

## АНАЛІЗ ТРИГЕРНИХ ЧИННИКІВ МІГРЕНІ

*Сотніков Д. Д., Максимова О. С.*

*Сумський державний університет, кафедра фізіології та патофізіології*

**Актуальність.** Підбір ефективного лікування мігрені викликає труднощі та потребує навчання й активне залучення пацієнта до процесу лікування, що, у першу чергу, полягає у модифікації образу життя та запобігання провокуючих напад чинників.

**Мета дослідження:** визначити основні фактори, які провокують напад мігрені у залежності від статі та форми захворювання, а також проаналізувати їх вірогідний вплив на особливості клінічного перебігу.

**Матеріали та методи.** Нами обстежено 268 хворих на мігрень віком від 16 до 60 років (у середньому  $25,9 \pm 0,6$  років). Переважну більшість хворих склали жінки – 203 (75,7 %), чоловіки – 65 (24,3 %). Мігрень без аури реєструвалася у 158 (59,0 %) випадках, можлива мігрень без аури – у 57 (21,3 %), мігрень з аурою – у 43 (16,0 %), можлива мігрень з аурою – у 10 (3,7 %).

**Результати.** Переважна більшість хворих назвали декілька тригерних чинників – 75,4 % осіб. У чоловіків кількість чинників не перевищувала чотирьох: у 26 (40,0 %) – виявлявся лише один, у 17 (26,2 %) – два, у 16 (24,6 %) – три, у 6 (9,2 %) – чотири. Серед жінок найчастіше називали три фактора – 56 (27,5 %) хворих, 41 (20,0 %) – один чинник, 40 (19,5 %) – чотири, 39 (19,0 %) – два, 18 (9,0 %) – п'ять, 10 (5,0 %) – шість. Найчастішими провокуючими чинниками були: зміна погоди – у 178 (66,4 %), емоційний стрес – у 143 (53,4 %), яскраве світло або шум – у 90 (33,5 %), розумове або фізичне навантаження – у 86 (32,1 %), недостатній сон або надлишок сну – у 77 (28,7 %), менструація – у 67 (25,0 %), деякі продукти харчування – у 24 (8,9 %), великі інтервали між вживанням їжі – у 15 (5,5 %) випадках. Серед продуктів, які провокували напад мігрені, найчастіше зазначали алкоголь, особливо вино – 11 (45,8 %) осіб, каву – 8 (33,3 %) осіб, шоколад – 3 (12,5 %) особи, маринади – 2 (8,4 %) особи. У чоловіків основними тригерними чинниками були зміна погоди та фізичне/розумове навантаження – у 27,5 % та 24,8 % випадків. У жінок напад мігрені переважно провокувався зміною погоди та емоційним навантаженням – у 27,6 % та 23,8 % випадків відповідно.

Серед чинників, які провокують мігрень з аурою більше значення мали зміна погоди (67,9 %) та фізичне або розумове навантаження (35,8 %). Емоційний стрес, як тригер мігренозного нападу, мав більше значення при мігрені без аури – 58,6 %. Найбільша щомісячна частота атак мігрені була внаслідок емоційного навантаження –  $2,4 \pm 0,3$ . Максимальні середні значення інтенсивності ( $7,1 \pm 0,6$  бала за візуально-аналоговою шкалою болю) та тривалості ( $24,9 \pm 7,0$  годин) головного болю виникали внаслідок впливу яскравого світла або шуму. При дії інших тригерних чинників суттєвої різниці у клінічній картині атаки мігрені не виявлено.

**Висновки.** Фактором, який має найбільше значення у провокуванні нападу мігрені, виявилась зміна погоди. Для чоловіків більше значення має фізичне або розумове навантаження, для жінок – емоційне напруження. Найбільш тяжкий перебіг нападів мігрені спостерігався внаслідок провокування яскравим світлом або шумом, тому при зазначенні пацієнтом частого впливу цього чинника, необхідно думати про призначення превентивного лікування.