

6. Неврология и нейрохирургия: учебник. Т 1. / Е. И. Гусев, А. Н. Коновалов, В. И. Скворцова. Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2018. 640 с.
7. Частная неврология / А. С. Никифоров, Е. И. Гусев. Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2013. 768 с.

Сведения об авторах

Д.А. Медведева – ординатор

О.В. Овсова – кандидат медицинских наук, доцент

Information about the authors

D.A. Medvedeva – resident

O.V. Ovsova - Candidate of Sciences (Medicine), Docent

УДК 616.8-009.836

КОМОРБИДНОСТЬ ИНСОМНИИ, СТАРЧЕСКОЙ АСТЕНИИ И СОМАТИЧЕСКОЙ ПАТОЛОГИИ

Виктория Олеговна Мут¹, Лариса Ивановна Волкова²

^{1,2}ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации, Екатеринбург, Россия

¹mutsirius@gmail.com

Аннотация

Введение. Устойчивое увеличение продолжительности жизни населения мира обуславливает рост популяции лиц пожилого и старческого возраста, и для современной медицины и неврологии все более актуальными становятся аспекты изучения и формирования ключевого гериатрического синдрома – старческой астении. Высокая распространенность нарушений сна в старшей возрастной группе взаимосвязана с отягощенным соматическим анамнезом и когнитивно-поведенческими нарушениями. **Цель исследования** - выявление корреляционной связи между инсомнией, отягощенным соматическим анамнезом, и симптомами старческой астении. **Материалы и методы.** В группу проспективного исследования методом случайной выборки были включены 93 человека пожилого и старческого возраста, преобладали лица женского пола 81,7% (76 респондентов). В рамках исследования проведено анкетирование, включавшее анамнестические данные, сведения о соматическом статусе, опросники индекса качества сна, апноэ сна, скрининговый опросник для выявления старческой астении. **Результаты.** Были получены данные о влиянии наследственности, курения, заболеваний сердечно-сосудистой, пищеварительной, мочеполовой систем на формирование инсомнии. Найдена взаимосвязь нарушений сна и старческой астении, в т.ч. на стадии «прехрупких» пациентов. **Обсуждение.** Влияние наследственности на нарушение сна подтверждает результаты ранее проведенных исследований. В работе было отмечено, что нарушения сна могут рассматриваться в качестве раннего диагностического маркера развития старческой астении. В

исследовании впервые была продемонстрирована зависимость ряда соматических заболеваний с развитием инсомнии, что требует дальнейшего изучения с целью уточнения полученных данных. **Выводы.** Цель исследования была достигнута, найдены значимые корреляционные связи между инсомнией, отягощенной соматическим анамнезом, и ранними симптомами старческой астении.

Ключевые слова: инсомния, старческая астения, апноэ сна, соматическая патология.

COMORBIDITY OF INSOMNIA, SENIOR ASTHENIA AND SOMATIC PATHOLOGY

Victoria Olegovna Mut¹, Larisa Ivanovna Volkova²

^{1,2}Ural State Medical University, Yekaterinburg, Russia

¹mutsirius@gmail.com

Abstract

Introduction. A steady increase in the life expectancy of the world's population causes an increase in the population of elderly and senile people, and aspects of the study and formation of a key geriatric syndrome – senile asthenia are becoming increasingly relevant for modern medicine and neurology. The high prevalence of sleep disorders in the older age group is correlated with a burdened somatic history and cognitive behavioral disorders. **The aim of the study** – to identify a correlation between insomnia, burdened with a somatic history, and symptoms of senile asthenia. **Materials and methods.** 93 elderly and senile people were included in the prospective study group by random sampling, 81.7% (76 respondents) were female. As part of the study, a questionnaire was conducted, which included anamnestic data, information about somatic status, sleep quality index questionnaires, sleep apnea, a screening questionnaire to identify senile asthenia. **Results.** Data were obtained on the influence of heredity, smoking, diseases of the cardiovascular, digestive, and genitourinary systems on the formation of insomnia. The relationship between sleep disorders and senile asthenia, including at the stage of "pre-fragile" patients, was found. **Discussion.** The influence of heredity on sleep disorders confirms the results of previous studies. It was noted in the work that sleep disorders can be considered as an early diagnostic marker of the development of senile asthenia. The study for the first time demonstrated the dependence of a number of somatic diseases with the development of insomnia, which requires further study in order to clarify the data obtained. **Conclusions.** The aim of the study was achieved, significant correlations were found between insomnia, burdened with a somatic history, and early symptoms of senile asthenia.

Keywords: insomnia, senile asthenia, sleep apnea, somatic pathology.

ВВЕДЕНИЕ

Сон является одним из важнейших факторов, влияющих на здоровье и качество жизни человека, поэтому инсомния входит в круг актуальных

интересов современной медицины. Согласно МКБ-10, инсомния – это непродолжительный, некачественный сон с регулярно возникающими проблемами при засыпании или неспособность спать необходимое время, или частое пробуждение во время сна. А. Spielman в 1987 предложил модель патогенеза инсомнии «3-х П». Ее название отражает количество групп причин, вызывающих расстройство: предрасполагающие (predisposing), провоцирующие (precipitating) и поддерживающие (perpetuating)[1]. Ключевым гериатрическим синдромом, характеризующимся возраст-ассоциированным снижением физиологического резерва и функций многих систем организма, является старческая астения. Наличие сопутствующих заболеваний и нарушений сна приводит к дополнительной дезадаптации, ограничению повседневной и физической активности. Научные исследования демонстрируют существенное влияние хронической соматической патологии на развитие инсомнии [2,3,4]. Однако, тема особенностей формирования нарушений сна у представителей пожилого и старческого возраста, в т.ч. взаимосвязи с симптомами старческой астении и отягощенным соматическим анамнезом изучена недостаточно.

Цель исследования – выявление корреляционной связи между инсомнией, отягощенной соматическим анамнезом, и симптомами старческой астении.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Перспективное исследование проведено в 2021 году на базе ГАУЗ СО "Алапаевской городской больницы" и Алапаевской ветеранской организации. Случайная выборка составила 93 человека в пожилом и старческом возрасте от 60 до 93 лет, средний возраст – 72 года, возрастная медиана – 71 год. Преобладали лица женского пола - 81,7% (76 респондентов). 67 (72%) участников имело среднее специальное образование, 22 (23,7%) – высшее, и только 4 человека имели среднее образование (4,3%).

Для сбора необходимых данных были разработаны карты респондента содержащие пункты общего характера (пол, возраст, наличие вредных привычек и др.) и вопросы о заболеваниях различных органов и систем. Участникам исследования было предложено заполнить Питтсбургский опросник индекса качества сна (PSQI), в котором более 5 баллов означает наличие инсомнии. Дополнительно были применены Берлинский опросник «Апноэ сна», в котором требовалось выбрать один из вариантов, содержащих указание на частоту тех или иных проявлений расстройства в структуре сна – набор более 3-х баллов, означал наличие нарушений дыхания в ночное время. Для выявления старческой астении был использован опросник «Возраст не помеха», в рамках которого участникам предлагалось 7 утверждений, им было необходимо выбрать вариант «да» или «нет» в зависимости от соответствия этих утверждений их жизни. При обработке за каждый положительный ответ начислялся один балл. Результат определялся по сумме очков: 1-2 – нет астении, 3-4 – преастения, 5-7 – астения.

Полученные данные обрабатывались с помощью программы Microsoft Excel, для оценки значимости корреляционного анализа использовался t-критерий Стьюдента.

РЕЗУЛЬТАТЫ

По данным опросника PSQI, инсомнией страдало большинство – 56 респондентов (60,2%). При этом выявлено, что средний возраст лиц с нарушением сна составляет 74 года, без нарушений – 68 лет.

Анализ опросника «апноэ сна», позволил выявить проблемы сонного апноэ у большинства пациентов пожилого и старческого возраста - 70 человек (75,3%) из группы исследования. Среди участников с признаками апноэ сна инсомния была выявлена у 45 человек, что говорит об отсутствии значимой корреляции признаков и не согласуется с ранее проведенными исследованиями [5,6].

При заполнении анкеты участники исследования отмечали наличие соматической патологии. При обработке результатов, заболевания были сгруппированы по системам организма. У 23 респондентов (24,7%) было отмечено поражение только одного комплекса органов, но чаще – у 70 респондентов (75,3%) – имело место сочетание поражения двух или более систем (табл.1). Положительная корреляционная связь отягощенного соматического анамнеза и инсомнии была выявлена у лиц с заболеваниями дыхательной, сердечно-сосудистой и мочеполовой систем.

Таблица 1.

Распространенность соматической патологии в группе исследования и корреляционная зависимость с нарушением сна

Группа заболеваний	Кол-во человек	Из них страдают инсомнией		Коэффициент корреляции, r	Значимость коэффициента корреляции, p
		Число	%		
Заболевания эндокринной системы	25	13	52%	-0,101768654	0,332
Заболевания дыхательной системы	26	20	77%	0,212648544	0,041
Заболевания пищеварительной системы	36	23	64%	0,059651526	0,570
Заболевания нервной системы	7	5	71%	0,065362663	0,533
Заболевания сердечно-сосудистой системы	52	36	69%	0,207442632	0,046
Заболевания мочеполовой системы	32	25	78%	0,295150639	0,004
Кожные заболевания	5	2	40%	-0,098447942	0,348

Среди анамнестических данных была изучена взаимосвязь инсомнии и вредных привычек, наследственной предрасположенности. Между курением и бессонницей была выявлена обратная зависимость ($r=-0,221$, $p=0,033$). С наследственной предрасположенностью найдена прямая корреляция ($r=0,356$, $p=0,0004$), что свидетельствует о роли генетической предрасположенности в возникновении нарушений сна.

Изучение результатов опросника «Возраст не помеха» позволило выявить, что среди 93 респондентов пожилого и старческого возраста отмечен низкий уровень распространенности старческой астении – 5 лиц (5,4%), что, вероятно, может быть обусловлено средним возрастом 72 года в группе исследования и свидетельствует о большей представленности лиц пожилого возраста (табл.2).

Таблица 2.

Старческая астения и инсомния в группе исследования

Выраженность старческой астении	Количество респондентов N=93	Из них страдают инсомнией N=56
Нет астении	63 – 67,7%	33 – 52,4%
Преастения (прехрупкие)	25 – 26,9%	18 – 72%
Астения (хрупкие)	5 – 5,4%	5

Между степенью выраженности старческой астении и инсомнией была найдена положительная корреляция ($r=0,26$, $p=0,012$), что свидетельствует о взаимном влиянии дегенеративных возрастных изменений и нарушений сна, даже на стадии преастении.

ОБСУЖДЕНИЕ

Влияние наследственности на нарушение сна подтверждает результаты ранее проведенных исследований [7]. В работе было отмечено, что нарушения сна могут рассматриваться в качестве раннего диагностического маркера развития старческой астении. В исследовании впервые была продемонстрирована зависимость ряда соматических заболеваний с развитием инсомнии, что требует дальнейшего изучения с целью уточнения полученных данных. Установленное в нашей работе отсутствие корреляционной связи между бессонницей и сонным апноэ не согласуется с исследованиями в данной области, что может быть следствием допущения некоторых ошибок при сборе информации.

В работе не были учтены проблемы патологии опорно-двигательного аппарата, характерной для лиц старших возрастных групп, при этом в графе «другие причины беспокойства во время сна» в рамках опросника PSQI большинство участников указали на судороги в ногах, боли в коленном, тазобедренном суставах и спине.

ВЫВОДЫ

В результате проведенного исследования на значительной выборке лиц пожилого и старческого возраста найдены корреляционные связи между инсомнией, отягощенным соматическим анамнезом, и начальными симптомами старческой астении. Подтверждено влияние курения и наследственной предрасположенности на формирование нарушений сна.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Spielman, A. A behavioral perspective on insomnia treatment / A. Spielman, L. Caruso, P. Glovinsky // Psychiatric Clinic of North America. – 1987. – Vol. 10, № 4. – P. 541–553.

2. Katz D., McHorney A. The relationship between insomnia and health-related quality of life in patients with chronic illness // J Fam Pract 2002 Mar; 51(3):229-35.

3. Association of insomnia severity and comorbid medical and psychiatric disorders in a health plan-based sample: Insomnia severity and comorbidities / Khaled Sarsour, Charles M Morin, Kathleen Foley et al // J Sleep Med. 2010 Jan;11(1):69-74

4. Tang N., Wright K., Salkovskis P. Prevalence and correlates of clinical insomnia co-occurring with chronic back pain // J Sleep Res. 2007 Mar;16(1):85-95.

5. Bayon V., Leger D. Insomnia and sleep apnea // J Rev Mal Respir. 2014 Feb;31(2):181-8

6. Prevalence and associations of co-morbid insomnia and sleep apnoea in an Australian population-based sample / Sweetman A., Melaku Y. A., Lack L. et al // J Sleep Med. 2021 Jun;82:9-17

7. Genome-wide analysis of insomnia in 1,331,010 individuals identifies new risk loci and functional pathways / Philip R Jansen, Kyoko Watanabe, Sven Stringer et al // J Nat Genet. 2019 Mar;51(3): P. 394-403.

Сведения об авторах

В.О. Мут – студент

Л.И. Волкова – профессор, доктор медицинских наук, заведующая кафедрой

Information about the authors

V. Mut – student

L. Volkova – professor, Doctor of Science (Medicine), Head of Department

УДК 616.857

ОЦЕНКА РАСПРОСТРАНЁННОСТИ ГОЛОВНОЙ БОЛИ СРЕДИ СТУДЕНТОВ

Нахратова Светлана Андреевна¹, Приезжева Елена Сергеевна², Русина Екатерина Александровна³

¹⁻³ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет»

Минздрава России, Екатеринбург, Россия

¹sv-nahratova@mail.ru

Аннотация

Введение. На сегодняшний день головная боль является одной из наиболее распространенных жалоб на приеме невролога, выступает причиной значительного социально-экономического ущерба для общества и входит в десятку самых частых причин нетрудоспособности в мире. Студенты медицинского и других университетов составляют группу, наиболее подверженную появлению первичной и других видов головной боли, так как испытывают постоянную нервную и психоэмоциональную нагрузку во время учебной деятельности. **Цель исследования** — изучить распространённость головной боли среди студентов, разработать и использовать метод её экспресс-диагностики. Предложить пути повышения грамотности студентов в вопросах выявления, лечения и профилактики головной боли. **Материалы и методы.** Исследование проводилось на базе Уральского государственного медицинского