью от опиоидов, тревожностью, депрессией и снижением качества жизни среди прочего. На протяжении многих лет исследователи пытались понять причины хронических болей, подходя к ним с разных сторон. Например, некоторые исследовали социологические аспекты хронической боли в поисках социальных факторов риска, таких как более низкий доход или статус занятости. Другие рассматривали роль психологических особенностей. Например, по словам авторов последнего исследования, некоторые более ранние исследования пришли к выводу, что катастрофизация и страх боли являются ее «мощными предикторами».

Фактически, авторы объясняют, что многие сейчас считают психологические факторы «более важными предикторами хронической боли», чем сама по себе травма.

Однако, некоторые исследования пытаются связать воедино психологию, деятельность мозга и экономические факторы.

Свяжем все воедино

Последняя исследовательская работа, появившаяся в журнале PLOS Biology, направлена на то, чтобы связать все нити вместе и сформулировать способ выработки более целостного взгляда на хроническую боль.

Во-первых, команда оценила, как психологические черты, связанные с хронической болью, взаимодействуют с общими типами личности. Во-вторых, они использовали функциональное МРТ (фМРТ) сканирование, чтобы увидеть насколько они могут идентифицировать хроническую боль, связанную с паттернами активности.

В-третьих, поскольку исследователи уже определили, что социально-экономические факторы играют определенную роль при хронических болях, то они добавили их в уравнение.

Ученые взяли данные из исследования, в котором участвовали люди с хронической болью в спине. Все участники заполнили подробные анкеты, в которых была собрана информация о личностных чертах и социально-экономических факторах. Для исследования 62 участника посетили лабораторию 6 раз. В четырех случаях они прошли фМРТ-сканирование в состоянии покоя. Еще 46 участников заполнили анкеты, но не прошли сканирование мозга.

В состоянии покоя фМРТ-сканирование измеряет активность мозга, когда человек не занят познавательной деятельностью. Эти снимки дают представление о функциональной

организации мозга. Авторы исследования обнаружили четыре кластера показателей среди участников. Два вида из этих показателей, которые они назвали чертой боли и чертой эмоций, оказались особенно важными.

Черта боли и черта эмоций

Болевой признак включает в себя традиционные факторы, которые, по мнению ученых, уже увеличивают тяжесть хронической боли, такие как катастрофизация и страх боли. Люди с таким показателем были более склонны к тому, чтобы сообщить об усилении болей.

Черта эмоций, однако, оказалась защитной реакцией. Этот показатель включает оптимизм, более низкие уровни нейротизма и способность к осознанности.

По мнению авторов, черта эмоций – это черта характера, которая «как бы компенсирует и противодействует негативному эмоциональному воздействию хронической боли». Эти измерения также были отражены в сканировании фМРТ в состоянии покоя и соответствовали тому, что авторы называют «нейро-чертами». Эти нейро-черты оказались стабильными, и исследователи наблюдали их во всех четырех случаях сканирования мозга.

Нейронные связи, которые стали активироваться как часть этих нейронных черт, не были ограничены областями мозга, которые имеют дело с болью. Вместо этого, они распространяются на участки мозга, которые, по мнению ученых, играют определенную роль, например, в катастрофизации.

Роль финансового благополучия

Команда исследователей обнаружила, что люди с более высоким уровнем дохода были лучше защищены от хронических болей. Люди с более низкими доходами сообщили о более высоких показателях боли и роста инвалидности. Эти результаты перекликаются с результатами предыдущих работ в аналогичном ключе.

Например, исследование, в котором рассматривалась роль финансовой стабильности при хронических болях, показало, что «экономические трудности были связаны не только с большей подверженностью ежедневным финансовым заботам, но и с большей уязвимостью к боли в дни, когда человека переполняли переживания о финансовом благополучии».

Как объясняют авторы новой статьи, эта связь с доходом может быть обусловлена и другими факторами, которые они не рассматривали в этом исследовании. Такие факторы как воспитание, политика и культура. Несмотря на это, они пришли к выводу, что полученные результаты подтверждают идею о том, что «корни хронических болей кроются не только в биологии, но и тесно связаны с социальным фактором». Авторы отмечают некоторые ограничения в исследовании. Например, они исключили людей с умеренной или тяжелой депрессией, что, по их мнению, может «ограничить обобщаемость» выводов.

В дальнейших проектах исследователи хотели бы сделать анкеты еще более подробными. Это исследование не учитывало широкий спектр потенциально важных факторов, таких как рабочая среда, семейное положение и доступ к системе здравоохранения.

Кроме того, в исследование было включено лишь небольшое количество участников, у всех них были хронические боли в спине. Возможно, что полученные результаты не распространяются на население в целом или на другие виды хронических болей. Тем не менее, эти результаты являются отправной точкой для дальнейших исследований. А данный подход обеспечивает новый способ исследования этой довольно плохо изученной проблемы.

www.психблог.рф
Оригинальная статья: Tim Newman - Chronic pain research: Linking psychology, sociology, and neuroscience, August 2019
Перевод: Остренко Анна Александровна
Редактор: Симонов Вячеслав Михайлович, Шипилина Елена Ивановна
Источник изображения: pixabay.com
Ключевые слова: психосоматика, психология боли, хронические боли в спине, психосоматика хронической боли в спине.

