Ведение пациентов с хронической неспецифической болью в спине с оценкой и коррекцией инсомнии Ламкова Ирина Асламбиевна

ОГЛАВЛЕНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

кандидат наук Ламкова Ирина Асламбиевна

ВВЕДЕНИЕ

Глава 1. ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ

1.1 Современное представление о хронической неспецифической (скелетно-мышечной) боли в спине

1.1.1 Определение, эпидемиология, классификация боли в спине. Патогенез хронической боли в спине

1.1.2 Причины и диагностика болевого синдрома при хронической неспецифической боли в спине

1.1.3 Лечение хронической неспецифической боли в спине

1.1.4 Физическая активность при хронической боли в спине

1.2 Инсомния

1.2.1 Определение, эпидемиология, виды инсомнии

1.2.2 Причины и модели развития инсомнии. Нефармакологические возможности коррекции инсомниии

1.2.3 Протокол и эффективность поведенческой терапии инсомнии

Глава 2. МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Материал исследования

2.2 Методы обследования

2.3 Методы лечения

2.4 Статистическая обработка результатов

Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ СОБСТВЕННОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

3.1 Анатомические причины боли, исходные данные нарушения сна, эмоционального состояния и физического состояния

3.2 Результаты лечения в отношении боли, нарушения жизнедеятельности и качества жизни в группах стандартной и расширенной терапии

3.3 Результаты лечения в отношении физической активности, тревоги

и депрессии в группах стандартной и расширенной терапии

3.4 Результаты лечения в отношении тяжести инсомнии и качества сна

в группах стандартной и расширенной терапии

3.5 Клинические наблюдения

Глава 4. ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

ВЫВОДЫ

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ И УСЛОВНЫХ ОБОЗНАЧЕНИЙ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

ПРИЛОЖЕНИЕ А. Гигиена сна

ПРИЛОЖЕНИЕ Б. Дневник сна

ПРИЛОЖЕНИЕ В. Техники релаксации

ПРИЛОЖЕНИЕ Г. Упражнения