



# Не хмурьте брови

Новость на грани сенсации: у медиков появилась возможность по-новому влиять на психику людей. И таким образом лечить депрессии и управлять эмоциями. В чем суть этого нового подхода? Кому может пригодиться такое лечение?

Рассказывает спикер междисциплинарной конференции «Экология мозга», доктор медицинских наук, президент Межрегиональной общественной организации специалистов ботулинотерапии, врач-невролог **Ольга Ратмировна Орлова**.

## — О каком новом способе управления эмоциями идет речь?

— Речь идет о совершенно новом направлении в прикладной медицине — коррекции эмоционального статуса путем воздействия на внешний облик человека. Этим вопросом занимаются специалисты в области молодой прикладной науки — эстетической неврологии.

Она объединяет две, казалось бы, разные сферы — неврологию и эстетическую медицину. Однако несколько лет назад мы поняли, что на самом деле они глубоко взаимосвязаны.

Кожа и нервная система имеют колоссальную близость. Мало того, что они развиваются из одного эволюционного зачатка и потому имеют общие проявления болезней, кожа также является как бы универсальным зеркалом внутренних проблем. С одной стороны, во внешнем облике человека, в состоянии его кожи, его мимике отражаются нарушения разных органов и систем. С другой — изменения

во внешности влияют на состояние нервной системы. А если это так, то воздействие на внешность, на мимику способно одновременно изменить и наши переживания, эмоции.

## — Каким же образом осуществляется такое двойное воздействие — сразу на лицо и на эмоции?

— Лечение проводится с помощью инъекций ботулотоксина. Современные женщины, да и некоторые мужчины, следящие за своей внешностью, хорошо знают этот лекарственный препарат. Изначально он пришел в медицину как лекарство для лечения мышечных спазмов, а затем стал незаменимым средством от мимических морщин. И многие его уже оценили по достоинству.

Но его удивительная возможность влиять на эмоции была открыта совершенно случайно.

Дело в том, что любой новый препарат, прежде чем начнет широко применяться в медицине, должен пройти масштабные испытания. Так обстояло дело и с ботулотоксином.

В рамках испытаний эксперты установили, что инъекции этого препарата прекрасно разглаживают мимические морщины на лбу. Но вместе с тем обнаружили и другой неожиданный эффект. После коррекции лобных морщин у людей «чудом» проходили признаки депрессии.

Этот факт стал предметом серьезных научных исследований. Медикам было важно понять, что это — случайность или закономерность? И оказалось, что путем влияния на тонус мышц можно реально воздействовать на эмоции.

Так была создана новая теория — механизм обратной связи между мимикой и эмоциями. Она гласит, что любое переживание по



принципу обратной связи усиливается напряжением мимических мышц. Иными словами, чем сильнее человек напрягается внешне, чем больше эмоция отражена на его лице — тем острее он ощущает это негативное чувство.

И наоборот, подавление всех внешних признаков реагирования смягчает само переживание. То есть чем меньше мышц на вашем лице хмурится и зажимается, тем легче мозг переносит гнев и тревогу.

**— Интересно, какая же мышца на лице в этом плане наиболее чувствительна?**

— Сильнее всего на эмоции реагирует межбровная мышца — так называемый «нахмуриватель». Как оказалось, она не только отражает агрессию и гнев, но и истинно их переживает. Этот факт был доказан с помощью томографии мозга.

Пациентов просили искусственно хмурить брови. И через некоторое время у них в мозге активизировалась именно та зона, что соответствует негативному состоянию психики. В ней заметно усиливался метаболизм — всего-то от банального нахмуривания.

Затем этим людям сделали инъекции ботулотоксина в межбровные мышцы. И заметили — реакция мозга уменьшилась. То есть переживание эмоции изменилось.

Так был сделан вывод о том, что ботулотоксин улучшает настроение не только за счет коррекции морщин и омоложения внешности, но и прямым образом воздействуя на нервную систему.

**— Все это чрезвычайно любопытно. Но можно ли воспользоваться этим открытием на практике?**

— Да, с помощью ботулотоксина проводится лечение депрессий уже в нескольких психиатрических клиниках. И дальше это направление будет только активно развиваться.

Пациентам с подтвержденным диагнозом в межбровную мышцу вводится препарат. И через два месяца у подавляющего большинства признаки депрессии полностью проходят. Причем эффект сохраняется достаточно долго — до полутора лет. Потом инъекции повторяют.

И это не единственный плюс такого лечения. Помимо подъема

настроения у людей разглаживаются морщины, и они выглядят не только моложе, но и добрее. Ведь именно межбровные морщины создают «эффект сердитого лица». И как только они смягчаются, лицо становится более открытым и дружелюбным.

В итоге окружающие начинают воспринимать человека более позитивно. Он чувствует себя более уверенным, легче идет на контакт и проще достигает успехов. То есть вслед за прямым положительным лечебным эффектом идет не менее важный опосредованный.

И тут надо заметить, что если у вас нет тяжелой депрессии, а хотелось бы только смягчить выражение лица, то для этого совсем не нужно обращаться к психиатру. С этой задачей вполне справится специалист в области ботулинотерапии — невролог или косметолог.

Процедура инъекции ботулотоксина занимает всего несколько минут. Как правило, легко переносится и не требует обезболивания.

**— Неужели у такого лечения совсем нет осложнений, побочных действий? Все-таки речь идет о «токсине».**

— Что касается фармакологической безопасности, то ботулотоксин, как это ни парадоксально, — самый безопасный препарат среди всех известных лекарств. Ведь он имеет только локальное действие и не выходит за пределы той зоны, куда введен. Также он практически не имеет абсолютных противопоказаний.

А все относительные противопоказания и ограничения к процедуре указаны в инструкциях к препаратам ботулотоксина. И врач, конечно, их должен соблюдать.

**— Но всегда ли так однозначно полезно изменение эмоциональной сферы?**

— Действительно, есть некоторые новые данные. После инъекций ботулотоксина у некоторых людей может возникать любопытный побочный эффект — изменение восприятия.

Это означает, что в условиях ослабленной мимики человек может стать менее эмоциональным.

**После инъекций ботулотоксина чудесным образом проходит и депрессия**

Менее склонным к сочувствию и сопереживанию.

Наверное, для кого-то возможность стать более «толстокожим» — скорее реальный плюс. Человеку становится проще жить, не беспокоясь по каждой мелочи.

Но все же такое лечение не ставит целью сделать пациента равнодушным. Поэтому воздействие на мимические мышцы должно быть строго дозированным.

И осуществляться только опытным специалистом в области ботулинотерапии.

Внешний критерий правильного введения препарата — это сохранение на лице живой улыбки. Ведь улыбка — самое главное в нашем эстетическом облике. Если же препарат введен избыточно, это может привести к излишней релаксации круговой мышцы глаза. К появлению так называемой «замороженной» улыбки, которая выглядит неискренней, натянутой.

**— И как же быть, если препарат был введен в избытке? Можно ли это как-то устранить?**

— Сразу и полностью от его эффектов избавиться, к сожалению, не удастся. Но со временем действие ботулотоксина ослабевает. Начиная с третьего-четвертого месяца после введения. И в этом заключается еще один плюс такого лечения — оно обратимо.

Но справедливости ради стоит сказать, что при коррекции мимики и эмоций ботулотоксин все же редко вводится в избытке.

Иногда врачи могут ввести немного избыточную дозу при лечении неврологических заболеваний — спастичности, дистоний, мигрени, нейропатии лицевого нерва, болевых синдромов, повышенной потливости. Ведь сегодня от этих проблем тоже успешно избавляют путем инъекций препаратов ботулотоксина — ботокса, диспорта, лантокса, ксеомина, релатокса. И там уже используются более высокие дозы.

Но опять же действует логичное правило: чем опытнее и грамотнее врач, тем меньше риск столкнуться с неприятностями.

Наталья ДАЛЬНЕВА