



**Вегето-сосудистая
ДИСТОНИЯ.**

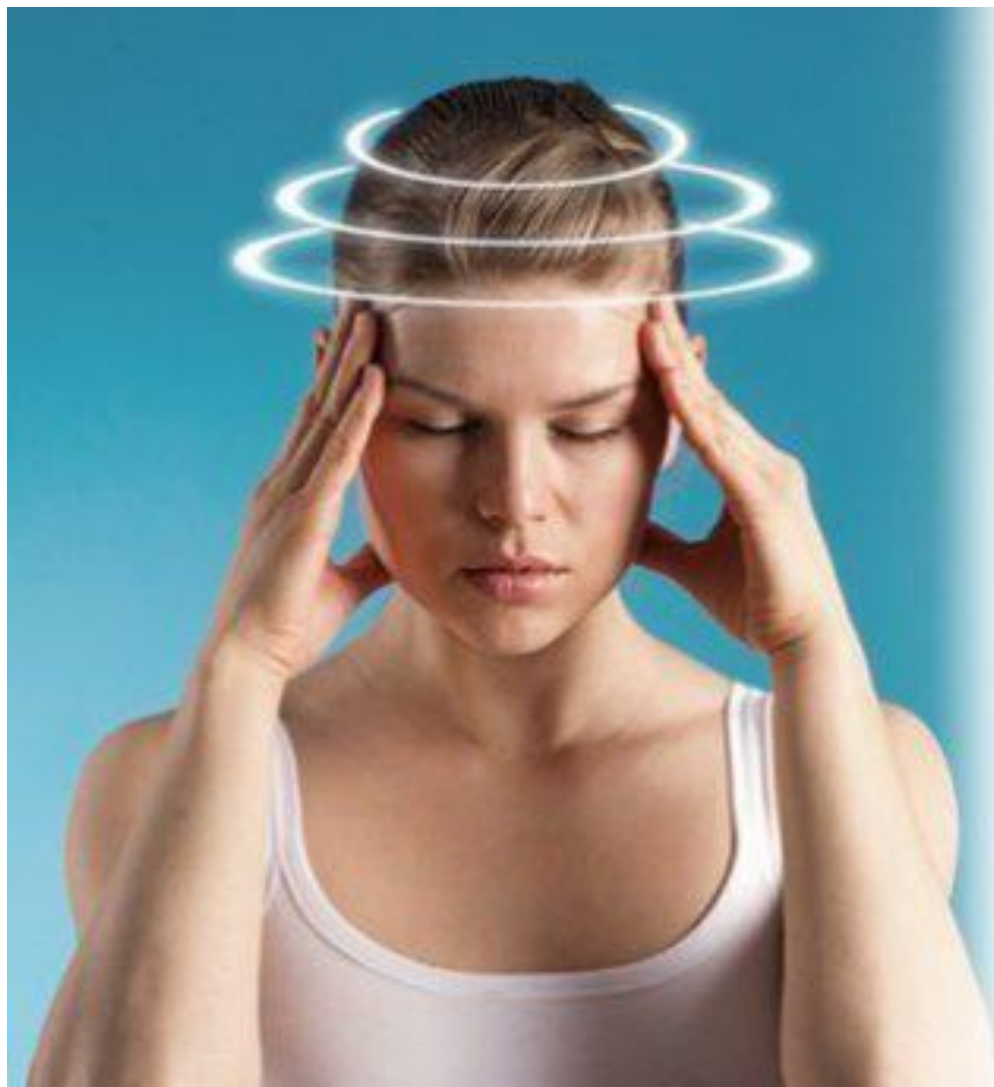
Лекция 24.

Вегето-сосудистая ДИСТОНИЯ.

- Вегето-сосудистая дистония – комплекс функциональных расстройств, в основе которого лежит нарушение регуляции сосудистого тонуса вегетативной нервной системой. Проявляется приступообразным или постоянным сердцебиением, повышенной потливостью, головной болью, покалыванием в области сердца, покраснением или побледнением лица, зябкостью, обморочными состояниями. Может приводить к развитию неврозов, стойкой артериальной гипертензии, значительно ухудшать качество жизни.

Вегето-сосудистая дистония





Симптомы

Вегето-сосудистой дистонии

- головные боли
- головокружения
- повышенная потливость
- изменение сердечного ритма, одышка
- нарушение сна
- быстрая утомляемость

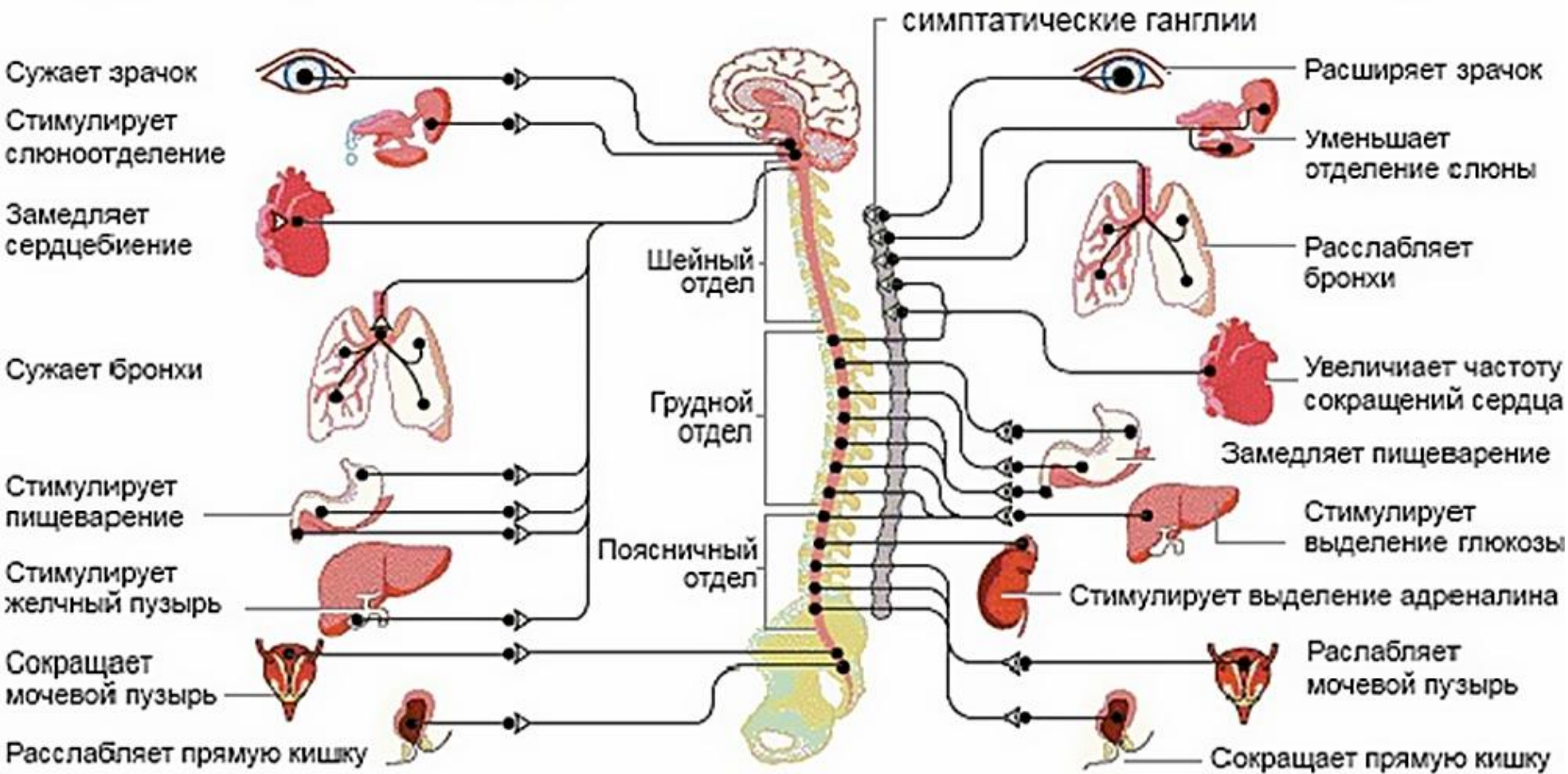
Вегетативная нервная система.

- Вегетативная (автономная) нервная система, расположенная в спинном и головном мозге, является важнейшей частью человеческого организма – она полностью координирует деятельность всех внутренних органов, сосудов и желез внутренней секреции и обеспечивает их адаптацию при изменениях внешней среды.
- В частности, вегетативная нервная система регулирует артериальное давление, сокращения сердца, температуру тела, состав и объем межклеточной жидкости, кровоток, метаболические процессы, чувство жажды, голода и насыщения, функции потовых желез, работу почек, тонус мускулатуры внутренних органов, циркадные (суточные) ритмы и многое другое.

ВЕГЕТАТИВНАЯ НЕРВНАЯ СИСТЕМА

Парасимпатический отдел

Симпатический отдел



- Функции, выполняемые вегетативной нервной системой (ВНС) в организме, чрезвычайно важны: ею осуществляется контроль и регуляция деятельности внутренних органов, обеспечивающие поддержание гомеостаза – постоянного баланса внутренней среды. По своему функционированию ВНС является автономной, т. е. не подчиняющейся сознательному, волевому контролю и другим отделам нервной системы. Вегетативной нервной системой обеспечивается регуляция множества физиологических и биохимических процессов: поддержание терморегуляции, оптимального уровня АД, процессов метаболизма, мочеобразования и пищеварения, эндокринной, сердечно-сосудистой, иммунной реакций и т. д.

- ВНС состоит из симпатического и парасимпатического отделов, оказывающих противоположные эффекты на регуляцию различных функций. К симпатическим эффектам влияния ВНС относятся расширение зрачка, усиление обменных процессов, повышение АД, уменьшение тонуса гладкой мускулатуры, увеличение ЧСС, учащение дыхания. К парасимпатическим – сужение зрачка, снижение АД, повышение тонуса гладкой мускулатуры, уменьшение ЧСС, замедление дыхания, усиление секреторной функции пищеварительных желез и т.д.
- Нормальная деятельность ВНС обеспечивается согласованностью функционирования симпатического и парасимпатического отделов и их адекватной реакцией на изменения внутренних и внешних факторов. Нарушение баланса между симпатическими и парасимпатическими эффектами ВНС вызывает развитие вегето-сосудистой дистонии.

Причины и развитие.

- Развитие вегето-сосудистой дистонии у детей младшего возраста может быть обусловлено патологией перинатального периода (внутриутробной гипоксией плода), родовыми травмами, заболеваниями периода новорожденности. Эти факторы отрицательно сказываются на формировании соматической и вегетативной нервной системы, полноценности выполняемых ими функций. Вегетативная дисфункция у таких детей проявляется пищеварительными нарушениями (частые срыгивания, метеоризм, неустойчивый характер стула, плохой аппетит), эмоциональным дисбалансом (повышенной конфликтностью, капризностью), склонностью к простудным заболеваниям.

- В период полового созревания развитие внутренних органов и рост организма в целом опережает становление нейроэндокринной регуляции, что ведет к усугублению вегетативной дисфункции. В этом возрасте вегето-сосудистая дистония проявляется болями в области сердца, перебоями и сердцебиением, лабильностью артериального давления, психоневрологическими расстройствами (повышенной утомляемостью, снижением памяти и внимания, вспыльчивостью, высокой тревожностью, раздражительностью). Вегето-сосудистая дистония встречается у 12-29% детей и подростков.
- У взрослых пациентов возникновение вегето-сосудистой дистонии может провоцироваться и усугубляться в связи с влиянием хронических заболеваний, депрессий, стрессов, неврозов, черепно-мозговых травм и травм шейного отдела позвоночника, эндокринных болезней, патологий ЖКТ, гормональных перестроек (беременности, климакса). В любом возрасте фактором риска развития вегето-сосудистой дистонии является конституциональная наследственность.

Классификация ВСД.

- По преобладанию симпатических или парасимпатических эффектов: симпатикотонический, парасимпатикотонический (ваготонический) и смешанный (симпато-парасимпатический) тип вегето-сосудистой дистонии;
- По распространенности вегетативных расстройств: генерализованная (с заинтересованностью одновременно нескольких систем органов), системная (с заинтересованностью одной системы органов) и локальная (местная) формы вегето-сосудистой дистонии;
- По выраженности течения: латентный (скрытый), пароксизмальный (приступообразный) и перманентный (постоянный) варианты течения вегето-сосудистой дистонии;
- По тяжести проявлений: легкое, среднетяжелое и тяжелое течение;
- По этиологии: первичная (конституционально обусловленная) и вторичная (обусловленная различными патологическими состояниями) вегето-сосудистая дистония.

Ароматерапия.

- При наличии ВСД ароматерапию хорошо сделать частью жизни.
- Эфирные масла хвойных: пихта, кипарис, сосна, кедры, ель, лиственница, можжевельник.
- Мирт, лаванда, герань, бергамот, роза, жасмин, мята, фенхель, эвкалипт, лайм, апельсин, мандарин, грейпфрут.
- «Женская гармония» – для женщин.

ВСД с повышенным АД.

- Иланг-иланг, розовое дерево, лаванда, сандал, лимон, мандарин, апельсин сладкий, герань, роза, жасмин, пачули, ветивер, анис, уд, иссоп, нероли, шалфей мускатный, бензоин, мускатный орех, османтус, бобы тонка, мелисса, ваниль.

ВСД с пониженным АД.

- Розмарин, базилик, литцея кубеба, лемонграсс, кардамон, грейпфрут, корица, гвоздика, лавандин, кедр, чабрец, бей, перец, имбирь, женьшень.

Методики.

- Ванны 5-8 капель ЭМ на морскую соль (кроме мяты, гвоздики, корицы и перца).
- Аромалампа – 1 к на 5 кв. метров площади (5-8 к квартира).
- Аромакулон 2-3 к.
- Аромакамень 2-3 к.
- Массаж 10-25 к
- Косметика (или масло) для лица и тела 40 капель на 100 мл. базы.
- Индивидуальные духи, 10-30 капель на 10 мл.

Осложнения.

- Течение вегето-сосудистой дистонии может осложняться вегетативными кризами, встречающимися более чем у половины пациентов. В зависимости от преобладания нарушений в том или ином отделе вегетативной системы различаются симпатoadреналовые, вагоинсулярные и смешанные кризы.
- Развитие **симпатoadреналового криза** или «панической атаки» происходит под влиянием резкого выброса адреналина в кровь, происходящего по команде вегетативной системы. Течение криза начинается с внезапно возникающей головной боли, учащенного сердцебиения, кардиалгии, побледнения или покраснения лица. Отмечается артериальная гипертензия, учащается пульс, появляется субфебрилитет, ознобopодобный тремор, онемение конечностей, ощущение сильной тревоги и страха. Окончание криза такое же внезапное, как и начало; после окончания – астения, полиурия с выделением мочи низкого удельного веса.

Паническая атака:

- страх умереть, сойти с ума,
- паника,
- сердцебиение,
- повышение АД, иногда температуры,
- волны жара или холода по всему телу, ознобоподобное дрожание,
- чувство нехватки воздуха,
- Онемение, иногда судорожные стягивания конечностей.
- Завершается выделением большого количества светлой мочи.



- **Вагоинсулярный криз** проявляется симптомами, во многом противоположными симпатическим эффектам. Его развитие сопровождается выбросом в кровь инсулина, резким снижением уровня глюкозы, повышением активности пищеварительной системы. Для вагоинсулярного криза характерны ощущения замирания сердца, головокружения, аритмии, затруднение дыхания и чувство нехватки воздуха. Отмечается урежение пульса и снижение АД, потливость, гиперемия кожи, слабость, потемнение в глазах.
- Во время криза усиливается перистальтика кишечника, появляется метеоризм, урчание, позывы на акт дефекации, возможен жидкий стул. По окончании приступа наступает состояние выраженной послекризовой астении. Чаще встречаются смешанные симпато-парасимпатические кризы, характеризующиеся активацией обоих отделов вегетативной нервной системы.

Вагоинсулярный криз

- Головокружение
- Тошнота
- Гиперемия кожи
- Брадикардия
- Артериальная гипотензия
- Профузный пот

Ароматерапия при кризах.

- **Паническая атака:** розмарин, кедр, имбирь и перец, герань, апельсин, лаванда, иланг-иланг, мята, полынь, анис, валериана, мускатный орех, мелисса, ваниль – ингаляции из флакона или аромалампа.
- **Вагоинсулярный криз:** розмарин, базилик, кедр, имбирь, корица, гвоздика, литцея-кубеба - ингаляции из флакона или аромалампа.

Диагностика.

- Диагностирование вегето-сосудистой дистонии затруднено ввиду многообразия симптомов и отсутствия четких объективных параметров. В случае вегето-сосудистой дистонии скорее можно говорить о дифференциальной диагностике и исключении органической патологии той или иной системы. Для этого пациенты проходят консультацию невролога, эндокринолога и осмотр кардиолога.
- При выяснении анамнеза необходимо установить семейную отягощенность по вегетативной дисфункции. У пациентов с ваготонией в семье чаще встречаются случаи заболеваемости язвенной болезнью желудка, бронхиальной астмой, нейродермитом; с симпатикотонией - гипертонической болезнью, ИБС, гипертиреозом, сахарным диабетом. У детей с вегето-сосудистой дистонией анамнез нередко отягощен неблагоприятным течением перинатального периода, рецидивирующими острыми и хроническими очаговыми инфекциями.
- При диагностике вегето-сосудистой дистонии необходимо проведение оценки исходного вегетативного тонуса и показателей вегетативной реактивности. Исходное состояние ВНС оценивается в состоянии покоя по анализу жалоб, ЭЭГ головного мозга и ЭКГ. Вегетативные реакции нервной системы определяются с помощью различных функциональных проб (ортостатической, фармакологических).

Заболевания вен.

- Варикозное расширение вен проявляется в увеличении размеров вен, изменении формы и снижении эластичности. Первичное варикозное расширение связано со слабостью или функциональными нарушениями венозной стенки. Вторичное варикозное расширение возникает в результате нарушения венозного оттока.
- Основной симптом в начале заболевания – варикозное расширение вен, других жалоб может и не быть.
- По мере прогрессирования заболевания появляются утомляемость, чувство тяжести в ногах, распирание, судороги в икроножных мышцах, особенно к вечеру, а иногда и по ночам. Отмечается нарушение кожной чувствительности. Отеки обычно возникают к вечеру, особенно после длительного стояния; после ночного отдыха отеки полностью исчезают.
- Со временем наряду с прогрессированием варикозного расширения вен появляются нарушения питания кожного покрова, чаще локализованные на внутренней поверхности голени: пигментация и воспаление кожи. Затем развивается трофическая язва, плохо поддающаяся лечению.
- Развитию способствуют условия, при которых затрудняется отток крови по венозной системе, связанных с профессиональной деятельностью (парикмахеры, продавцы и т.д.) и врожденной слабостью венозной стенки, цирроз печени.

Варикозные вены



Осложнения варикоза.

- Осложнениями варикозного расширения вен являются: острый тромбофлебит; разрыв варикозного узла с кровотечением; хроническая венозная недостаточность с развитием трофических язв.
- **Кипарис, ромашка, лимон, иссоп, каяпут, нероли, майоран, лайм, лемонграсс, лаванда, пихта, розмарин, душица, мелисса, мускатный орех, герань.**
- Втирания, массаж нижних конечностей, аппликации, сидячие и общие ванны, компресс, лосьон для втираний, на 50 мл транспортного масла 20-30 капель эфирных масел, аромалампа.

Тромбофлебит.

- Тромбофлебит - закупорка вены сгустком крови с развитием воспаления.
- Предрасполагающими факторами развития тромбофлебита являются повышение свертываемости крови, изменение стенки вены, замедление скорости кровотока. Закупорка вен затрудняет отток крови и способствует развитию стойких отеков и развитию варикозного расширения поверхностных вен нижних конечностей.
- **Используют эфирные масла пихты, лаванды, лимона, мирта, бея, душицы, сосны, майорана, эвкалипта, грейпфрута, герани, петитгрейна.**
- Также базовые масла внутрь: **льняное, кунжутное, горчичное.**



Тромбофлебит

Трофические язвы.



Ароматерапия.

- Перуанский бальзам.
- Чайное дерево, тимьян, лаванда, ромашка.
- **Спирто-водно-глицериновый компресс:**
- Перуанский бальзам – 20 капель;
- Чайное дерево – 10 капель;
- Тимьян – 2 капли;
- Лаванда – 10 капель;
- Ромашка – 10 капель.
- Долить до 50 мл спирто-водно-глицериновой смесью в равных пропорциях.



Благодарю за внимание!

- **Литература:**
- 1. <http://www.krasotaimedicina.ru>
- 2. «Сестринское дело в невропатологии и психиатрии с курсом наркологии» С.М. Бортникова, Т.В. Зубахина, А.Б. Кабарухина.