

Пост-релиз

20 ноября 2018

В Сеченовском университете представили вектор развития сомнологии

Сомнология меняет вектор развития: из фундаментального направления науки она становится прикладной и решает практические задачи здравоохранения. Именно этот тренд был очевиден в рамках XI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Актуальные проблемы сомнологии», которая прошла 15-16 ноября 2018 г. в Конгресс-центре Сеченовского Университета.

«Сомнология является одной из наиболее бурно развивающихся областей биологической науки. Это обусловлено тем, что в последние годы получили распространение методы прижизненного изучения работы головного мозга, такие как оптогенетическая модификация, функциональная магнитно-резонансная томография, ЭЭГ высокого разрешения. Использование новых высокоточных методов позволило ученым наконец-то увидеть, что происходит в нервной ткани во время сна в режиме реального времени», – рассказывает Михаил Полуэктов, доцент кафедры нервных болезней и нейрохирургии, заведующий отделением медицины сна Первого МГМУ им. И.М. Сеченова.

Результатом этих достижений, по его словам, становится появление новых методов диагностики и лечения расстройств сна. Так, в 2018 г. у больных нарколепсией в крови выявлена уникальная популяция Т-лимфоцитов, отсутствующая в других случаях. Это дает возможность подтверждать диагноз заболевания без люмбальной пункции. Изучение нейрофизиологических механизмов глубокого сна позволило создать первый прибор электромагнитной стимуляции для лечения бессонницы.

Отражением открытий в сомнологии стали работы российских ученых, представленные на конференции. Исследователи Сеченовского Университета Полина Пчелина и Михаил Полуэктов на конференции презентовали нелекарственный подход лечения бессонницы, основанный на когнитивно-поведенческой терапии. Профессор кафедры нервных болезней и нейрохирургии Первого МГМУ им. И.М. Сеченова Марина Нодель представила данные исследования роли сна для прогнозирования развития такого распространенного нейродегенеративного заболевания как болезнь Паркинсона. Было показано, что нарушения сна входят в, так называемые, «немоторные симптомы» этого заболевания, часто развиваются еще до возникновения двигательных нарушений и сопровождаются более тяжелым течением этого процесса. Лечение нарушений сна у пациентов болезнью Паркинсона сопровождается улучшением их эмоционального состояния и функциональных возможностей.

Отдельный симпозиум на конференции собрал представителей новой профессии – консультантов по детскому сну. Задачей этого направления является консультативная помощь родителям, воспитывающих детей раннего возраста в правильной организации сна малыша. В докладах были представлены несколько образовательных программ для родителей, позволяющих перестроить сон ребенка в случае формирования у него неправильных ассоциаций засыпания. Например, невозможность засыпать без присутствия родителей.

Обсуждался вопрос физиологического значения детского плача и возможности обойтись без него в процессе изменения привычек сна. Основатель Международной ассоциации консультантов по детскому сну, автор образовательной и сертификационной программы Gentle Sleep Coach, куратор проекта «Спи, Малыш» в России Ким Вест (США) в своем докладе представила доказательства эффективности и, главное, безопасности переучивания детей на основе данных многолетних исследований.

Помимо этого, в рамках конференции решались важные организационные вопросы деятельности российских сомнологов. В частности, было принято решение о создании Российской группы по исследованию нарколепсии (Russian narcolepsy network), начале программы взаимных стажировок исследователей сна с Пекинским университетом.

В конференции приняли участие более 500 врачей, психологов, биологов, физиологов и студентов из 26 регионов России. Большой интерес вызывали выступления лекторов из США, Китая, Германии, Финляндии.