

Стресс (от англ. *stress* — напряжение), или общий адаптационный синдром, — генерализованная неспецифическая реакция организма на необычные по характеру, силе или продолжительности воздействия факторы, характеризующиеся стадийностью развития: активацией защитных процессов и последующим их угнетением. Поскольку эти процессы являются общими для всех ответов организма на физиологические или патогенные раздражители, они называются также общим адаптационным синдромом.

Основоположником учения о стрессе был **Г. Селье** (1950 г.). Под стрессом он понимал неспецифические процессы, имеющие приспособительный (адаптивный) характер, возникающие в ответ на разнообразные раздражители. Адаптация к воздействию фактору включает неспецифичные, общие для всех влияний изменения в организме — стресс или общий адаптационный синдром, и

[специфичные проявления](#)

, характерные для воздействующего фактора. Например, выбросы адреналина, гипергликемия, повышение артериального давления возникают при многих экстремальных воздействиях, но каждое повреждение (термический ожог, разможнение тканей) имеет свою характерную клиническую и морфологическую картину.

Г. Селье описал основные стадии стресса и его нейрогормональные механизмы, указал на возможность возникновения патологического стресса, протекающего с повреждением тканей — **дистресс**.

В современном понимании стресс — форма реактивности организма, его генетически запрограммированное свойство отвечать на разнообразные внешние или внутренние

раздражители неспецифичным по отношению к повреждающему фактору комплексом защитных и приспособительных реакций. Стресс обладает нейрогормональным механизмом, подготавливающим организм к специфическому ответу на действие раздражителя, и способствующим его развитию во времени. Поскольку острый стресс имеет предупредительное значение, в некоторых случаях симпатoadреналовая реакция возникает до осознания стрессового события (сопутствуя автоматическим двигательным реакциям), а вегетативные компоненты, сопровождающие стресс (уровень артериального давления, мышечное напряжение), часто имеют избыточный характер по отношению к силе и значимости воздействия.



Интересные статьи:

- 1) [Микроскопические признаки апоптоза](#)

- 2) [Болезнь Ходжкина](#)

3) [Частые формы рака](#)