

ВСД

Веgeto-


сосудистая

ДИСТОНИЯ



Вегето-сосудистая дистония (ВСД) -

симптомокомплекс многообразных клинических проявлений, затрагивающий различные органы и системы и развивающийся вследствие отклонений в структуре и функции центральных и / или периферических отделов вегетативной нервной системы




Вегето-сосудистая дистония - не самостоятельное заболевание, однако в сочетании с другими патогенными факторами она может способствовать развитию многих заболеваний и патологических состояний, чаще всего имеющих психосоматический компонент (артериальная гипертензия, ишемическая болезнь сердца, бронхиальная астма, язвенная болезнь и др.)

Причины вегето-сосудистой ДИСТОНИИ

ВСД развивается под влиянием различных факторов внешней и внутренней среды

- вредные привычки (курение, алкоголь)
- гиподинамия
- недостаток в пище микроэлементов и витаминов
- воздействие вибрации, магнитного поля, ионизирующего излучения
- разные патологии нервной системы (травмы головы, сотрясение головного мозга)
- при наследственной предрасположенности;

- 
- эндокринные заболевания (гормональные сбои и перестройки, тиреотоксикоз, сахарный диабет)
 - психические расстройства
 - аллергические заболевания
 - при сбое соматоформной вегетативной функции сердечнососудистой системы и сердца
 - хронические интоксикации
 - смена климата
 - злоупотребление кофе
 - умственное, эмоциональное, физическое переутомление
 - ожирение
 - психоэмоциональный стресс

Типы вегето-сосудистой дистонии

В зависимости от уровня артериального давления выделяют три типа ВСД (вегето-сосудистой дистонии):

- ▶ **ВСД по гипертоническому типу** (характеризуется повышением артериального давления)
- ▶ **ВСД по гипотоническому типу** (характеризуется понижением артериального давления)
- ▶ **ВСД по смешанному типу** (характеризуется периодическими колебаниями артериального давления)

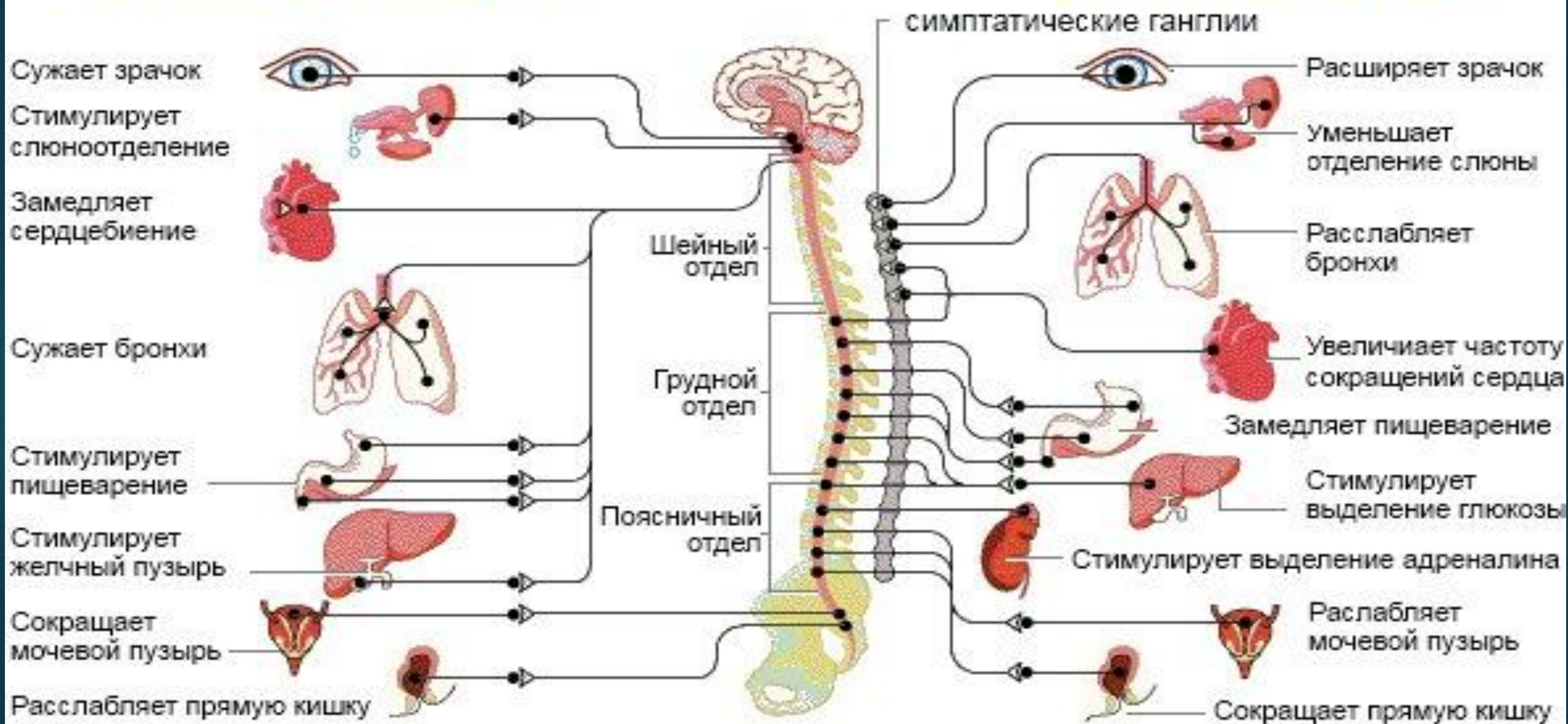
Вегетососудистая дистония у детей

- ▶ повышенной капризности, конфликтности
- ▶ часто болеют
- ▶ мнительный «хронический больной»

ВЕГЕТАТИВНАЯ НЕРВНАЯ СИСТЕМА

Парасимпатический отдел

Симпатический отдел



Вегетососудистая дистония по гипертоническому типу

Сопровождается повышением давления

(связано с работой симпатической нервной системы, которая провоцирует внезапный выброс адреналина)

- ▶ сильная головная боль, как правило, пульсирующего характера, покраснение лица, приступ жара, потливости, ощущения нехватки воздуха, возможно сердцебиение, ощущение перебоев в работе сердца, неприятные ощущения в области сердца
- ▶ потливость тела, беспокойство, неустойчивое настроение, приступы паники. В тяжелых случаях - потеря сознания и развитие судорог



Вегетососудистая дистония по гипотоническому типу

Сопровождается снижением давления

- ▶ повышенная функция парасимпатического отдела вегетативной нервной системы
- ▶ частые головные боли, усталость, слабость, сонливость. Иногда наблюдаются приступы, которые сопровождаются дрожью тела, побледнением лица, холодным потом, учащением дыхания. Иногда могут наблюдаться головокружения, потери сознания – при внезапном снижении артериального давления
- ▶ потемнение в глазах при резких движениях или при резком переходе из положения лежа в положение стоя



Возраст ребенка	Артериальное давление		
	на руках		на ногах
	систолическое, мм рт. ст.	диастолическое, мм рт. ст.	
Новорожденный	60–80	40–50	Систолическое давление выше, чем на руках, на 10–20 мм рт. ст.
1–12 месяцев	80–85	45–50	
1 год–5 лет	90–105	50–60	
6–10 лет	95–115	55–65	
11–14 лет	105–120	65–70	

Другими вариантами клинических проявлений

ВСД могут быть:

▶ **Нарушения терморегуляции:**

в дневное время температура у ребенка повышается (но не выше 37,5 С), а ночью нормализуется; в правой и левой подмышке может быть разная температура; дети ощущают озноб и постоянное чувство холода

▶ **Изменение состояния кожи:**

другой оттенок цвета и другой рисунок сосудов, неправильно работают потовые и сальные железы, высыпания, зуд, отечность. У подросткового периода - чрезмерное высыпание угрей



▶ **Поведение:**

утрачивают интерес к своим любимым занятиям, сонливое состояние сменяется проявлением паники и беспричинного беспокойства

▶ **Нарушение мочеиспускания:**

мочевой пузырь опорожняется редко, большими порциями, с натуживанием, или, наоборот, мочеиспускание частое, небольшими порциями



▶ **Невротические проявления:**

беспочвенная тревога и
беспричинные страхи, истерики,
плохое настроение, вялость и потеря
интереса к событиям, склонность к
депрессии, повышенная
утомляемость, ипохондрия
(постоянное выискивание
проявлений болезни)

▶ **Нарушение дыхания**

то замедленное, то учащенное, сопровождаемое приступом «сдавленного» кашля. Часто появляется «отдышка». Иногда ребенок делает глубокие вздохи

▶ **Расстройство желудочно-кишечного тракта**

ухудшается аппетит, сопровождаемый низким или обильным слюноотделением. Нередки тошнота и рвоты, диарея, нарушение работы желчных протоков, боль в области живота, ком в горле. К 12 годам у детей можно наблюдать гастродуоденит

► **Сердечно-сосудистые расстройства**

боли в области сердца, брадиаритмия, увеличением размеров сердца за счёт снижения тонуса сердечной мышцы, приглушение сердечных тонов.

На ЭКГ - синусовую брадикардия (брадиаритмия), возможны экстрасистолии, удлинение интервала P-Q (вплоть до атриовентрикулярной блокады I-II степени), смещение сегмента ST выше изолинии и увеличение амплитуды зубца T



Вегетативные кризы (паническая атака)

- ▶ возникает внезапно и развивается очень быстро (течение нескольких минут)
- ▶ характеризуется неприятными ощущениями и реакциями: появляется «удушье», сердцебиение, дрожь в теле, потливость, слабость в конечностях, чувство онемения
- ▶ возможны нарушения походки, слуха, речи, зрения
- ▶ страх смерти, страх за свое здоровье, чувство безысходности



Спровоцировать появление криза могут

- ▶ физические и психические перенапряжения, гормональные изменения, метеорологические (погодные) изменения

Последствия криза

- ▶ невроз из-за страха повторения приступа
- ▶ изменение поведения ребенка и ухудшение его социальной адаптации
- ▶ некоторые дети могут непроизвольно шантажировать родителей своим плохим самочувствием

Диагностика вегето-сосудистой ДИСТОНИИ

- ▶ ЭКГ, холтеровское мониторирование
- ▶ ЭЭГ, ЭхоЭГ, РЭГ, реовазография
- ▶ Невролога
- ▶ ЛОР-врача
- ▶ окулиста
- ▶ Эндокринолога
- ▶ психиатра

Лечение вегето-сосудистой ДИСТОНИИ

- ▶ нормализация режима дня (восьмичасовой сон, продолжительное пребывание на воздухе)
устранение гиподинамии
- ▶ дозированная физическая нагрузка
- ▶ ограничение эмоциональных воздействий (телепередачи, компьютерные игры)
- ▶ индивидуальная и семейная психологическая коррекция
- ▶ питание обогащенное минералами и витаминами без излишков поваренной соли, сахара, жирного мяса, сдобы, источники калия и магния (крупы, бобовые, абрикосы, изюм, корнеплоды, зелень и орехи)

- ▶ лечебный массаж (воротниковой зоны)
- ▶ иглорефлексотерапия
- ▶ водные процедуры

особенности физиотерапевтического воздействия зависят от формы вегетативных расстройств (при ваготонии - электрофорез с кальцием, кофеином, мезатоном, при симпатикотонии - с эуфиллином, папаверином, магнием, бромом).



- ▶ седативные средства (препараты валерианы, пустырника, зверобоя, боярышника и др)
- ▶ транквилизаторы, антидепрессанты, ноотропы (фенибут, карбамазепин, диазепам, amitриптилин, пирацетам, пиритинол)
- ▶ глицин, пантогам, глутаминовая кислота, комплексных витаминных и микроэлементных препаратов



Для улучшения церебрального и периферического кровообращения, восстановления микроциркуляции

винпоцетин (кавинтон), циннаризин, никотиновая кислота, пентоксифиллин (трентал)

При симпатикотонии

β-адреноблокаторы пропранолола (например, анаприлина, обзидана)], при наличии ваготонических реакций - психостимуляторы растительного происхождения (элеутерококк, лимонник, заманиха и др.).

При внутричерепной гипертензии: дегидратационная терапия [ацетазоламид (диакарб) с препаратами калия, глицерол

ДН

Диспансерное наблюдение за детьми с вегето-сосудистой дистонией должно быть регулярным (1 раз в 3-6 мес или чаще в зависимости от формы, тяжести и типа течения синдрома), особенно в переходные сезоны (весна, осень), когда необходимо повторять обследование и по показаниям назначать комплекс лечебных мероприятий



Уже в возрасте

7-8 лет
76% детей

могут предъявлять жалобы на головные боли.



Для детей

10-12 лет

более распространенными являются жалобы на головокружение. Оно может возникать вскоре после сна, при резком изменении положения тела или при длительных перерывах между приемами пищи. Такие жалобы встречаются

у 32% детей



45% детей

отмечают проблему повышенной утомляемости при физических нагрузках.

ВСД

ВСД отмечается, по разным данным, у

от **25%**

до **80%**

людей, включая детей переходного возраста! Но проявляется ВСД у детей совершенно разнообразными неприятными симптомами.

в **41%**

случаев проявляются снижение памяти, отвлекаемость, рассеянность, ухудшение работоспособности.



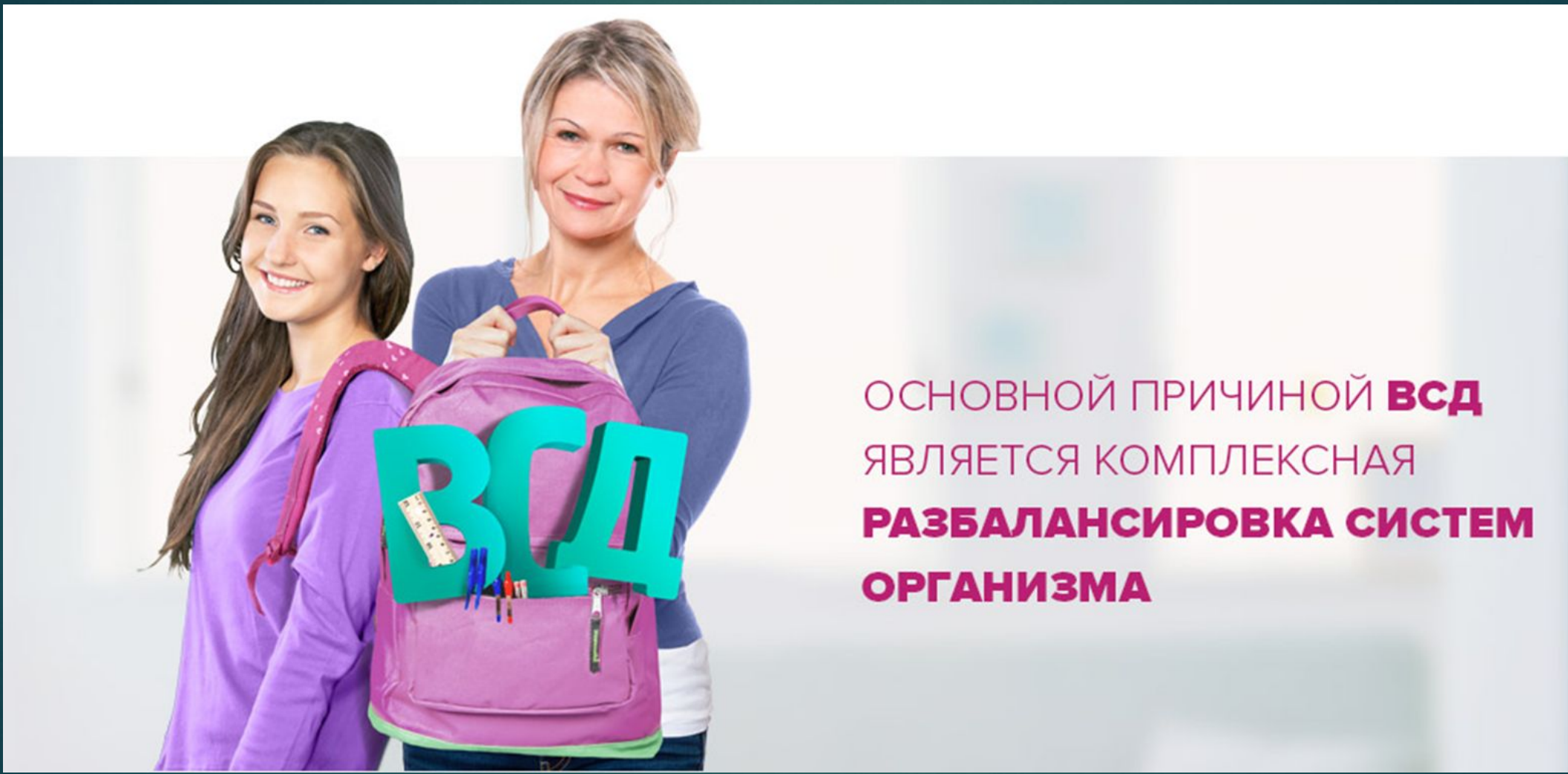
Но наибольшее количество жалоб относится к группе эмоционально-личностных нарушений.

у 73% детей

отмечается эмоциональная лабильность, слезливость, вспыльчивость, перемены настроения.



Также часто отмечаются такие негативные факторы, как тревожность, эмоциональная напряженность, конфликтность.



ОСНОВНОЙ ПРИЧИНОЙ **ВСД**
ЯВЛЯЕТСЯ КОМПЛЕКСНАЯ
РАЗБАЛАНСИРОВКА СИСТЕМ
ОРГАНИЗМА