

Rīta galvassāpju biežums un to ietekme uz pacientiem ar miega apnoju

Jānis Labucis¹, Ināra Logina², Juris Svaža³

Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

¹ Tālākizglītības fakultāte

² Neuroloģijas un neiroķirurģijas katedra

³ Anestezioloģijas un reanimatoloģijas katedra

Ievads. Starptautiskajā galvassāpju klasifikācijā (ICHD-3, *International Classification of Headaches Disorders*) tiek izdalīta atsevišķa galvassāpju sadaļa – 10.1.4 “Miega apnojas izraisītas galvassāpes”. Tās ir galvassāpes, kas parādās no rīta vai pamostoties, ir abpusējas, spiedošas, ilgst līdz četrām stundām, ir pašlimitējošas un kuras mazina analgētiskie līdzekļi. Populācijā ir ļoti daudz nediagnostiķētu miega apnojas pacientu, kuriem rīta galvassāpes var būt dzīves kvalitāti ietekmējošs faktors. Novēršot miega apnoju, sekmīgi tiek novērsta rīta galvassāpes.

Darba mērķis, materiāls un metodes. Mērķis ir noskaidrot rīta galvassāpju biežumu un to saistību pacientiem ar dažādām miega apnojas pakāpēm.

Retrospektīvajā pētījumā tika izvērtēti dati 446 pacientiem, kuri vērsās pie ārsta ar sūdzībām par skaļu krākšanu, dienas miegainību un elpas trūkuma epizodēm naktī un kuriem veikta pilnīga izmeklēšana ar poligrāfijas vai polisomnogrāfijas metodi laikposmā no 2016. gada janvāra līdz 2018. gadam.

Rezultāti. Pētījumā piedalījās 344 (jeb 77,1%) vīrieši un 102 (jeb 22,9%) sievietes.

Pacientu vidējais vecums bija 48,2 (SD 13,2) gadi; vidējais KMI – 32,0 (SD 6,9). Vidējo miega ilgumu pacienti uzrādīja 7,5 (SD 1,1) h, un vidējā Epvorta miegainības skalas vērtība bija 7,8 (SD 5,2) punkti.

Miega apnoja tika diagnosticēta 88,1% (393 no 446) pacientu, atbilstoši vieglas pakāpes – 28,3% (111), vidējas pakāpes – 23,1% (91) un smagas pakāpes – 48,6% (191) gadījumu.

Kopumā sūdzības par rīta galvassāpēm bija 41,5% (185 no 446) pacientu, taču starp slimniekiem ar miega apnoju tādu bija gandrīz puse – 43,1% (169 no 393). Sūdzības par rīta galvassāpēm “reti – vienreiz nedēļā”, bija 45,6% (77 no 169) gadījumu, “reizēm – 2–3 reizes nedēļā” – 37,9% (64 no 169) un “bieži – gandrīz katru dienu” – 16,6% (28 no 169) gadījumu.

Pacientiem ar rīta galvassāpju incidenci “reti” diagnosticēta miega apnoja ar vieglu pakāpi 32,5% (25 no 77), vidēji smagu pakāpi 16,9% (13 no 77) un smagu pakāpi 50,6% (39 no 77) gadījumu. Pacientiem ar rīta galvassāpju incidenci “reizēm” diagnosticēta miega apnoja ar vieglu pakāpi 12,5% (8 no 64), vidēji smagu pakāpi 20,3% (13 no 64) un smagu pakāpi 67,2% (43 no 64) gadījumu. Pacientiem ar rīta galvassāpju incidenci “bieži” diagnosticēta miega apnoja ar vieglu pakāpi 14,3% (4 no 28), vidēji smagu pakāpi 21,4% (6 no 28) un smagu pakāpi 64,3% (18 no 28) gadījumu. χ^2 (4) 9,3, $p < 0,05$. Pacientiem ar miega apnoju miega kvalitāte bija laba 21,6% (85 no 393), apmierinoša – 49,9% (192 no 393) un slikta – 29,5% (116 no 393) gadījumu, χ^2 (4) 9,2, $p < 0,05$.

Kopumā pacientiem biežas rīta galvassāpes bija 6,5% (29 no 446) gadījumu. Pacientiem ar biežām rīta galvassāpēm miega kvalitāte bija laba 3,4% (1 no 29), apmierinoša 51,7% (15 no 29) un slikta 44,8% (13 no 29) gadījumu, $p < 0,005$.

Secinājumi. Pacientiem ar sūdzībām par krākšanu, elpas apstāšanās epizodēm naktī un dienas miegainību miega apnoja padziļinātā izmeklēšanā tiek atklāta ļoti bieži – absolūtā vairākumā gadījumu (88,1%). Gandrīz pusei (43,1%) pacientu ar miega apnoju bija rīta galvassāpes. Pacientiem ar vieglas pakāpes miega apnoju rīta galvassāpes vairāk bija ar retu izpausmi, bet ar smagas pakāpes miega apnoju rīta galvassāpes kļūst biežākas. Pacientiem ar miega apnoju miega kvalitāte drīzāk ir apmierinoša vai slikta nekā laba.