



**НЕЙРОЦИРКУЛЯТОРНАЯ ДИСТОНΙΑ У ПОДРОСТКОВ:
ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ, ФАКТОРЫ РИСКА И
РЕГИОНАЛЬНЫЕ ПОДХОДЫ К ПРОФИЛАКТИКЕ В УСЛОВИЯХ
ФЕРГАНСКОЙ ДОЛИНЫ**

Дедаханов Дилшод Тохирович

Андижанский государственный медицинский институт

Актуальность исследования

Нейроциркуляторная дистония (НЦД) является одним из наиболее распространённых функциональных расстройств сердечно-сосудистой системы у подростков[2]. В период интенсивного физического, гормонального и психоэмоционального развития вегетативная нервная система особенно уязвима[1]. В условиях Ферганской долины на распространённость и тяжесть проявлений НЦД накладываются отпечаток особенности климата, экологии и социально-экономической среды[1].

Резкие перепады температуры, высокая солнечная активность, дефицит йода и микроэлементов, наряду с плотностью населения и психоэмоциональными нагрузками, формируют комплекс неблагоприятных факторов[4].

Актуальность изучения НЦД в данном регионе определяется не только высокой заболеваемостью, но и влиянием расстройств на качество жизни, учебную успеваемость и дальнейшую социальную адаптацию подростков[3].

Таким образом, в условиях Ферганской долины эпидемиология нейроциркуляторной дистонии среди подростков тесно связана с влиянием комплекса социальных, экологических и наследственных факторов.

Региональные профилактические подходы позволяют снизить частоту и выраженность проявлений НЦД, улучшить качество жизни подростков и предупредить развитие хронических соматических и психических заболеваний во взрослом возрасте.

Цель исследования

Изучить эпидемиологические особенности, определить ведущие факторы риска развития нейроциркуляторной дистонии у подростков и обосновать



регионально адаптированные меры профилактики в условиях Ферганской долины.

Материалы и методы исследования

Исследование проведено среди 528 подростков в возрасте от 12 до 17 лет, обучающихся в школах и лицеях Ферганской долины. Методы включали анкетирование, клиническое обследование, анализ медицинской документации, измерение артериального давления и ЧСС, проведение вегетативных проб. Для оценки факторов риска учитывались наследственность, образ жизни, психоэмоциональные и социальные условия, данные о питании и двигательной активности. Статистическая обработка данных проводилась с использованием критерия χ^2 и корреляционного анализа.

Результаты исследования

Результаты исследования показали, что нейроциркуляторная дистония достаточно часто встречается у подростков Ферганской долины. Почти у каждого пятого школьника отмечались характерные жалобы: головные боли, повышенная утомляемость, сердцебиение, нарушения сна и эмоциональная неустойчивость. Чаще всего эти проявления наблюдались у подростков в возрасте 13–15 лет, что совпадает с периодом наиболее интенсивных гормональных и психоэмоциональных изменений.

При анализе факторов риска выявлено, что у части подростков присутствовала наследственная предрасположенность к вегетативным расстройствам, особенно если один из родителей страдал гипертонией, мигренями или вегетативной дисфункцией. Существенную роль играли хронические очаги инфекции, такие как тонзиллит и аденоидит. Большое влияние оказывали стрессовые ситуации, высокая учебная нагрузка и нерегулярный режим дня. Отдельно обращает внимание роль питания: у значительной группы подростков выявлен дефицит йода и других микроэлементов, что связано с региональными особенностями. Также отмечены случаи гиподинамии из-за малоподвижного образа жизни и, наоборот, чрезмерных физических нагрузок.



Таким образом, НЦД у подростков Ферганской долины формируется под действием сразу нескольких факторов – наследственных, социальных, экологических и климатических, что требует комплексных профилактических мер.

Вывод

Проведённое исследование показало, что нейроциркуляторная дистония широко распространена среди подростков Ферганской долины и является важной медико-социальной проблемой. Основными факторами риска выступают наследственная предрасположенность, хронические инфекции, психоэмоциональные перегрузки, неблагоприятные условия обучения, несбалансированное питание и особенности климата региона.

В совокупности эти факторы способствуют формированию устойчивых вегетативных нарушений, которые снижают качество жизни подростков и могут служить основой для развития более тяжёлых сердечно-сосудистых заболеваний в будущем. Для улучшения ситуации необходимо внедрение регионально адаптированных профилактических программ, направленных на укрепление здоровья, коррекцию факторов риска и повышение устойчивости подростков к стрессу.

Список Литературы

1. Агафонов, В. В. Нейроциркуляторная дистония у детей и подростков: современные подходы к диагностике и лечению // Педиатрия. – 2018. – №4. – С. 12–18.
2. Алимов, Ш. Ш., Рахимова, Н. М. Эпидемиология и профилактика вегетативных нарушений у подростков в условиях Ферганской долины // Здоровоохранение Узбекистана. – 2020. – №6. – С. 45–50.
3. Волков, И. К. Вегетативные дисфункции у подростков: факторы риска и особенности клинического течения // Российский вестник педиатрии. – 2019. – №2. – С. 33–39.



International Conference on Multidisciplinary Sciences and Educational Practices

Hosted online from Rome, Italy

Website: econferences.com

27th September, 2025

-
4. Каримов, А. Х., Муминов, Р. К. Роль психоэмоциональных нагрузок в развитии нейроциркуляторной дистонии у школьников // Вестник АндМИ. – 2021. – №3. – С. 57–62.
 5. World Health Organization. Adolescent health and development: strategies for prevention of non-communicable diseases. – Geneva: WHO Press, 2017. – 84 p.