

**А.Ф. Цыб¹, Л.И. Ляско¹, А.Г. Сушкевич², Е.В. Воронцова¹,
Ю.З. Артамонова¹**

ЭФФЕКТИВНОСТЬ АНТИСТРЕССОВЫХ РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ У ЛИКВИДАТОРОВ В ОТДАЛЕННЫЙ ПЕРИОД ПОСЛЕ АВАРИИ НА ЧЕРНОБЫЛЬСКОЙ АЭС

**A.F. Tsyb¹, L.I. Lyasko¹, A.G. Sushkevich². E.V. Voroncova¹,
Yu.Z. Artamonova¹**

Effectiveness of Antistress Approaches in Rehabilitation of Chernobyl Liquidators in Long-term Period

РЕФЕРАТ

Цель: Изучить эффективность действия гипербарической оксигенации (ГБО) и психотерапии на адаптационные возможности, состояние здоровья и качество жизни у ликвидаторов в отдаленный поставарийный период.

Материал и методы: Исследования выполнены в рамках медицинского мониторинга около двух тысяч ликвидаторов, проживающих в г. Обнинске, которые в период 1986–1987 гг. участвовали в восстановительных работах в зоне аварии на Чернобыльской АЭС. Средняя доза облучения по всей группе составляет около 100 мГр. Эффективность антистрессорного действия ГБО и психотерапии оценивали с помощью компьютерного анализа вариабельности ритма сердца (индекс Баевского), определения динамики уровня кортизола, свободного миоглобина в крови и парциального напряжения кислорода в тканях, а также на основе клинического наблюдения и определения индекса качества жизни (ИКЖ).

Результаты: Под влиянием ГБО и психотерапии у ликвидаторов снижается уровень маркеров стресса, наблюдается положительная динамика и регрессия психопатологических симптомов, улучшается физическое состояние и психологический статус. При этом значение ИКЖ повышается на 20–25 % от исходного уровня.

Выводы: 1. ГБО и психотерапия снижают стрессогенную напряженность у ликвидаторов, способствуют улучшению физического и психологического состояния и улучшают показатели качества жизни. 2. Полученные данные свидетельствуют в пользу представлений о развитии стрессозависимой патологии у ликвидаторов и позволяют рекомендовать включение ГБО и психотерапии в программу их комплексной реабилитации.

Ключевые слова: Чернобыль, ликвидаторы, стресс, реабилитация, гипербарическая оксигенация, психотерапия

ABSTRACT

Purpose: To study the effectiveness of hyperbaric oxygenation (HBO) and psychotherapy on indicators of adaptive capacity, the health status and quality of life in Chernobyl liquidators in long-term period.

Material and Methods: This study has been performed in the framework of medical monitoring program of near 2000 liquidators residing in Obninsk. They participated in recovery works in the Chernobyl area and the average radiation dose within the group was about 100 mGy. The HBO and psychotherapy antistress effectiveness during rehabilitation course was evaluated using computerized analysis of variability of heart rate (Baevsky's index), laboratory methods for the assessment of cortisol and mioglobin in blood and tissue oxygen pressure. In addition, it was based on data of clinical observation and a level of life quality index (LQI).

Results: The HBO and psychotherapy resulted in decreasing levels of stress markers in liquidators and improving physical and psychological status. In parallel, the LQI increased in this group of patients on 20–25 %.

Conclusion: The obtained results are in agreement with a concept of the development of stress-related pathology in liquidators and they serve as a basis for including HBO and psychotherapy in complex rehabilitation.

Key words: Chernobyl, liquidators, stress, rehabilitation, hyperbaric oxygenation, psychotherapy