

ID: 2021-11-1212-A-19531

Краткое сообщение

Васильченко В.В., Курышов В.Н., Маслова Н.В., Щербина Р.Ю.

Особенности сновидений и расстройств сна у лиц с непсихотическими психическими расстройствами

ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России, кафедра психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии

Научный руководитель: Сизов С.В.

Резюме

По данным литературных источников, распространённость инсомнии в общей популяции колеблется от 9% до 15%, оказывая неблагоприятное воздействие на все аспекты социальной жизни индивида. Учитывая высокую коморбидность инсомнии с различными заболеваниями, на примере настоящей статьи, мы решили рассмотреть характерные особенности сновидений и расстройств сна у пациентов с непсихотическими психическими расстройствами.

Ключевые слова: сон, сновидения, психические расстройства

Актуальность

Сон является неотъемлемой частью жизни каждого из нас. Выполняя такие важнейшие функции, как восстановление иммунитета, переработка и хранение полученной информации, поддержание оптимального психоэмоционального фона, можно говорить о том, что сон имеет ключевое значение в лечении пациентов с психическими расстройствами, что, в свою очередь, подтверждает актуальность рассматриваемой темы.

Цель исследования: выявить характерные особенности сновидений и расстройств сна у лиц с непсихотическими психическими расстройствами.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ имеющихся представлений о физиологии сна, механизмов его возникновения;
2. Разработать программу исследования расстройств сна и особенностей сновидений;
3. Исследовать характерные особенности сновидений и расстройств сна у пациентов основной и контрольной групп;
4. Выявить и сравнить выраженность нарушений сна, формальные характеристики сновидений между пациентами сформированных групп;
5. Провести корреляционный анализ вычисленных показателей сна.

Материал и методы

1. Для изучения хронотипов был применён опросник Джеймса Хорна и Олафа Остберга «Утро-вечер» (Morningness - Eveningness Questionnaire Horne, J. A., & Ostberg, O. 1976);
 2. С целью исследования нарушений сна – Лидский опросник для оценки сна (Leeds sleep Evaluation Questionnaire);
 3. Для анализа особенностей сновидений использовался нестандартизованный самоотчет сновидения и метод контент-анализа.
- Исследование проводилось на базе межрегионального центра кризисных состояний и психосоматических расстройств клиники профпатологии и гематологии имени профессора В.Я. Шустова.

В исследовании принял участие 31 пациент. Для сравнения полученных результатов, исследуемые были разделены на две группы. Основная группа, в которую вошли лица с органической патологией (22 человека) и контрольная группа - лица с классическими невротическими расстройствами (9 человек). Средний возраст пациентов в основной группе – 55 лет, соотношение мужчины/женщины 27% и 73%. В контрольной группе средний возраст – 42 года, соотношение мужчины/женщины 22% и 78% соответственно.

Большинство исследуемых имеют высшее образование (52%).

При определении структуры диагнозов, ведущим в основной группе стало органическое тревожное расстройство в связи с сосудистым заболеванием головного мозга (59%). В контрольной группе – смешанное тревожное и депрессивное расстройство (55%).

Результаты

При исследовании хронотипов по методике Хорна - Остберга, было выделено 5 основных: отчётливо и умеренно утренние типы, для которых характерно преобладание физической и интеллектуальной активности в утренние часы, промежуточный тип, а также умеренно и отчётливо вечерние типы, пик физической и интеллектуальной активности которых приходится на вечерние часы.

Результаты исследования показали, что в сформированных группах самым распространённым хронотипом является промежуточный тип. В то время как остальные хронотипы были выражены в меньшей степени или вовсе отсутствовали.

С помощью Лидского опросника у пациентов изучались различные показатели сна: засыпание, качество сна, пробуждение, состояние после пробуждения.

При его анализе получены следующие результаты:

- внутри основной группы больше всего страдает показатель «качество сна», поскольку по нему набрано наименьшее количество баллов (44,95);
- в контрольной группе главным образом страдает «засыпание» (44,7).

Помимо этого, проводилось сравнение по каждому из отдельно взятых параметров между представителями двух групп.

Таблица 1. Частота встречаемости образов сновидений (основная группа)

<i>Образы сновидений</i>	<i>Встречаемость (%)</i>
Мать	4%
Отец	9%
Родственник	15%
Знакомый	18%
Незнакомец	7%
Животные	7%
Средство передвижения	9%
Предмет	11%
Дом	13%
Природа	7%

Таблица 2. Частота встречаемости образов сновидений (контрольная группа)

<i>Образы сновидений</i>	<i>Встречаемость (%)</i>
Мать	5%
Отец	11%
Родственник	11%
Знакомый	5%
Незнакомец	0%
Животные	5%
Средство передвижения	0%
Предмет	39%
Дом	5%
Природа	17%

Из полученных данных можно отметить, что в основной группе, страдают практически все сравниваемые показатели: качество сна (44,9), качество пробуждения (48,8), состояние после пробуждения (45,0). Тогда как в контрольной группе, в первую очередь нарушения связаны с качеством засыпания (44,7).

При установлении корреляционной связи между показателями сна, нам удалось выяснить, что наиболее значимая взаимосвязь имеется между: «засыпанием», «качеством сна», и «пробуждением».

Как видно из представленных графиков (рис. 1 и 2), между изучаемыми явлениями имеется прямая взаимосвязь средней степени силы.

Для изучения сновидений, участникам исследования предлагалось вспомнить и описать по 2 недавних сновидения. Согласно инструкции, необходимо было выделить:

- главных персонажей, в том числе себя;
- обстановку происходящего;
- мысли, эмоции, ощущения;
- психоэмоциональный фон и самочувствие при пробуждении.

Акцент делался на повторяющиеся, кошмарные сновидения, поскольку именно они отражали интерес исследования. Взяв за основу работы таких авторов, как А. Менегетти, С.В. Авакумов, В.С. Ротенберг, Дж. Холл, нами были сформированы схема анализа и формальные характеристики сновидений, включающие в себя: образы сновидений, способы взаимодействия образов, характер сновидений.

Всего участниками исследования описано 30 сновидений.

С учетом специфики выборки пациентов, отобрано 10 основных образов, встречающихся по данным самоотчетов наиболее часто. Образы сновидений представлены в таблицах 1 и 2.

В основной группе, первое место занимает образ «Знакомые». К этой категории отнесено референтное окружение сновидца, включающее в себя такие понятия, как друг/товарищ, подруга, учебная группа, коллеги по работе и т.д.

В контрольной группе, лидирующую позицию занимает образ «Предмет». Под предметом подразумевались различные материальные вещи: шкатулка, любимая игрушка, джинсы и т.п.

При анализе способов взаимодействия образов сновидения учитывались 3 характеристики: конструктивность, деструктивность, нейтральность. Конструктивным было принято считать сновидение, где сновидцу оказывалась помощь со стороны объектов сновидения, или он мог оказать ее самостоятельно. Также сюда относились сновидения с исключительно приятным содержанием (например, исполнение желания). В основной группе выявлено 29% подобных взаимодействий. В контрольной группе - 22%. Деструктивным считалось сновидение, в котором сновидец был вынужден испытывать любые негативные чувства и эмоции. Этот способ взаимодействия образов у обеих групп, нашел самое яркое выражение, составляя 62% и 56% соответственно. К нейтральным сновидениям причислялись такие, где никому не требовалась помощь или где образы совсем не взаимодействовали друг с другом. Таких взаимодействий оказалось меньше всего. В основной группе они составили 9%, а в контрольной - 22%.

В характерах сновидений оценивались их свойства: кошмарность, повторяемость, исполнение желания (приятный), типичность сюжета. Проанализировав полученные данные, было замечено, что в сравниваемых группах преобладают кошмарные тенденции, составляя 40% в основной и 33% в контрольной группах.

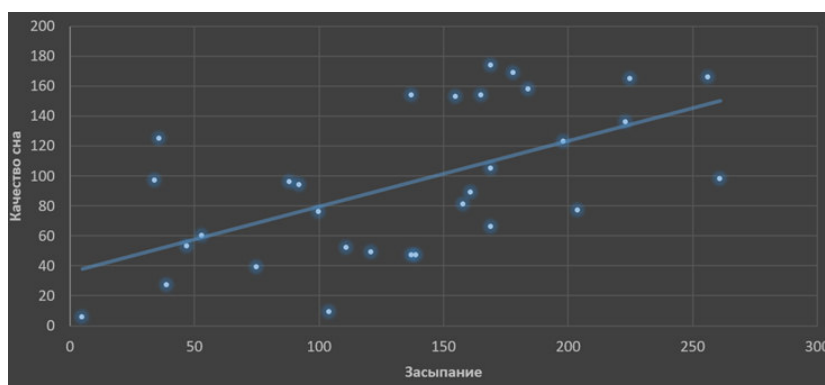


Рисунок 1. Взаимосвязь между засыпанием и качеством сна

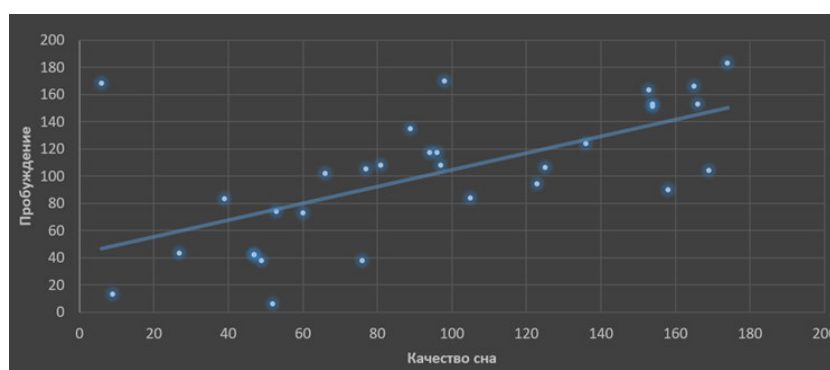


Рисунок 2. Взаимосвязь между качеством сна и пробуждением

При том, что в основной группе соотношение кошмарность/повторяемость составило 46%, а в контрольной оно достигло 100%. Типичность сюжета, обнаруживалась в 22% и 25% случаев. Исполнение желания в 19% и 8% наблюдений.

Выводы

1. В ходе выполненной работы был проведён теоретический анализ имеющейся литературы, который позволил разработать программу исследования расстройств сна и особенностей сновидений, специфичную для изучаемой выборки пациентов.
2. Проведённый анализ расстройств сна, показал выраженность различий между двумя группами пациентов. У лиц из основной группы с органической патологией, больше всего оказался нарушен такой параметр сна как качество сна. Возможной причиной такого результата, могли стать частые ночные пробуждения пациентов и беспокойный сон. У контрольной группы с классическими невротическими расстройствами, таким параметром явилось засыпание. Трудности с засыпанием могут быть обусловлены наличием тревожных мыслей и переживаний перед сном.
3. Были выявлены характерные особенности сновидений, подтверждающие наличие эмоционального напряжения у исследуемых. Об этом свидетельствует присутствие деструктивных способов взаимодействия образов и преобладание кошмарных тенденций в сновидениях у представителей обеих групп. Образ «Знакомые», занимающий главенствующее положение в сновидениях пациентов из основной группы с органической патологией, может указывать на то, что лица, входящие в эту группу, более ориентированы на социальные контакты и свое окружение. В сновидениях у пациентов из контрольной группы с невротическими расстройствами, лидирующую роль занял образ «Предмет». Исходя из того, что под предметом понимались различные материальные вещи, можно допустить, что такой результат был получен в связи с особой важностью того или иного предмета в жизни пациентов.
4. Удалось установить наиболее значимые корреляционные взаимосвязи среди следующих параметров: «засыпание», «качество сна», «пробуждение». Между ними существует прямая взаимосвязь средней степени силы.

Литература

1. Авакумов С.В. Особенности манифестного содержания сновидений у лиц, обращающихся за психотерапевтической помощью // С.В. Авакумов, Г.В. Бурковский // Сибирский психологический журнал. – 2002. – № 16-17. – С. 89–97.
2. Азбукина Ю.В. Содержание сновидений и особенности совладающего поведения у лиц юношеского возраста: диплом. работа. Южно-Уральский государственный университет, Челябинск, 2017.
3. Буюкас Т.М. Феноменологический подход к пониманию сновидений / Т.М. Буюкас, С.А. Попов // Консультативная психология и психотерапия. – 2012. – Вып. №2. – С. 66–109.
4. Ковальзон В.М. Нейрофизиология и нейрохимия сна. Сомнология и медицина сна. Избранные лекции. Под ред. Я.И. Левина, М.Г. Полуэктова. М., 2013: 67-91.
5. Левин Я.И., Ковров Г.В., Полуэктов М.Г. и др. Инсомния, современные диагностические и лечебные подходы. М.: Медпрактика-М, 2005. 115 с.
6. Ляшенко Е.А, Левин О.С. Расстройства сна в клинической практике // Современная терапия в психиатрии и неврологии. – 2017. – №1. – С. 22–28.
7. Менегетти А. Образ и бессознательное: учебное пособие по интерпретации образов и сновидений / А. Менегетти. – М.: Изд-во ННБФ «Онтопсихология», 2000. – 304 с.