

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

университета; в качестве объекта исследования выступили обучающиеся, в качестве предмета - выявленные случаи головной боли у студентов, выявленные методом анкетного опроса. Выборку составили 474 студента с 1 по 6 курс. **Результаты.** По результатам исследования, было выявлено, что значительная часть студентов (61,6%) страдает от головной боли. **Обсуждение.** Наиболее часто головная боль была ассоциирована с тревогой, что можно объяснить повышенной психоэмоциональной нагрузкой и регулярными стрессами. Более половины студентов не обращались за медицинской помощью и большинство занимались самолечением, принимая препараты для купирования ГБ, не входящие в клинические рекомендации, не имеющие высокого уровня доказательности. **Выводы.** С целью повышения уровня грамотности студентов медицинского университета в вопросах головной боли, перспективно проведение специализированных конференций, посвященных вопросам диагностики, лечения и профилактики головной боли. **Ключевые слова:** головная боль, мигрень, головная боль напряжения, кластерная головная боль.

ASSESSMENT OF THE PREVALENCE OF HEADACHE AMONG STUDENTS

Nakhratova Svetlana Andreevna¹, Priezzheva Elena Sergeevna², Rusina Ekaterina Aleksandrovna³

¹⁻³Ural State Medical University, Yekaterinburg, Russia

Ministry of Health of Russia, Yekaterinburg, Russia

¹sv-nahratova@mail.ru

Abstract

Introduction. To date, headache is one of the most common complaints in the appointment of a neurologist and a general practitioner, therefore, the occurrence of a violation of socio-economic behavior for society and is found in the top ten most common causes of disability in the world. Students of medical and other universities make up a large group, the most common among other types of headaches, such as increased constant nervous and psycho-emotional stress during educational activities.

The aim of the study - to study headache among students, to develop and use a method for express diagnosis of headache. Provide ways to restore students' literacy in the treatment and prevention of headache. **Materials and methods.** The study was conducted on the basis of the Ural State Medical University; as an object of study of students of the Ural State Medical University, as a subject - identified cases of headache in students, identified by a questionnaire survey. The sample was completed by 474 students from 1st to 6th year of study. **Results.** According to the results of the study, it was revealed that students (61.6%) are diagnosed with headache. **Discussion.** Most often, headache is associated with anxiety, which can be explained by increased psycho-emotional stress and regular stress. More than half of students did not seek medical help and most of them were engaged in self-treatment, taking drugs to buy headache, without entering into clinical recommendations, without reaching a high level of evidence. **Conclusions.** In order to obtain a diploma from a student university on the road of headache, it is promising to hold specialized

conferences, student scientific society conferences on the issues of diagnosis, treatment and prevention of headache.

Keywords: headache, migraine, tension headache, cluster headache.

ВВЕДЕНИЕ

Головная боль (ГБ) — один из наиболее распространенных неврологических симптомов, проявляющийся в качестве болевых ощущений в области головы вариативной локализации, интенсивности и продолжительности. [1] На сегодняшний день головная боль является одной из наиболее распространенных жалоб на приеме невролога и врача общей практики, следовательно, выступает причиной социально-экономического ущерба для общества и входит в десятку частых причин нетрудоспособности в мире. [2]

За 2021 год головную боль испытывали до 75% взрослого населения во всем мире. Факторы, способствующие изменению образа жизни, такие как стресс, плохая осанка, отсутствие физической активности, нарушение сна, неправильное питание и чрезмерное использование цифровых технологий, могут быть связаны с явлением, которое называют «ГБ 21 века». Это заметно в рабочей и учебной среде, где ГБ влияет на ясность ума и когнитивные способности. Несмотря на большую значимость данной проблемы, знания о распространенности и причинно-следственных связях ГБ продолжают изучаться. Особенно, важен факт, что большинство людей, страдающих ГБ, предпочитают заниматься самолечением, а не обращаться за медицинской помощью. [3]

Студенты медицинского и других университетов составляют группу, наиболее подверженную появлению первичной и других видов ГБ, так как испытывают постоянную нервную и психоэмоциональную нагрузку во время учебной деятельности, часто имеют нарушение сна и цикла «сон-бодрствование». Чаше болевой синдром отрицательно влияет на качество жизни студентов: мешает учебе и повседневной активности, не позволяет расслабиться и отдохнуть, либо сосредоточится и освоить новый материал. Боль может провоцировать развитие различного рода тревожных и стрессовых расстройств.

Все вышесказанное указывает на необходимость изучения распространенности ГБ и ее корреляции с тревогой и стрессом среди студентов Уральского государственного медицинского университета (УГМУ) и поиску путей профилактики.

Цель исследования — изучить распространенность ГБ среди студентов УГМУ, разработать и использовать метод экспресс-диагностики ГБ, предложить пути повышения грамотности студентов в вопросах выявления, лечения и профилактики ГБ.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Исследование проводилось на базе УГМУ; в качестве объекта исследования выступили обучающиеся УГМУ, в качестве предмета - выявленные случаи ГБ у студентов, выявленные методом анкетного опроса.

Выборку составили 474 студента УГМУ с 1 по 6 курс лечебно-профилактического, педиатрического и медико-профилактического факультетов, добровольно изъявившие желание принять участие в исследовании. Большинство - девушек - 392 человека (82,7%), юношей - 82 (17,3%). Возрастная категория - от 18 до 27 лет.

В качестве экспресс-оценки характера ГБ и других диагностических критериев взят за основу план расспроса пациента с жалобами на ГБ, предложенный в методических рекомендациях Департамента Здравоохранения города Москвы. Для оценки уровня тревожности и стресса использовалась шкала HADS. Для оценки интенсивности болевого синдрома применена визуально-аналоговая шкала (ВАШ).

РЕЗУЛЬТАТЫ

Разработанная в рамках исследования анкета включала основные вопросы, направленные на (1)выявление студентов с ГБ, (2)сбор анамнеза жизни и болезни у людей, страдающих ГБ с целью её дифференцировки, (3)оценку уровня тревожности и стресса для обнаружения возможной корреляции с ГБ в качестве причинного фактора. По результатам проводимого анкетирования 292 человека (61,6%) признались, что страдают от головной боли. Как и в общей популяции, среди них преобладали - 82% - лица женского пола.

При анализе длительности анамнеза заболевания, 175 человек от общего числа испытуемых (36,9%) отмечали, что испытывали головные боли менее 3 месяцев, 110 человек (23,2%) испытывали головную боль менее 5 лет, 70 человек (14,8%) менее 10 лет, 55 человек (11,6%) более чем 10 лет страдали от ГБ. Полученные данные свидетельствуют о том, что почти у половины выборки студентов (49,6%) ГБ приобретала хроническое течение. Частота возникновения ГБ у подавляющего большинства - 208 человек (43,9%) была редкой - до двух приступов в месяц, у 136 студентов (28,7%) были частые ГБ до 10 приступов в месяц и 28 студентов (5,9%) отмечали более 15 приступов в месяц. В среднем продолжительность эпизодов ГБ у большинства - 143 студентов (30,2%) от 1 часа до 4 часов, 90 студентов (20%) до 1 часа, у 58 студентов (12,2%) боли носили более длительный характер от 4 часов до 10 часов, у 20 человек (4,2%) ГБ длились в среднем 24 часа.

По интенсивности ГБ по шкале ВАШ ГБ варьировала в диапазоне от 0 (когда ГБ нет) до 10 (нестерпимая боль): 0 баллов выбрали 79 участников опроса (16,7%), 1 балл - 79 (16,7%), 2 балла - 19 (4%), 3 балла - 50 (10,5%), 4 балла - 64 (13,5%), 5 баллов - 81 (17,1%), 6 баллов - 66 (13,9%), 7 баллов - 53 (11,2%), 8 баллов - 38 (8%), 9 баллов - 7 (1,5%), 10 баллов - 6 (1,3%). Так, у большинства - 61,8% головная боль носила легкий и умеренный характер (от 1 до 5 баллов включительно). Боли пульсирующего характера, характерные для мигрени отмечали 73 студента (15,4%), боли сжимающего характера, характерные для головной боли напряжения - 164 (34,6%).

По локализации - боли сжимающего характера по типу «обруча», характерные для головной боли напряжения, отмечали 142 студента (30%), боли в височной области - 226 студентов (47,7%), боли в области глаз,

характерные для кластерной головной боли - 125 студентов (26,4%). Чаще встречалось двустороннее расположение боли в сравнении с односторонним, 164 человека (34,6%) к 105 (22,2%) соответственно. Характерная для мигрени тошнота встретилась в 41,8% случаев, реже выявлялись боли в шее, головокружение, чувствительность к звукам, запахам и свету - до 10% случаев.

ОБСУЖДЕНИЕ

Степень нарушения повседневной активности и работоспособности из-за ГБ по шкале от 0 до 10, где 0 - полное отсутствие боли, а 10 - нестерпимая боль, чаще всего оценивалась в пределах от 3 до 5 баллов. Однако, это не исключает случаи с очень выраженной степенью нарушения повседневной активности, что пагубно сказывается как на учебе, так и на личной жизни студентов.

При сборе анамнеза важную роль играла история лечения ГБ. В ходе исследования выявлено, что большая часть среди студентов, страдающих ГБ, не обращались за помощью (273 студента, 57,6%), 68 студентов обращались за специализированной помощью, но терапия оказалась безуспешной (14,3%), и лишь 19 студентов (4%) обратившись за медицинской помощью, успешно прошли терапию и избавились от ГБ. Большинство студентов прибегают к медикаментозной терапии для купирования приступов ГБ, из них 60,8% принимают препараты исходя из своего или родителей, близких жизненного опыта, что несомненно не является правильным, в особенности, потому что не всегда применяемые студентами препараты соответствуют доказательной базе и клиническим подтверждённым исследованиям по безопасности и эффективности при ГБ. Для купирования приступов чаще – в 33,7% студенты использовали ибупрофен, 20,2% - парацетамол; однако, среди студентов встречались варианты приёма препаратов, с недоказанной эффективностью - кеторолак, метамизол натрия, нимесулид. Четверть студентов (21,8%) не принимали никаких препаратов для купирования ГБ.

Часто помимо ГБ, студентов беспокоили следующие коморбидные психо-эмоциональные состояния: тревогу (230 испытуемых, 48,5% от общего числа), депрессию (82 испытуемых, 17,3% от общего числа), панические атаки (59 испытуемых, 12,4% от общего числа), нарушения сна (213 испытуемых, 44,9% от общего числа), многие отмечали сопутствующие заболевания ЖКТ (126 испытуемых, 26,6% от общего числа). По результатам опросника HADS у 54,4% студентов была выявлена лёгкая форма тревожности, у 27,2% тревожность средней степени тяжести, у 4,6% тревожность была сильно выражена и лишь 13,7% совсем не испытывали тревожности. По субъективной оценке депрессии: 43,7% студентов страдали депрессивными наклонностями в лёгкой степени, 25,1% - в средней степени тяжести, 25,1% страдали от тяжёлой формы депрессии и лишь 6,1% студентов совсем были не подвержены депрессии. Данный факт подтверждает взаимосвязь первичной ГБ с тревогой и депрессией.

ВЫВОДЫ

1. Значительная часть студентов УГМУ (61,6%) страдает от ГБ. Наиболее часто ГБ ассоциирована с тревогой, что можно объяснить повышенной психоэмоциональной нагрузкой и регулярными стрессами.

2. Более половины студентов УГМУ (57,6%) не обращались за медицинской помощью и многие (60,8%) занимались самолечением, принимая препараты для купирования ГБ, не имеющие высокого уровня доказательности.

3. С целью повышения уровня грамотности студентов медицинского университета в вопросах ГБ, перспективно проведение специализированных конференций, заседаний студенческого научного общества, посвященных вопросам диагностики, лечения и профилактики ГБ.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Всемирная организация здравоохранения [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/headache-disorders>- 18.11.2021.
2. Осипова В.В. Первичные головные боли: диагностика и лечение / В.В. Осипова // Методические рекомендации. – Москва – 2017. – С. 27
3. Goadsby, P.J. 21st century headache: mapping new territory / P.J. Goadsby, M. Lantéri-Minet, M.C. Michel // Journal of Headache and Pain. – 2021. Vol.22 – №19 – P. 28-33.

Сведения об авторах

С.А. Нахратова — студентка

Е.С. Приезжева — студентка

Е.А. Русина — ассистент

Information about the authors

S.A. Nakhratova —student

E.S. Priezzheva —student

E.A. Rusina — Assistant

УДК 616.8-005

ОЦЕНКА ФАКТОРОВ РИСКА ЛЕТАЛЬНОГО ИСХОДА У ПАЦИЕНТОВ С ГЕМОРРАГИЧЕСКИМ ИНСУЛЬТОМ

Лилия Бареевна Новикова¹, Анаит Погосовна Акопян², Раушания Фанисовна Латыпова³

¹⁻³ФГБОУ ВО «Башкирский государственный медицинский университет», г.

Уфа

¹rau.lat@yandex.ru

Аннотация

Введение. геморрагический инсульт в структуре острого нарушения мозгового кровообращения отличается высоким уровнем инвалидизации и смертности, в том числе у лиц молодого возраста. **Цель исследования** - анализ факторов риска летального исхода у пациентов с геморрагическим инсультом. **Материалы и методы.** Проведен ретроспективный анализ 60 историй болезней пациентов молодого возраста с геморрагическим инсультом нетравматического генеза, находившихся на лечении в нейрохирургическом отделении ГБУЗ РБ Больницы скорой медицинской помощи города Уфа. По гендерному признаку