

Она знакома каждому из нас. Она приходит неожиданно и заметно меняет нашу работоспособность. Она непрощенная гостья, омрачающая выходные. Благодаря достижениям современной фармацевтики и вопреки нашей медицинской информированности отношение к ней мы часто упрощаем.

Тема этого номера – «Боль в голове».

Мы беседуем с Кареном Георгиевичем АЙРАПЕТОВЫМ – доктором медицинских наук, заведующим нейрохирургическим отделением Клинической больницы №1 Южного окружного медицинского Центра ФМБА России (г. Ростов-на-Дону), нейрохирургом высшей категории, нейроонкологом.

Карен Георгиевич профессионально знаком с коварством этого нередкого симптома и теми жизнеугрожающими состояниями, единственным вестником которых нередко является просто боль в голове.

БОЛЬ В ГОЛОВЕ: НЕПРОСТО О ПРОСТОМ



Добрый день, глубокоуважаемый Карен Георгиевич. Позвольте от редакции журнала «МЕДИЦИНА» выразить Вам благодарность за то, что несмотря на свой насыщенный график консультаций и операций, Вы нашли возможность посетить нашу редакцию. Проблема, которой посвящена наша традиционная рубрика, чрезвычайно актуальна и, я бы сказал, «болезненна» для каждого. Потому как всем, безусловно, знакома головная боль. Она многогранна в своих проявлениях, но всегда приносит серьезный дискомфорт и нарушает нашу активность. В чём же причина этого симптома?

– Добрый день всем читателям журнала «МЕДИЦИНА». Рад очередной встрече на страницах вашего профессионального издания. Да, действительно, боль в голове, или по-латыни «цефалгия» является одним из наиболее частых симптомов различных заболеваний. Головная боль – это ещё и одна из самых распространенных и универсальных жалоб во врачебной практике, которая может отражать неблагополучие не только в самой голове, но и в организме в целом.

Во всем мире миллионы людей страдают головной болью, которая колеблется от умеренного приступа до нестерпимой боли, которая, как правило, вызывается повышением внутричерепного давления или мигренью. Головная боль может возникать у абсолютно здоровых людей вследствие изменения погоды либо переутомления. Такие боли быстро проходят без необходимости принятия лекарств, либо после приема каких-либо обезболивающих медикаментов. По некоторым, еще не совсем ясным, причинам, женщины страдают головными болями чаще, чем мужчины.

Головная боль может быть вызвана механическим, химическим или термическим воздействием на чувствительные нервные окончания (рецепторы). Эти рецепторы, имеющиеся в мягких тканях головы – коже, мышцах, в стенках поверхностных артерий головы, твердой мозговой оболочке, в сосудах основания мозга – воспринимают различные нервные импульсы, которые человек ощущает как боль.



Теперь о причинах и механизмах развития этого коварного симптома. Один из типовых механизмов развития хронических головных болей связан с нарушением сосудистой регуляции. Причиной нарушений могут быть, например, изменения в составе внутренней среды организма – внутренняя интоксикация. При этом чувствительные проводники (хемотрецепторы) передают в мозг сигналы тревоги, которые и воспринимаются нами как головная боль (известный пример – головная боль вследствие алкогольной интоксикации).



Часто головную боль называют мигренью. На самом деле, это одна из разновидностей данного симптома или самостоятельное заболевание?

– Мигрень – это пульсирующая головная боль, возникающая периодически, чаще всего после пробуждения. Во время сна боль обычно не чувствуется. По своей силе мигрень может быть от умеренной до нестерпимой. Обычно такая боль поражает одну половину головы. Мигрень может длиться до 72-х часов, часто сопровождается тошнотой, рвотой, тяжелой переносимостью

света, громких звуков. Врачи до сих пор не определили, что является причиной мигрени. Гормональные колебания – это только одно объяснение возникновения мигрени. Также причинами мигрени могут быть стрессы, голод, бессонница, запахи, яркий свет, острые продукты, пищевые консерванты, перемены погоды и т.д. Склонность к мигрени, как правило, передается по наследству. В настоящее время мигрень относят к самостоятельному заболеванию, и даже разработана классификация этих патологических состояний. Например, различают офтальмическую мигрень. При этом больные обычно жалуются на ощущение светящихся искр, зигзагообразных линий, иногда на снижение зрения и туман в глазах. В других случаях возникают жалобы на ощущения онемения, покалывания в конечностях, иногда в лице и языке. Это так называемая симптоматическая мигрень. И здесь необходимо искать первопричину, ведь это один из симптомов какого-то заболевания.



Как я понял, головная боль может также сопровождаться и другими симптомами, например, тошнотой, рвотой. И если это происходит довольно часто, то есть очень серьезный повод задуматься о причинах такой головной боли...

– Да, это правильное решение, которое должно быть, прежде всего, своевременным. Одни из таких причин связаны с повышенным или пониженным внутричерепным давлением. Но этот лишь одно из заметных звеньев патогенетической цепочки, основанной на причинно-следственных связях. В истоках развития такого следствия (а точнее, последствия) бывают более грозные состояния, которые обусловлены, как мы нейрохирурги говорим, объемными поражениями мозга (опухоль, гематома). Такие боли характеризуются рвотой, сонливостью, головокружением, возникают обычно ночью, либо рано утром. Для точной диагностики таких головных болей назначают компьютерную томографию, лечатся они, как правило, с помощью хирургического вмешательства.



Но неужели всегда всё так серьезно? С определенной лёгкостью мы говорим о повышенном атмосферном давлении, метеочувствительности, плохой погоде как причинах головной боли. И такое часто можно слышать от молодых людей...

– Да, в этом действительно есть своя научная аргументация. Поскольку существует и другая форма головных болей, которые возникают вследствие повышения внутричерепного давления, но без каких-либо образований в головном мозге. Такие боли можно встретить у молодых девушек или женщин с весом, превышающим норму. Наряду с головными болями могут также быть нарушения зрения. Симптомы при таких болях – боль в области лба, висков, затылка или всей головы – могут провоцироваться вследствие изменения погоды, переутомления, стресса...



Значит, не всегда колебания настроения и плохое самочувствие у представительниц пре-

красного пола в пасмурную погоду можно списать на ипохондрию. Причиной тому может быть и повышенное внутричерепное давление...

– Это еще раз подтверждает, что мужчины должны относиться внимательней к своим женщинам и хорошо разбираться в причинах всего, что омрачает хорошее настроение и вносит дискомфорт (*смеётся*). Но и у мужчин бывает своя специфика в этом «головном болезненном» вопросе. Речь идёт о так называемой «хортоновской» головной боли.

Такой вид головной боли часто встречается как раз у мужчин. Боль характеризуется приступами, является очень сильной и сверлящей, распространяется, как правило, вокруг глаза, на висок и лоб. Приступы обычно возникают в одно и то же время. Во время таких приступов нельзя употреблять алкоголь.



Вполне знакомое состояние. Надеюсь, что мужская половина нашей читательской аудитории вспомнит в таких проявлениях нелучшие моменты своего самочувствия и теперь осознает, что как раз такие состояния категорически исключают некоторые предпочтения.

– Это действительно так, поскольку в наше стрессовое время в этом видится возможность снять напряжение, переутомление после рабочего дня. Согласен, что это очень многим знакомое стремление, поскольку само состояние встречается очень часто. И в развитие этой темы я бы хотел рассказать о самой распространенной в последнее десятилетие форме головной боли. Это – головная боль напряжения. Такая головная боль обычно вызывается, как это не звучит банально, именно напряжением. Вы целыми днями сидите за компьютером, в машине или постоянно нервничаете, а дома спите на неудобной кровати и подушке. В результате – спазм сосудов головного мозга и шеи. Существуют эмоциональное (стрессы, переживания) и мышечное напряжения (напряжение мышц шеи). Людям, страдающим головными болями такого вида, назначают компьютерную томографию, а также визит к невропатологу или даже к психиатру, так как головная боль напряжения может возникнуть вследствие скрытой депрессии.



Вот так целыми днями сидишь в офисе за компьютером, склонив голову над клавиатурой. И постепенно начинаешь испытывать боль в шейном отделе позвоночника... Тогда мы вспоминаем о знакомом массаже и так необходимом каждому офисному работнику массаже воротниковой зоны.

– Хорошо, что мы логически перешли и к другому виду головной боли. Эта боль так и называется «шейная головная боль». Боли в голове при остеохондрозе шейного отдела позвоночника, как правило, имеют одностороннюю локализацию в шейно-затылочной области и распространяются на височно-глазничную область. Боль в голове может проявляться эпизодически или носить затяжной, хронический характер. Шейная головная боль может быть как средней силы, так и очень сильной. Та-

кая боль может сопровождаться тошнотой, пошатыванием, головокружением. Часто пациенты с данной патологией жалуются на ограничение движений в шейном отделе позвоночника, скованность в мышцах шеи и спины, значительное снижение объема произвольных движений в них. Боли могут возникать без видимой причины, однако, значительно чаще провоцируются механическими факторами. Как правило, возникновению таких головных болей предшествуют эпизоды перенапряжения – сон в неудобной позе, длительная физическая нагрузка, связанная с наклоном или переразгибанием головы, непривычные физические нагрузки.



Карен Георгиевич, вот мы вместе с Вами сегодня рассмотрели, пожалуй, все причины головных болей. Очевидно, что «не тронь – болеть не будет». Травмы тоже являются причиной боли...

– Да, Вы правильно заметили, что мы не сказали и о таком виде головной боли, которая наступает вследствие черепно-мозговой травмы. Это посттравматическая головная боль, которая, как правило, может длиться в течение долгих лет после травмы и сопровождаться тревогой, раздражительностью, снижением концентрации внимания, головокружением. Больной обычно переживает, что его состояние становится еще хуже, начинает страдать депрессией. При головных болях, вызванных сотрясением мозга, как правило, требуется санаторно-курортное лечение, обезболивающие средства.



И травма, и повышенное или пониженное внутричерепное давление, вызванное объемными поражениями либо сосудистыми реакциями – это всё причины на уровне мозга как сложного органа. Но, наверное, этим органом уровнем не исчерпывается многообразие причин головной боли?

– Для полноты раскрытия рассматриваемой сегодня проблемы надо помнить и о внемозговых причинах головной боли. Кратко их перечислю.

Во-первых, это боли в голове при артериальной гипертензии. Такие боли встречаются не так часто, как это принято считать. Тем не менее, частый симптом при подъеме артериального давления – тяжелая, давящая, пульсирующая боль, которая обычно беспокоит в области шеи и затылка.

Во-вторых, боли в голове при внемозговых инфекционных заболеваниях. Инфекции любого происхождения и местонахождения (самые разные, в том числе грипп, ангина и многие другие) могут быть причиной до 40% острых приступов головной боли. Любые вирусные или бактериальные инфекции могут начинаться приступом головной боли, а уже позднее могут присоединиться остальные симптомы болезни, такие как повышение температуры тела, сонливость, отсутствие аппетита и другие проявления болезни.

В-третьих, действие лекарств и/или химических веществ. Из лекарств чаще всего головную боль (как при приеме препаратов, так и при их отмене) вызывают оральные контрацептивы, нитраты (например, нитрогли-

церин), кофеин. Из химических веществ следует отметить алкоголь, бензол, окись углерода, инсектициды, свинец.

В-четвертых, боли в голове, связанные с метаболическими нарушениями (боли в голове при гипоксии, гиперкапнии, диализе и др.).

В-пятых, боли в голове при патологии черепа, шеи, глаз, ушей, носа, придаточных пазух, зубов, рта, других структур лица и черепа (боли в голове при глаукоме, синусите и др.).



Карен Георгиевич, Вы – доктор медицинских наук, нейрохирург и нейроонколог, который возглавляет современное нейрохирургическое отделение, оказывающее сегодня на самом высшем уровне высокотехнологичную специализированную медицинскую помощь. Вы, используя самые последние достижения микрохирургии, лечите те критические состояния, одним из первых симптомов которых была именно головная боль. Как предупредить такие тяжёлые последствия?

– Завершая такой важный разговор, посвященный проблеме причин головной боли, я как нейрохирург обязан обратить внимание ваших читателей на такие простые и, вместе с тем, жизненно важные рекомендации. Всё находится в развитии, и любое состояние, а тем более болезнь, есть следствие чего-то предшествующего. И это необязательно может быть малоподвижный образ жизни, режим работы, генетическая предрасположенность, несбалансированное питание и т.п. Это, прежде всего, невнимательное отношение к своим ощущениям. Головная боль весьма часто посещает каждого активного человека, и в нашей домашней аптечке всегда найдутся обезболивающие препараты, которые уверенно купируют головную боль. И порой этого бывает вполне достаточно.

Но необходимо помнить, что если вас беспокоят продолжительные и повторяющиеся головные боли, не стоит пренебрегать визитом к врачу-невропатологу, а также медицинским осмотром, так как хронические головные боли могут быть предвестниками каких-либо серьезных нарушений в организме.

Любая боль – это своеобразный сигнал о каком-либо нарушении или повреждении в организме! Головная боль, как, в принципе и любая другая, является всего лишь симптомом. Если вы предпочитаете заниматься самолечением, учтите, что злоупотребление медикаментами может привести к серьезным заболеваниям печени, почек, желудка, кишечника, возникновению аллергии. Не пренебрегайте специалистами, опытный врач всегда поможет уточнить причины головной боли, установить диагноз и провести адекватное лечение. Здоровье у нас одно, и о нем нужно заботиться!

*Записал Т.Н. Ильин,
руководитель научно-редакционного отдела
журнала «МЕДИЦИНА»*