Кошиль М.С., Саркіс-Іванова В.В.

ПАТОГЕНЕЗ ТА ПРОФІЛАКТИКА СИНДРОМУ ХРОНІЧНОЇ ВТОМИ

Харківський національний медичний університет

Кафедра гігієни та екології No 1

Харків, Україна

Актуальність. Синдром хронічної втоми реєструють у великих містах з високим рівнем життя й активності людей. У той же час захворювання нерідко виникає у неблагополучних районах (по причині забруднення шкідливими викидами, занадто високого рівня радіації). Сучасний темп життя, погана екологічна ситуація є основними причинами послаблення імунної системи. Ці фактори призводять до активації сплячих вірусів, появи персистуючої вірусної інфекції з ураженням центральної нервової системи, особливо скронево-лімбічної системи.

Мета. Проаналізувати патогенез та методи профілактики синдрому хронічної втоми у житті сучасної людини.

Матеріали та методи. Було обстежено 78 осіб з ознаками СХВ.

Результати. В результаті проведених досліджень було встановлено, що нервово-психічний стан хворих з СХВ характеризувався чітко вираженими астено-невротичними, астено-депресивними або астено-іпохондричними проявами. Хворих турбували виражена слабкість, втома, нездужання, які зберігалися постійно. Сон був порушений у всіх обстежених і не приносив почуття ранкової свіжості. Хворі скаржилися на поверхневий сон з частими пробудженнями, нерідко страхітливими сновидіннями, а також пізнє засинання і раннє пробудження. Нерідко також відзначалася інверсія формули сну: сонливість вдень, яка могла мати непереборний характер. Працездатність всіх пацієнтів була різко знижена: свою звичайну роботу вони виконували з труднощами, швидко втомлювалися. В імунологічному плані у обстежених з СХВ має місце T-лімфопенія, дисбаланс субпопуляційного складу T-лімфоцитів, підвищення рівня циркулюючих імунних комплексів, переважно за рахунок найбільш токсигенної середньомолекулярної фракції (11S-19S), зниження функціональних показників МФС.

Висновки. Перш за все потрібно нормалізувати режим праці та відпочинку. По можливості необхідно уникати стресових ситуацій та перевтоми. Потрібно застосовувати ефективні методи психології для розвантаження мислення. Оскільки у пацієнтів з СХВ відзначаються виражені комбіновані порушення функції імунної системи, важливе значення в їх лікуванні набувають репеленти, здатні приймати участь в регуляції метаболічних процесів в клітинах і тканинах організму.