

Астенические состояния



Норма или патология?



Слабость, утомляемость, усталость, снижение работоспособности, бессилие...

Это одно и то же?

Утомление - это уменьшение работоспособности в ходе выполнения физической и умственной нагрузки

Усталость - **субъективное** ощущение утомляемости.

- физиологическая
- патологическая



Каждый пятый пациент жалуется на астению, в неврологической практике - каждый второй...



Ощущение усталости выполняет защитную функцию по сохранению энергетических ресурсов организма.

МКБ - 10

Астенический синдром - это постоянное ощущение/жалобы на общую слабость, повышенную утомляемость, а также снижение работоспособности, что сочетается с 2 или более нижеперечисленными симптомами:

- » мышечные боли
- » головная боль напряжения
- » нарушение сна
- » головокружение
- » диспепсия
- » раздражительность.



Базовые критерии астенических состояний

- Нарушение повседневной физической активности

- » Утомляемость, утрата способности к продолжительному физическому напряжению, отсутствие чувства полного восстановления после отдыха
- » Нарушение умственной активности. Ухудшение концентрации внимания, непродуктивность мышления, уменьшение объема и эффективности исполнительских возможностей при обычных нагрузках
- » Нарушение эмоциональной толерантности. Раздражительная слабость – повышенная возбудимость и истощаемость на фоне лабильности настроения
- » Десинхронизация цикла «сон-бодрствование» Эпизоды патологической дневной сонливости, нарушение хронологии и продолжительности фаз ночного сна (неглубокий прерывистый сон, обильные тревожные сновидения)

Классификация астенических состояний

» 1. Реактивная астения (исходно здоровые лица)

- » Физиологические факторы: беременность, лактация, авитаминоз, сменный график работы
- » Психофизиологические факторы (недостаточность адаптационных механизмов при нагрузке): экзамены, соревнования, «синдром менеджера»
- » В период восстановления после соматических заболеваний, травм, инфекций.

» 2. Симптоматическая астения

- » Поиск соматической причины:
 - » инфекционные заболевания, эндокринные, метаболические расстройства, онкология, неврологические заболевания
 - » Медикаментозная нагрузка (прием бета-блокаторов, БД, миорелаксантов, кортикостероидов, антигистаминных препаратов, гипотензивных средств, адrenoблокаторы, гиполипидемические препараты, ингибиторы протонной помпы, бета-интерфероны, анксиолитики, нейролептики и антидепрессанты,)
- » Психические заболевания (депрессия, шизофрения, анорексия, булимия)

» 3. Синдром хронической усталости (отдельная клиническая единица)

Синдром хронической усталости (СХУ)



Критерии диагностики СХУ

Постоянная слабость, продолжающаяся не менее 6 мес., снижающая уровень активности, не являющаяся следствием соматического или психического заболевания и сопровождающаяся 4 или более симптомами:

- » нарушение памяти и концентрации внимания
- » боль в горле
- » болезненность при пальпации л/у
- » болезненность или скованность мышц
- » болезненность суставов (без гиперемии и припухлости)
- » вновь возникшая головная боль
- » сон, не приносящий ощущение свежести и бодрости
- » усугубление чувства усталости после нагрузки, продолжающееся более 24 ч

Диагностика астенических состояний

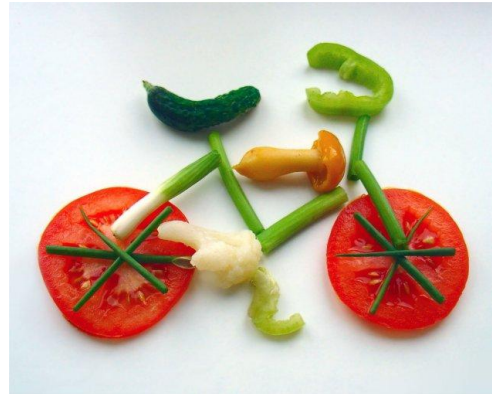
Принцип: поиск соматической патологии

Важно! СХУ- диагноз исключения

- » Лабораторная диагностика (ОАК, б/х крови, гормоны щитовидной железы, С-реакт белок, РФ, КФК, онкомаркеры), иммунологические тесты.
- » Инструментальные методы: оценка толерантности к физическим нагрузкам(велозергометрия), оценка качества сна (полисомнография)
- » Опросники, оценивающие выраженность астении
- » - САН (самочувствие, активность, настроение)
- » - Субъективная оценка астении (MFI-20) оценивает общую усталость, утомляемость, снижение активности
- » Вспомогательными шкалами являются: ВАШ, вегетативная анкета, тест Бэка, шкала Гамильтона

Принципы лечения астении

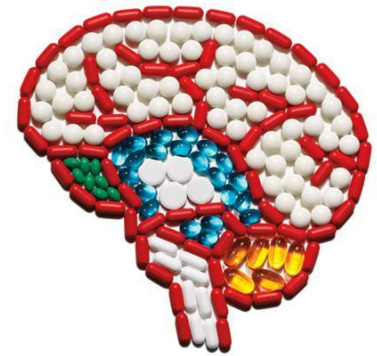
1. Образ жизни



Принципы лечения астении

2. Фармакотерапия

1. Психотропные препараты (антидепрессанты)
2. Психостимуляторы
3. Иммуномодуляторы
4. Общеукрепляющие средства, витамины, пищевые добавки и др.



Неспецифические медикаменты

- » Оказывают антистрессовый и адаптогенный эффект, улучшают энергетические процессы, оказывают антиоксидантное действие, улучшают обмен веществ и метаболизм мозга.

Витамины гр В, (В5-пантотеновая кислота-антистрессовый витамин), антиоксиданты-вит. А и Е.

Когитум -антиастенический эффект, мягкий психостимулирующий эффект без гиперстимуляции сочетается с улучшением когнитивных функций.

Отсутствуют седативные и миорелаксантные свойства, препарат не обладает аддиктивным потенциалом.

Когитум показан при всех трех формах астении- при реактивной, при симптоматической и в рамках СХУ.

Улучшают мозговой метаболизм: пирацетам, энцефабол, аминалон, глиатилин, фенибут, семакс, когитум, церебролизин, кортексин и др

Еще поиграем!

