

ПАЦИЕНТ С БЕССОННИЦЕЙ:

ЧЕМ МОЖЕТ ПОМОЧЬ СПЕЦИАЛИСТ?

8 из 10 пациентов врачей поликлинического звена жалуются на нарушения сна:

- длительный период засыпания (удлинение латентности наступления сна)
- частые ночные пробуждения
- короткий ночной сон
- низкое качество ночного сна
- плохое самочувствие после пробуждения

примерно 10% составляет распространенность хронической инсомнии в общей популяции

у 30-35% людей выявляются переходящие симптомы нарушений сна

в 1,5 раза чаще хроническая инсомния встречается у женщин, чем у мужчин

ФОРМЫ ИНСОМНИИ СОГЛАСНО МЕЖДУНАРОДНОЙ КЛАССИФИКАЦИИ РАССТРОЙСТВ СНА

1
ОСТРАЯ ИНСОМНИЯ:
МЕНЕЕ 3 МЕСЯЦЕВ

2
ХРОНИЧЕСКАЯ ИНСОМНИЯ:
БОЛЕЕ 3 МЕСЯЦЕВ

3
ИНСОМНИЯ НЕУТОЧНЕННАЯ (ВРЕМЕННЫЙ ДИАГНОЗ)

ВЛИЯНИЕ КОРОТКОЙ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ СНА НА РАЗЛИЧНЫЕ ОРГАНЫ И СИСТЕМЫ:



КОГДА НАЗНАЧАТЬ СНОТВОРНЫЕ?

- ✓ при первичной острой инсомнии
- ✓ при обострении основного заболевания, вызывающего нарушение сна

КАК НАЗНАЧАТЬ СНОТВОРНЫЕ?

- ✓ отдавать предпочтение «короткоживущим» препаратам и средствам, не образующим активных метаболитов, поскольку их прием:
 - как правило, не сопряжен с постсомническими проблемами
 - редко вызывает вялость и сонливость в период бодрствования
 - не оказывают негативного влияния на моторные функции
- ✓ не назначать дольше, чем на 3 недели (оптимально 10-14 дней): за это время не формируются привыкание и зависимость и не возникают проблемы, связанные с отменой препарата

Реслип®

ДОКСИЛАМИН, БЛОКАТОР H1-ГИСТАМИНОВЫХ РЕЦЕПТОРОВ

- + применяется с 40х г. XX века
- + большой опыт применения при инсомнии
- + доказательная база клинических исследований высокой степени доказательности (в т.ч. международных)
- + входит в российские клинические рекомендации по лечению инсомнии

КЛИНИЧЕСКИЕ ЭФФЕКТЫ

- ✓ **сокращает** время засыпания
- ✓ **удлиняет** сон
- ✓ **улучшает** качество сна
- ✓ **не изменяет** фазы сна
- ✓ **снижает** общую продолжительность пробуждений во время сна
- ✓ **уменьшает** количество тревожных сновидений
- ✓ **по клинической эффективности** 15 мг доксиламина сопоставимы с 10 мг золпидема

ПРОФИЛЬ БЕЗОПАСНОСТИ

- ✓ **не отмечено** эффекта последействия, не влияет на память и концентрацию внимания
- ✓ **нет синдрома** отмены после прекращения приема препарата
- ✓ **уменьшает** дневную сонливость
- ✓ **может быть назначен** в любой период беременности

Реслип не уступает по клинической эффективности и профилю безопасности оригинальному доксиламину

И МОЖЕТ ПРИМЕНЯТЬСЯ В КЛИНИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ ПРИ ОСТРОЙ ИНСОМНИИ



Подготовлено по выступлению «Пациент с бессонницей в практике терапевта, особенности подготовки к лечению нарушений сна» Котовой Ольги Владимировны, невролога, психотерапевта, доцента кафедры психиатрии, психотерапии и психосоматической патологии ФНМО Медицинского института РУДН им. Патриса Лумумбы, вице-президента Международного общества «Стресс под контролем» на портале CON-MED.RU