**Автор:**

Гайтерова Сабина Асадуллаевна

3 курс, группа ЛД-31

ЕТЖТ - филиал ГРУПС

г. Елец Липецкой области, Россия

sofyblank122@gmail.com

+79601466656

**Научный руководитель:**

Косыгина Тамара Борисовна

преподаватель

ЕТЖТ - филиал ГРУПС, г. Елец

**Вегетососудистая дистония**

Вегетососудистая дистония (ВСД) представляет собой комплекс множества симптомов, которые связаны с различными органами и системами организма, указывая на нарушение функции или структуры периферических/центральных отделов вегетативной нервной системы. Она чаще всего сочетается с предрасполагающими факторами, в результате чего развиваются психосоматические заболевания. В случае наличия соматической патологии течение вегетативных расстройств может быть отягощенным.

Во всем мире у миллионов людей выявляются симптомы вегетососудистой дистонии. Наблюдаются они как у взрослых, так и у детей и подростков.

Эта патология является диагнозом исключения. Когда проведены все исследования и не обнаруживаются особые органические нарушения, то выставляется ВСД. Существуют также вегетативные нарушения, которые при наличии соматического заболевания могут осложнить его течение. Если проводить адекватную терапию ВСД, то проявления заболевания могут быть уменьшены.

Вегетососудистая дистония считается функциональным расстройством, которое часто возникает на фоне других заболеваний. Особенно часто она определяется при панических атаках, фобиях, неврологических расстройствах, сердечно-сосудистых патологиях и т.д. Она включает в себя множество симптомов, характерных для других заболеваний. Этот «диагноз» довольно удобен, так как его можно поставить в случаях, когда недостаточно данных для установления другой патологии.

Диагноз ВСД часто встречается:

1. У взрослых подобный диагноз ставится в 70% случаев, а у детей и подростков — в 15%.
2. В 98% случаев пациенты жалуются на учащённое сердцебиение и боли в сердце.
3. В 96% - при выраженной слабости и недомогании.
4. В 90% - при головной боли.
5. У 30% мужчин к симптомам добавляется снижение либидо без органических нарушений.

Существует несколько основных причин развития вегето-сосудистой дистонии и ряд предрасполагающих факторов, которые также могут способствовать развитию заболевания.

Основными причинами возникновения ВСД являются наследственная отягощенность, физиологические особенности строения организма и физическое или психоэмоциональное перенапряжение.

Различные дисфункции и нарушения структуры вегетативной нервной системы передаются в основном по материнской линии. Существует вероятность того, что при наличии определенного темперамента у родителя в сочетании с определенными особенностями личности существует высокий риск того, что у его детей, унаследовавших те же эмоциональные характеристики, также будут проявляться признаки вегетативного расстройства.

Хроническая и острая активация вегетативной нервной системы происходит и при различных эмоциональных стрессах, когда в большом количестве вырабатываются гормоны норадреналин и адреналин. Под их действием учащаются сердцебиение и дыхание. В патологических случаях такая защитная реакция замедляется, она может стать гипертрофированной.

В связи с тем, что вегетососудистая дистония не является самостоятельным заболеванием, применяется симптоматическое и санаторное лечение, а также терапия основного заболевания, на фоне которого отмечаются симптомы нервно-мышечного, сосудистого, нейроэндокринного, психического или пароксизмального характера.

Мы можем отметить у пациентов с данной патологией цефалгии, склонность к обморокам, субфебрильную температуру тела, ощущение кома в горле, боли в области сердца, приступы тошноты, быструю утомляемость, тошноту, боли в животе, изменения в показателях артериального давления, метеочувствительность и другие признаки.

При появлении выше указанных симптомов необходимо обратиться к врачу, который назначит необходимое обследование и лечение.

Многие лекарства для терапевтического воздействия при ВСД относятся к группе седативных препаратов. Часто они имеют растительное происхождение, поэтому их можно назначать детям, но только врач узкой специализации. Наиболее часто используемые сегодня седативные препараты:

1. Ново-пасит - седативное средство на растительной основе, применяется при навязчивых страхах и тревожных состояниях.
2. Персен - Помогает успокоиться и расслабиться.
3. Корвалол - помогает расслабиться, действует на организм успокаивающе.
4. Азафен уменьшает тревожность и сновидения, улучшает настроение.
5. При высокой степени возбуждения могут быть назначены транквилизаторы, которые оказывают тормозящее действие на организм. Наиболее часто используемый препарат из этой группы — «Седакс».

Для коррекции сердечно-сосудистой системы назначаются:

1. Норматес — это сосудорасширяющее средство, которое помогает снять напряжение в периферических сосудах. Положительно влияет на ночной сон.
2. Винпоцетин - расширяет кровеносные сосуды и улучшает мозговое кровообращение.
3. Валокомид — оказывает кардиотоническое действие, что позволяет снизить нагрузку на сердце.

С помощью природных ресурсов и физиотерапевтических методов лечения проводится довольно эффективное укрепление вегетативной нервной системы. Чаще всего во время ремиссии заболевания пациент проходит курс реабилитации, что впоследствии позволяет улучшить его самочувствие и работоспособность.

Есть некоторые особенности санаторно-курортного лечения, рекомендованные ВСС. В частности, курорт или санаторий должны находиться в том же регионе, где проживает пациент. Резкая смена климата может способствовать обострению патологического процесса. Таким образом, при выборе санатория необходимо ориентироваться на климатическую зону с разницей не более 3 часов и максимально приближенную к сезону, который наблюдается в родной местности.

При выборе воды следует учитывать особенности регуляции нервной системы и сопутствующие заболевания. Например, при ВСД кардиотонического типа рекомендуются радоновые и сероводородные воды, при выраженной гипотонии на фоне ВСД - йодо-бромная вода, при нервном истощении - углекислотная, при перевозбуждении - азотистая вода. Если отмечается симпатикотония, то полезно употреблять сульфамидные воды.

Благоприятный прогноз ставится в том случае, если пациент вовремя обратил внимание на своё состояние и были приняты соответствующие меры. Чаще всего при выполнении указаний врача общее самочувствие пациента улучшается довольно быстро. Заболевание может протекать в хронической форме, и тогда ВСД становится причиной различных психосоматических заболеваний. Кроме того, пациент начинает плохо адаптироваться к окружающей среде: у взрослых снижается работоспособность, а у детей возникают конфликты в семье и в школе.

Относитесь к своему здоровью ответственно! Своевременно обращайтесь к специалистам и строго выполняйте все назначения врача! Будьте здоровы!