

# ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ И ЛЕЧЕНИЕ БОЛЕВЫХ СИНДРОМОВ У ПАЦИЕНТОВ С ГЕМОФИЛИЕЙ А

**ОЛЬГА КОНСТАНТИНОВНА ЛЕВЧЕНКО**

КАНДИДАТ МЕДИЦИНСКИХ НАУК,

РУКОВОДИТЕЛЬ КОМИТЕТА ПО БОЛИ В ГЕМАТОЛОГИИ РОССИЙСКОГО МЕЖРЕГИОНАЛЬНОГО  
ОБЩЕСТВА ПО ИЗУЧЕНИЮ БОЛИ (РОИБ),

ВРАЧ АНЕСТЕЗИОЛОГ-РЕАНИМАТОЛОГ, ТЕРАПЕВТ, ГЕМАТОЛОГ,

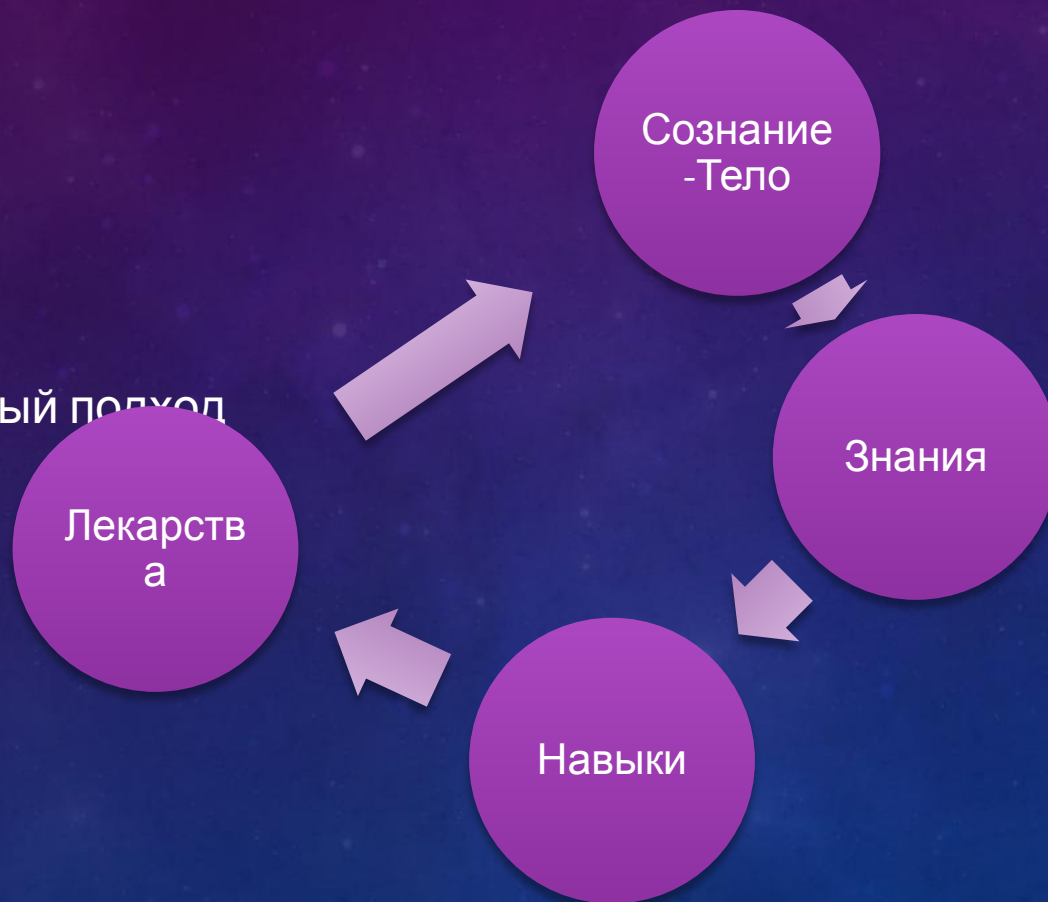
ЗАВЕДУЮЩАЯ СИМУЛЯЦИОННО-АККРЕДИТАЦИОННЫМ ЦЕНТРОМ ФГБУ "НМИЦ ГЕМАТОЛОГИИ"  
МЗ РФ,

ЗАВЕДУЮЩАЯ РЕДАКЦИЕЙ ЖУРНАЛА "ГЕМАТОЛОГИЯ И ТРАНСФУЗИОЛОГИЯ",

ЧЛЕН ЕВРОПЕЙСКОГО ОБЩЕСТВА АНЕСТЕЗИОЛОГОВ (ESA)

# БОЛЬ-БИОПСИХОСОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

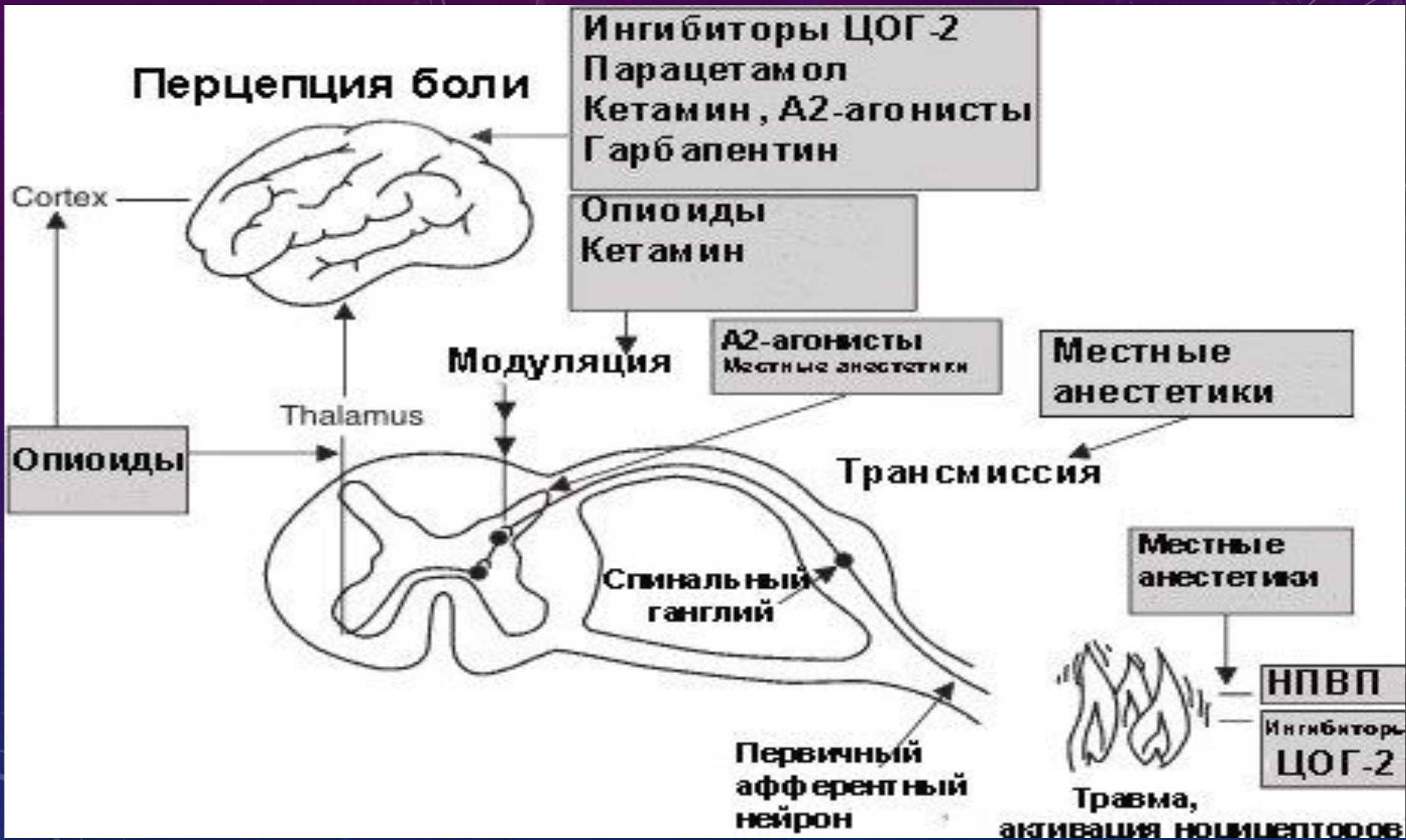
- Это комплексный подход



The background features a dark blue gradient with a subtle pattern of white dots. On the left side, there are several circular elements: a large scale with numerical markings from 140 to 260, and several smaller circles with dashed lines and arrows, suggesting a technical or scientific theme.

# МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ БОЛИ

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ  
НЕЛЕКАРСТВЕННЫЕ



# СОБСТВЕННАЯ АНТИНОЦИЦЕПТИВНАЯ СИСТЕМА

- выделяет биологически активные эндогенные опиоидные вещества – это «внутренние наркотики». Они называются эндорфины, энкефалины, динарфины.
- Выделяются нейропептиды, опиоидные пептиды. Опиоидные — т. е. подобные по действию наркотическим веществам опийного мака.

# АЛГОРИТМ «ДЕЛАЙ ПЯТЬ» («DO THE FIVE»)

- незамедлительное введение фактора
- компоненты комплекса RICE:
  - ❖ покой (rest),
  - ❖ холод (ice),
  - ❖ сдавление (compression),
  - ❖ возвышенное положение (elevation)

Национальный фонд гемофилии США

# ПУТЬ

- Боль-обезболивающее-тренировка-питание-отказ от вредных привычек-сон-активация собственной антиноцептивной системы-выброс эндорфинов, энкефалинов, «собственных обезболивающих гормонов»-улучшение функции сустава-улучшение качества жизни.....

*«Так хочется жить без боли, не глотать таблетки...»*

*«Боль – сигнал о смене отношения к миру, к себе, к людям. Необходимо найти свое дело, выполняя его, переключаешь внимание...»*

*«Боль в суставах хорошо снимается физическими упражнениями умеренной интенсивности. Благо есть фактор! Считаю очень важным развитие с юных лет у пациентов с гемофилией физической культуры, составление правильной программы...»*



# НЕФАРМАКОЛОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ

- ЛФК
- Кинезиотейпирование
- Массаж, самомассаж
- Питание
- Психологические методы

ОБШИРНЫЙ СИСТЕМАТИЧЕСКИЙ ОБЗОР 2016 ГОДА  
ПОДТВЕРЖДАЕТ СУЩЕСТВЕННУЮ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРОГРАММ  
ЛФК У ПАЦИЕНТОВ С ВРОЖДЕННОЙ ГИПОКОАГУЛЯЦИЕЙ,  
УКАЗЫВАЯ ЧТО ПРЕИМУЩЕСТВА ЭТОГО: СНИЖЕНИЕ  
ВОСПРИЯТИЯ БОЛИ, УВЕЛИЧЕНИЕ МЫШЕЧНОЙ СИЛЫ И  
ПОВЫШЕНИЕ АКТИВНОСТИ, УМЕНЬШЕНИЕ КОЛИЧЕСТВА ТРАВМ

*SCHÄFER GS<sup>1</sup>, VALDERRAMAS S<sup>2</sup>, GOMES AR<sup>3</sup>, BUDIB MB<sup>1</sup>, WOLFF ÁL<sup>4</sup>, RAMOS AA<sup>4</sup>.  
PHYSICAL EXERCISE, PAIN AND MUSCULOSKELETAL FUNCTION IN PATIENTS WITH HAEMOPHILIA: A  
SYSTEMATIC REVIEW. HAEMOPHILIA. 2016*

ПО ИТОГАМ НЕМЕЦКОГО ПРОЕКТА «ГЕМОФИЛИЯ И  
ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА», ЗАКЛЮЧАЮЩЕГОСЯ В ОЦЕНКЕ  
ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕГУЛЯРНЫХ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ И  
САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ДОМАШНИХ ТРЕНИРОВОК  
БОЛЬНЫХ ГЕМОФИЛИЕЙ В ТЕЧЕНИЕ ГОДА, УДАЛОСЬ  
УСТАНОВИТЬ, ЧТО ЗНАЧИТЕЛЬНО УМЕНЬШАЕТСЯ БОЛЬ,  
УЛУЧШАЕТСЯ ПОДВИЖНОСТЬ В СУСТАВАХ И ТАКИЕ  
ВАЖНЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ КАК «СИЛА И  
КООРДИНАЦИЯ», «ВЫНОСЛИВОСТЬ», «ГИБКОСТЬ»,  
«РИТМИЧНОСТЬ ПОХОДКИ», УЛУЧШАЕТСЯ  
ПРОПРИОЦЕПЦИЯ

CZERA D<sup>1</sup>, VON MACKENSEN S, HILBERG T. HAEMOPHILIA & EXERCISE PROJECT (HEP): THE IMPACT OF  
1-YEAR SPORTS THERAPY PROGRAMME ON PHYSICAL PERFORMANCE IN ADULT HAEMOPHILIA  
PATIENTS. HAEMOPHILIA. 2013

*Безусловно, выбор вида физической активности, ее интенсивность и продолжительность должны быть обсуждены с гематологом и предусматривать профилактическое применение концентратов фактора свертывания крови, а также надлежащие меры предосторожности со стороны методистов и инструкторов*

## Кинезиологическое тейпирование



# НЕЙРОПАТИЧЕСКАЯ БОЛЬ

Да Нет

1. Ощущение жжения
2. Болезненное ощущение холода
3. **Ощущение как от ударов током**

Да Нет

4. Пощипыванием, ощущением ползания мурашек
5. Покалыванием
6. Онемением
7. Зудом

# ПРИ ХРОНИЧЕСКОЙ БОЛИ

- Парацетамол
- Коксибы (ингибиторы ЦОГ-2) Целекоксиб, Рофекоксиб.....
- Габапентин

*«Выписывайте сильнодействующие лекарства по просьбе больного, потому что боль бывает нестерпимой...»*

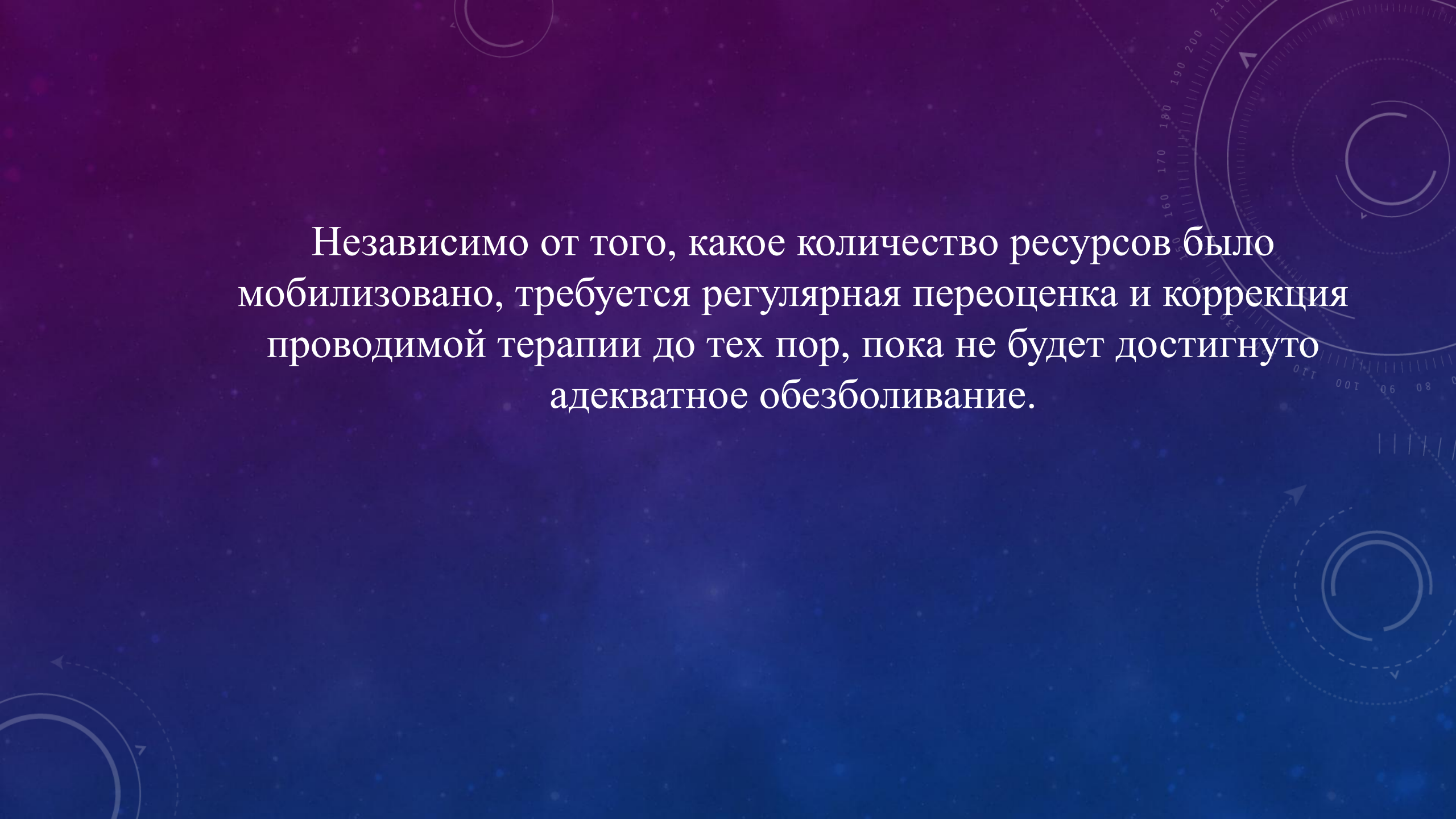
*Трамадол  
Кодеин*



*«Боль настолько сильная, что помогают только наркотические средства. Хорошо бы придумать врачам препарат по эффективности равный наркотическим средствам, но безвредный, для длительного применения при хронической боли...»*

# НЕЛЬЗЯ!!

- Морфин
- Марихуана
- Амфетамин
- Метамфетамин
- Кокаин
- Бензодиазепины
- Барбитураты
- Метадон
- Фенциклидин
- МДМА(экстази)
- Алкоголь
- Курение

The background features a dark blue gradient with a subtle pattern of white stars and faint technical diagrams. On the right side, there are several circular gauges or dials with numerical scales (e.g., 160, 170, 180, 190, 200, 210) and arrows. On the left, there are dashed circular paths with arrows indicating direction. The overall aesthetic is clean and professional, typical of a medical or scientific presentation.

Независимо от того, какое количество ресурсов было мобилизовано, требуется регулярная переоценка и коррекция проводимой терапии до тех пор, пока не будет достигнуто адекватное обезболивание.

The background is a dark blue gradient with a starry texture. On the left side, there are several overlapping circular elements. A prominent one is a large scale with tick marks and numbers ranging from 140 to 260. Other circles contain curved lines and arrows, suggesting motion or rotation.

БЛАГОДАРЮ ЗА  
ВНИМАНИЕ!

*LEVCHENKOKP@RAMBLER.RU*