

**Орлина Маргарита Анатольевна,**  
кандидат биологических наук, доцент,  
Медицинский университет «Реавиз»,  
Россия, г. Москва  
Orlina Margarita Anatolyevna,  
Candidate of Sciences in Biology,  
associate professor, Medical University «Reaviz»  
Russia, Moscow

**Марковская Даная Владимировна,**  
студентка 3 курса Лечебный факультет,  
Медицинский университет «Реавиз»,  
Россия, г. Москва  
Markovskaya Danaya Vladimirovna  
3th year student  
Faculty of Medicine Medical University «Reaviz»  
Russia, Moscow

**Рудакова Алла Юрьевна,**  
студентка 3 курса Лечебный факультет,  
Медицинский университет «Реавиз»,  
Россия, г. Москва  
Rudakova Alla Yurevna  
3th year student  
Faculty of Medicine Medical University «Reaviz»  
Russia, Moscow

**Назимко Ольга Сергеевна,**  
студентка 3 курса Лечебный факультет,  
Медицинский университет «Реавиз»,  
Россия, г. Москва  
Nazimko Olga Sergeevna  
3th year student  
Faculty of Medicine Medical University «Reaviz»  
Russia, Moscow

**ИССЛЕДОВАНИЕ РАСПРОСТРАНЕННОСТИ МИГРЕНИ  
СРЕДИ ДРУГИХ ВИДОВ ГОЛОВНОЙ БОЛИ  
У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА  
STUDY OF THE PREVALENCE OF MIGRAINE  
AMONG OTHER TYPES OF HEADACHES IN MEDICAL STUDENTS**

**Аннотация:** В настоящее время головными болями страдает около 50% населения всего земного шара, однако все головные боли можно классифицировать на разные виды. Данное исследование направлено на изучение распространенности мигреней среди учащихся медицинского ВУЗа и именно среди тех учащихся, которые страдают головными болями различного характера.



**Abstract:** Currently, about 50% of the world's population suffers from headaches, but all headaches can be classified into different types. This study is aimed at studying the prevalence of migraines among medical school students and specifically among those students who suffer from headaches of various types.

**Ключевые слова:** мигрень; головные боли; студенты; головная боль напряжения; неврология; распространенность; высшее учебное заведение; высокая умственная нагрузка; триптаны; нестероидные противовоспалительные препараты.

**Keywords:** migraine; headache; students; tension headache; neurology; prevalence; higher education institution; high mental load; triptans; non-steroidal anti-inflammatory drugs.

Введение:

Для того, чтобы произвести данное исследование нам было необходимо изучить теоретические особенности мигрени а также иных наиболее часто встречающихся типов головных болей [3, с 53-55].

Важно также отметить, что в данном исследовании мы учитывали только так называемые первичные головные боли, то есть такие головные боли, которые возникают сами по себе, а не как симптом какого-либо заболевания. [4, 24-26].

Но так как всего известно более 200 разновидностей первичных головных болей, то нами для исследования были выбраны два вида, которые встречаются наиболее часто [3, 4-8]:

- Мигрень
- Головная боль напряжения

Для того, чтобы произвести исследование было проведено два этапа:

I Теоретический этап: изучение теории, в том числе клинических признаков различных видов головных болей

II. Практический этап: проведение исследования и анализ полученных результатов

Материалы и методы:

Мигрень – неврологическое заболевание, наиболее частым и характерным симптомом которого являются эпизодические (или регулярные) сильные и мучительные приступы головной боли в одной (редко обеих) половине головы.

Мигрень представляет собой хроническое заболевание с эпизодическими обострениями.

Важно понимать, что согласно современным клиническим рекомендациям диагноз «Мигрень» можно выставить по следующими критериям:

A. По меньшей мере 5 приступов, отвечающих критериям B-D

B. Продолжительность приступа 4-72 часа без лечения или при отсутствии эффекта

C. Головная боль с минимум двумя признаками из четырех:

- Односторонняя локализация
- Пульсирующий характер
- Средняя или выраженная интенсивность боли
- Усиливается/требует прекратить обычную деятельность

D Сопровождается тошнотой и/или рвотой; фото и/или фонофобией

В лечении мигрени имеет значение правильная установка диагноза.

Диагноз устанавливается на основании жалоб, анамнеза, осмотра, исследования неврологического статуса. Кроме характерных жалоб и анамнеза, как правило, никаких изменений не наблюдается.

Лечение:

- Купирование приступа – НПВС, при неэффективности – препараты группы триптанов
- Профилактическое лечение при 4-х и более тяжелых приступах в месяц –



антиконвульсанты, антидепрессанты, моноклональные антитела. Конкретный препарат подбирает индивидуально.

Это в значительной степени отличается диагноз «Мигрень» от диагноза «Головная боль напряжения».

Головной болью напряжения (ГБН) называют боль, возникающую в ответ на психическое напряжение в результате острого или хронического стресса. Головная боль напряжения (ГБН) – самая частая форма головной боли. Их распространенность в популяции достигает 70%. ГБН могут наблюдаться у людей всех возрастных групп.

Диагноз ГБН может быть поставлен на основании:

А. По меньшей мере 10 эпизодов ГБ с частотой от 1 до 14 дней в месяц и отвечающие критериям В-Д.

В. ГБ продолжается от 30 минут до 7 дней

С. ГБ имеет минимум две из четырех характеристик:

- Двухсторонняя локализация
- Давящий/сжимающий/не пульсирующий характер
- ГБ не ограничивает обычную физическую активность

Д. ГБ не сопровождается тошнотой и рвотой, фото- и фонофобией

Диагноз устанавливается на основании жалоб, анамнеза, осмотра, исследования неврологического статуса. Кроме характерных жалоб и анамнеза, как правило, никаких изменений не наблюдается.

Лечение:

- Купирование приступа – НПВС не чаще 2-х раз в неделю
- Профилактическое лечение при боли более 2-х раз в неделю –антидепрессанты.

Конкретный препарат подбирает индивидуально.

Практический этап

В исследовании принимали участие 15 девушек, студенток 4 курса медицинского университета, выбранных по двум критериям: возраст – 21 год; наличие хронических головных болей.

Девушкам был предложен опросник по головной боли, а также опросник по уровню тревоги и депрессии (шкала HADS); кроме того все они были осмотрены врачом-неврологом на предмет наличия органической патологии со стороны нервной системы.

Результаты исследования обобщенно представлены в Таблице 1.

Табл.1.

Результаты исследования

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Сколько дней в месяц у вас болит голова?	10-11	4-5	8-9	10-11	5-7	12-14	5-9	3-4	5-6	12-14	10-12	6-7	15-16	16-17	4-6
Есть ли тошнота/рвота?	Нет	Да	Нет	Нет	Да	Нет	Нет	Да	Да	Нет	Нет	Да	Нет	Нет	Да
Есть ли боязнь света/звуков?	Нет	Да	Нет	Нет	Да	Нет	Нет	Да	Да	Нет	Нет	Нет	Нет	Нет	Да
Сколько длится боль?	3-4 часа	8 ч	1-2 ч.	2-3 ч.	1 день	4-5 ч.	6-7 ч.	12-14 ч.	10-11 ч.	2-4 ч.	4-5 ч.	6-8 ч.	4-5 ч.	4-5 ч.	4-5 ч.



Помогает ли вам НПВС? Если нет, указать, что помогает	Да	Нет, трип таны	Да	Да	Нет, трип таны	Да	Да	Нет, трип таны	Да	Да	Да	Нет, трип таны	Да	Да	Нет, трип таны
HADS (тревога/депрессия)	3/4	3/9	1/1	3/1	12/4	11/8	4/2	16/10	3/6	1/9	3/1	6/5	3/0	4/2	12/10
Осмотр невролога	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N
Уровень нагрузки	Выс	Выс	Выс.	Выс.	Выс.	Выс.	Выс.	Выс.	Выс.	Выс.	Выс.	Выс.	Выс.	Выс.	Выс.
Диагноз	ГБН	Миг.	ГБН	ГБН	Миг.	ГБН	ГБН	Миг.	Миг.	ГБН	ГБН	Миг.	ГБН	ГБН	Миг.

Таким образом, мы можем сделать следующий вывод:

Из 15 девушек 6 страдают именно мигренью по всем диагностическим критериям, остальные 9 – ГБН. При этом одна из 6 может купировать приступы с помощью НПВС, то есть они протекают легче, чем у остальных. Это можно отразить на диаграмме:



**Заключение**

Мы видим, что примерно 40% от всех, кто страдает головными болями среди студентов медицинского ВУЗа страдает именно мигренью. Данную выборку можно считать точной, так как она произведена случайным образом из случайных групп студентов по двум критериям.

Таким образом можно сделать вывод о том, что в медицинском ВУЗе данная проблема очень распространенная и необходимо ее решать, чтобы она не стала еще более проблемной, чем сейчас.

*Список литературы:*

1. Всероссийское общество неврологов. Российское общество по изучению головной боли. «Головная боль напряжения»/ Клинические рекомендации. – М.: 2021 г.



2. Всероссийское общество неврологов; Межрегиональная общественная организация Российское общество по изучению головной боли. «Мигрень»/ Клинические рекомендации. – М.: 2021 г.

3. Малыгина Т.Ю. «Распространенность головных болей среди студентов Дальневосточного государственного медицинского университета»/ Статья. – Эл. Источник. КиберЛеника, 2020. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rasprostranennost-golovnyh-boley-sredi-studentov-dalnevostochnogo-gosudarstvennogo-meditsinskogo-universiteta>

4. Ракитова А.В. «Этиологические аспекты распространенности первичных головных болей: на примере студентов ТГМУ»/ Статья. – Эл. Источник. КиберЛеника, 2021. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/etiologicheskie-aspekty-rasprostranyonnosti-pervichnyh-golovnyh-boley-na-primere-studentov-tgmu>

5. Саноева М.Ж. «Современный взгляд на проблему мигрени»/ Статья. – Эл. Источник. КиберЛеника, 2016. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyu-vzglyad-k-probleme-migreni-obzornaya-statya>

*References:*

1. All-Russian Society of Neurologists. Russian Society for the Study of Headache. "Tension headache" / Clinical guidelines. – М.: 2021

2. All-Russian Society of Neurologists; Interregional public organization Russian Society for the Study of Headache. "Migraine" / Clinical guidelines. – М.: 2021

3. Malygina T.Yu. "The prevalence of headaches among students of the Far Eastern State Medical University" / Article. – El. Source. CyberLenika, 2020. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rasprostranennost-golovnyh-boley-sredi-studentov-dalnevostochnogo-gosudarstvennogo-meditsinskogo-universiteta>

4. Rakitova A.V. "Etiological aspects of the prevalence of primary headaches: the example of TSMU students" / Article. – El. Source. CyberLenika, 2021. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/etiologicheskie-aspekty-rasprostranyonnosti-pervichnyh-golovnyh-boley-na-primere-studentov-tgmu>

5. Sanoeva M.Zh. "Modern view of the problem of migraine" / Article. – El. Source. CyberLenika, 2016. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyu-vzglyad-k-probleme-migreni-obzornaya-statya>

