

УДК: 618.2+618.4-089.163]: 612.821

МЕТОД БИОЛОГИЧЕСКОЙ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ В АКУШЕРСТВЕ

В.В.Абрамченко, А.А.Сметанкин, М.Н.Осепашвили

НИИ акушерства и гинекологии РАМН им. Д.О.Отта, Санкт-Петербург, Россия

ЗАО «Биосвязь», Санкт-Петербург, Россия

В последнее время в связи с общим ухудшением уровня здоровья женщин, возрастанием нервно-психических нагрузок и тяжести воздействия экологически неблагоприятных факторов, увеличением числа поздних родов возникла реальная необходимость в разработке методов, снижающих риск возникновения осложнений во время беременности и родов. В Санкт-Петербурге, по статистике, из 10 новорожденных 4 имеют врожденные генетически обусловленные заболевания и только 1 ребенок может быть отнесен к группе практически здоровых. Большое количество детей испытывают внутриутробную гипоксию и родовые травмы различной степени тяжести. Беременность очень часто осложняется гестозом и срывами адаптации в различных системах организма беременной женщины, что, в конечном счете, негативно сказывается на здоровье как матери, так и плода.

Кроме того, следует учитывать также психологию женщин, которые хотят рожать здоровых детей и избежать при этом страха пред родами, болевых ощущений во время родов и родовых травм. Важно также в случае появления беременности сформировать у женщин адекватное отношение к изменениям состояния, связанного с беременностью и предложить приемы общения матери с внутриутробным плодом. С этой целью используются приемы самообразования женщин с использованием научно-популярной и специальной литературы, лекционные методы обучения женщин психопрофилактической подготовке к родам, лечебной гимнастике. Однако отсутствие индивидуального плана по обучению беременных, а также контроля за правильностью

и эффективностью выполнения рекомендаций существенно снижают эффективность этих методов.

Более перспективным, лишенным отмеченных выше недостатков, является метод подготовки беременных к родам, основанный на использовании приемов биологической обратной связи (БОС). Метод разработан А.А.Сметанкиным и В.Ю.Леединой в ЗАО "БИОСВЯЗЬ" (Санкт-Петербург) с приоритетом, защищенным патентом № 98121424 от 2.12.1998. Созданная для реализации этого метода аппаратура биологической обратной связи, вошла в акушерско-гинекологический кабинет БОС.

Метод БОС, представляет собой комплекс процедур, при проведении которых женщине посредством электронного регистрирующего прибора (цепи внешней обратной связи) передается информация о состоянии той или иной функции организма. Важно отметить следующий момент: регистрируемая функция должна быть управляема волевым образом самим пациентом в той мере, в которой это возможно. Таким образом, полученная информация о состоянии той или иной системы организма, воспроизведенная прибором в виде световых или звуковых сигналов обратной связи, позволяет пациенту развивать навыки самоконтроля и саморегуляции, способности менять эту функцию произвольно для коррекции патологических расстройств. Благодаря применению метода БОС у пациентки активизируются резервные возможности организма, улучшается гемодинамика (за счет улучшения микроциркуляции улучшается маточно-плацентарный и почечный кровоток), изменяется психологический настрой.

В результате этого достигаются следующие эффекты:

- снижение токсикоза беременных;
- внутриутробное развитие плода происходит в более благоприятных условиях;
- улучшается маточно-плацентарное кровообращение;

- психо-эмоциональное состояние женщины изменяется (снижается страх беременности и родов, страх за здоровье будущего ребенка, улучшается настроение);
- нормализуется сон;
- улучшается общее самочувствие;
- роды протекают быстрее;
- значительно снижается травматизм матери и плода в родах;
- болевые ощущения во время родов минимальны;
- ребенок рождается в более благоприятных условиях (за счет более плавного и менее травматичного продвижения по родовым путям при более эффективном кровообращении мать-плод);
- снижается количество осложнений после родов;
- улучшается лактация.

Метод представляет собой объединенный общей целевой установкой тренинг, направленный на формирование в головном мозгу на корково-подкорковом уровне временной связи – центральной программы нового навыка, которая должна быть закреплена для последующего использования в повседневной жизни. Метод позволяет работать с каждым пациентом индивидуально, дозированно подбирать нагрузку в процессе тренинга, отслеживать изменения интересующего параметра и общего состояния пациента.

Курс индивидуальной подготовки к родам состоит из 10-12 сеансов, длительностью 30-40 мин каждый и состоит из 5 этапов. В ходе сеансов формируется глубоко закрепленный (на уровне памяти тела) навык правильного дыхания, необходимый во время родов.

Кроме теоретических знаний, происходит обучение реальным практическим навыкам, необходимым во время родов.

Первый этап: диагностический, включает в себя сбор анамнеза, заполнение анкет, тестов, компьютерную диагностику с последующей обработкой результатов для оптимального выбора работы. В случае выявления психо-эмоциональных проблем проводится консультация психолога (психотерапевта) и назначается психокоррекционный курс с использованием электроэнцефалографической и электромиографической БОС.

Второй этап: проводится обучение диафрагмально-релаксационному типу дыхания по методу ЧСС БОС (5-6 сеансов). В случае, если пациентке требуется психокоррекция, проводится обучение ее психо-эмоциональной и мышечной релаксации (ЭЭГ-БОС, ЭМГ-БОС).

Третий этап: совершенствование навыка дыхания и обучение применению его в первом периоде родов (период раскрытия), во время схваток, для уменьшения болевых ощущений (2-3 сеанса).

Четвертый этап: диафрагмально-релаксационное дыхание по методу ЧСС-БОС и отработка задержки дыхания в потужном периоде родов в сочетании с диафрагмальным дыханием между потугами (1-2 сеанса).

Пятый этап: синхронизация полученных навыков и моделирование процесса родов (1-2 сеанса).

Абсолютные противопоказания для использования метода БОС отсутствуют.

Относительными противопоказаниями могут быть:

- грубые нарушения интеллекта и психики (неспособность воспринимать необходимые инструкции);
- тяжелые общие заболевания (неспособность физически выполнить необходимые инструкции).

Важным достоинством метода является его доступность для пациентов и операторов (акушер-гинекологов, акушерок, прошедших курс специализации в области БОС), а также безопасность метода, позволяющая широко использовать его в практике дородовой подготовки в условиях поликлиники, женской консультации и т.д.

Более 2-х лет в медицинском центре "БИОСВЯЗЬ" ведется лечебно-профилактическая и научная работа с беременными женщинами. За этот период не было выявлено ни одного осложнения.

Отсутствие фармакологической нагрузки, существенных нервно-психических нагрузок в процессе проведения процедуры БОС, быстрое освоение процедуры свидетельствуют о безвредности и высокой эффективности и производительности метода. Кроме того, в связи с оптимизацией родового процесса, практически исключается необходимость применения медикаментозной терапии для коррекции родов, что способствует снижению фармакологической нагрузки на роженицу и плод.

BIOFEEDBACK IN OBSTETRICS

V.V.Abramtchenko, A.A.Smetankin, M.N.Osepaishvili

Ott's Institute for Obstetric and Gynaecology of RAMS, Saint-Petersburg, Russia

The BIOSVYAZ Company, Saint-Petersburg, Russia

Using this method a woman can relax her muscles, reach psycho-emotional relaxation, acquire proper respiration. All this allows effective childbirth and release from pain.

Адрес: 199034, Санкт-Петербург, Менделеевская линия, дом 3.

Институт акушерства и гинекологии РАМН им. Д.О.Отта.

Проф. В.В.Абрамченко

Тел. (812) 328-98-47