**Psychosomatická medicína:**

Obor zabývající se potížemi ze všech úhlů, základem je biopsychosociální model – přístup, synonymum – celostní medicína.

Požaduje, aby krom biologických faktorů byly v diagnostice, léčbě a rehabilitaci a prevenci brány v úvahu i psychologické, sociální, event. spirituální faktory.

**Hlavní rozdíl mezi stonáním a chorobou: Stonání = ilness X choroba = disease**

Subjektivně pociťovaná nepohoda X objektivní porucha v organismu

Potíže X objektivní nález (vědecky ověřené)

Léčba racionální i alternativní X kauzální léčba

**Stres:** sociální (organizační), psychologický (obtížně řešitelná situace), fyziologický (biol. příčina)

**Mechanismus stresu – 3 fáze:**

Stresor – vnímání stresu – rozhodnutí – bezpečné (stop stresu) X nebezpečně (poplachová reakce) – útok / útěk – coping – účelný (stop stresu) X neúčelný – rezistence - vyčerpání