Чек-лист | Эксперт

5 признаков психосоматики

Сегодня хочу рассказать как понять, что у вас есть психосоматика. Если все болит и ничего не помогает. Если проведены все возможные обследования, а врачи только разводят руками и говорят, что все хорошо. Что с этим делать и куда бежать? Давайте разберемся поподробнее. Психосоматика стоит на стыке медицины и психологии. У человека есть жалобы, но они не подтверждаются никакими обследованиями. Зачастую это связано с многочисленными переживаниями, которые человек хранит в себе. Далее я привожу 5 самых распространенных признаков психосоматики

- [ ] **1.** Перебои в работе сердца
- [ ] **2.** Проблемы с пищеварением
- [ ] **3.** Головные боли и боли в спине
- [ ] **4.** Изменения кожи
- [ ] **5.** Затруднение дыхания

Нередко вышеперечисленные проблемы со здоровьем являются следствием непрожитых эмоций, с которыми некогда разбираться. Да и на здоровье времени, а главное желания, не всегда хватает. Кто из нас не сталкивался с такой ситуацией? Чтобы понять почему болит голова, часто надо пройти несколько врачей, кучу анализов и дополнительных обследований. И благое желание позаботиться о своем здоровье может превратиться в круги ада. Тут на сцену выходит консультант по эмоциям. Это специалист, который познакомит со своими чувствами и переживаниями. Покажет связь тела, мыслей и эмоций. Переведет сигналы тела на доступный сознанию язык. А

главное покажет как избавиться от дискомфорта. Я помогаю справиться с психосоматикой через эмоции. Имею 15 летний врачебный стаж и собственный опыт работы с психосоматикой. Научу помогать себе самостоятельно. Если хотите наконец перестать страдать, пишите в личку http://vk.com/psyhoemotion

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: https://checklists.expert

как это убрать?