

Signaal Stoornis Symptoom (Stijn Jannes)

Mensen houden niet van onaangename gewaarwordingen, van pijn, van vermoeidheid en uitputting. Mensen proberen met alle mogelijke middelen deze sensaties uit te schakelen of te overstijgen.

Signaalfunctie

Lichamelijke gewaarwordingen (intero- en proprioceptie) signaleren de toestand van het organisme of van delen ervan. Vele sensaties worden niet doorgegeven aan het bewarende, ordenende en gecoördineerd reagerende gedeelte van het zenuwstelsel. Een deel ervan wordt wèl in het bewustzijn geprojecteerd als gewaarwordingen of sensaties. Dit noemen we 'signalen': pijn, jeuk, vermoeidheid, walg (braakneiging), ziek voelen, beklemdheid, misselijkheid, koorts, angst, ergernis, frustratie, wantrouwen...

Zij hebben een functie: precies door het feit dat deze 'signalen' als onaangenaam worden ervaren, zetten ze aan tot gedrag, gericht op bescherming, op het stoppen van schadelijk gedrag, het vermijden van verdere beschadiging, het verwijderen van schadelijke elementen in het organisme en/of in de omgeving.

Zij gaan gepaard met het in werking treden van een aantal functies: arousal (waakzaamheid), stress (voorbereiden op of ondersteunen in het gevecht tegen schadelijke invloeden), verhoogd associëren (herinnering, droomactiviteiten, gedachtestroom, continu plannen en scenario's uitwerken), overmatig vluchten, vermijden of onderdrukken van functies (vertering, seksualiteit, curiositeit).

Mensen vergeten, of 'willen' de betekenisvolheid van deze signalen dikwijls niet onder ogen zien: dat ze er zijn om verdere schade te beperken, om het organisme of delen ervan te laten herstellen, om schadelijk gedrag of een schadelijke omgeving te vermijden.

De signalen kunnen zelfs hun waarschuwendende functie verliezen of een stoornis veroorzaken. Dit kan gebeuren door het ontkoppelen van het signaal met de oorzaak, door het te lang aanhouden van een (alarm)signaal, door het uitputten van een signaalsysteem of van de reacties die volgen op een signaal.

Symptoom

Laten we dit ook even zijn historische context geven...

Op zeker ogenblik in de geschiedenis heeft de mens bepaalde onaangename sensaties, disfuncties, uitvalsverschijnselen, vervormingen niet meer aangeduid als onontkoombaar onheil, als straffe van God(en) omwille van verricht kwaad, als gestuurde calamiteiten door slecht bedoelende medemensen, maar als uitingen van een 'ziekte'.

Deze stap heeft het enerzijds mogelijk gemaakt om een ziekteleer en behandeling op te stellen en de oorzaak gevolg sequentie die in veel van de zogenaamde ziekten te vinden is

aan te pakken.

Anderzijds is in de voorbije eeuwen steeds meer een ziektecultuur tot een ziekte-industrie geworden: alles wat men niet wenst, niet aanvaardt, wat de inwendige of uitwendige orde verstoort, het individu in zijn allerindividueelste emotie hindert, of de gemeenschap in een steeds meer vernauwde omschrijving van normaliteit prikkelt, werd tot ziekte verklaard.

Hierbij worden essentiële zaken voor de gezondheid, zoals signaal, pauze, herstel, bescherming, niet meer als dusdanig herkend en gerespecteerd, maar door sommigen zelf als symptoom aangeduid. Het 'symptoom' wordt op zich steeds meer zelf als ziekte aanzien. Dit laatste is een van de meest voorkomende 'drogredeneringen' in onze 'verwetenschappelijkte' maatschappij.

Stoornis/disfunctie

Wat niet meer goed of niet meer werkt zoals we het willen of verwachten verstoort het vertrouwde en gekende functioneren (chronische pijn, krabletsels, inhoudloze (gedeconnecteerde) angst, zinloze agressie, acute (te hevige) en chronische stress, paranoïde grondhouding, reductie van leefwereld). Dit stoort ons. Daarom noemen wij deze verschijnselen 'stoornis'. In andere talen spreekt men van 'disorder', het verstoren van een orde of 'dérangement', het verstoren van een 'rangement', van een 'geordende opeenvolging' (rangorde), 'troubles' (ook hier weer een verstoring van de orde). Het verstoren of verlies van functie noemen we ook 'disfunctie'.

Stijn Jannes

Draft ter voorbereiding van symposium Society for Psychosomatic Medicine in 2015