**Стресс-лимитирующие системы** организма. Ими являются тормозные медиаторы центральной нервной системы (глицин, γ-аминомасляная кислота), опиоидная система, антиперекисные и антирадикальные механизмы защиты (простагландины, токоферол).

Тяжёлые психотравмирующие ситуации (землетрясения, насилие над личностью, потери близких) приводят к развитию острых или хронических посттравматических стрессовых расстройств, расстройств адаптации в обществе, психосоматическим расстройствам.

При воздействии психогенного фактора большое значение имеет психологическая устойчивость
организма к стрессу, зависящая от свойств личности человека, способности противостоять психотравмирующей ситуации, от социальных отношений и социальной поддержки (близкие лица, семья, коллектив), создающих эмоциональное подкрепление. Таким образом, общий адаптационный синдром в целом можно считать одной из типовых патологических реакций организма, хотя и имеющей некоторые особенности.

**Интересные статьи из раздела «приспособительные реакции»:**

1) Виды гипертрофии

2) Механизм преобразования структур

3) Общие выводы адаптации