

**ПРОТОКОЛ**  
**ведения пациентов с диагнозом Головная боль напряжения**  
(нормативная ссылка: КР 810.1 «Головная боль напряжения» 2024г МЗ РФ)

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Категория возрастная</b>                    | дети                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Вид медицинской помощи</b>                  | первичная                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Условия оказания медицинской помощи</b>     | амбулаторно                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Форма оказания медицинской помощи</b>       | плановая                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Средние сроки лечения (количество дней)</b> | Не указаны                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Врач</b>                                    | Врач- невролог, врач-педиатр участковый                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Классификация по частоте приступов:</b>     | 1) нечастые эпизодические -возникают с частотой не более 1 раза в месяц (не более 12 дней в год), при наличии не менее 10 ранее перенесенных эпизодов, соответствующих диагностическим критериям;<br>2) частые эпизодические – частота от 1 до 15 раз в месяц в среднем за период более трех месяцев (от 12 до 180 дней в году);<br>3) хронические – 15 дней и более в месяц в среднем за период более 3 месяцев (или более 180 дней в году).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Классификация по МКБ</b>                    | G44 Другие синдромы головной боли<br>G44.2 Головная боль напряженного типа<br>G44.3 Хроническая посттравматическая головная боль<br>G44.8 Другой уточненный синдром головной боли<br>G90.8 Другие расстройства вегетативной [автономной] нервной системы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Жалобы и анамнез</b>                        | -Обращать внимание на время дебюта головной боли, частоту возникновения, провоцирующие факторы, длительность и локализацию головной боли, описание характеристик боли (для ГБН характерны повторяющиеся эпизоды двусторонней диффузной сжимающей или давящей, но не пульсирующей головной боли, по типу «каска» или «обруча» в лобной, височной, теменной, возможно затылочной области или во всей голове слабой или умеренной интенсивности (4-7 баллов по визуальной аналоговой шкале боли), которая не усиливается при выполнении обычной физической нагрузки, а напротив, прогулка на свежем воздухе может облегчить головную боль) .<br>-Наличие или отсутствие сопровождающих головную боль симптомов (для ГБН возможно возникновение легкой тошноты и снижение аппетита, а фотофобия и фонофобия отмечаются редко и не развиваются одновременно).<br>Рекомендуется всем пациентам использование визуально-аналоговой шкалы (ВАШ) для оценки интенсивности головной боли в приступе ГБН . |
| <b>Данные объективного осмотра</b>             | Не обнаруживаются общемозговые или очаговые неврологические симптомы, при мануальной пальпации может наблюдаться повышенная болезненность перикраниальных мышц- проводится пальпация височной, лобной, затылочных областей, мышц задней поверхности шеи, трапецевидной и грудино- ключично-сосцевидных мышц.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Диагностика</b>                             | <b>Диагностические критерии нечастых эпизодических ГБН включают:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                       | <p>1) 10 эпизодов ГБ, возникающих с частотой не более 1 дня в месяц (не более 12 дней в год).</p> <p>2) Длительность головной боли от 30 мин до 7 суток (у детей может быть до 30 минут).</p> <p>3) минимум 2 из нижеперечисленных характеристик:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- двусторонняя локализация;</li> <li>- стягивающий, давящий характер боли (не пульсирующая);</li> <li>- легкая или умеренная интенсивность (существенно не нарушает повседневную активность);</li> </ul> <p>4) ГБ не усиливается при обычной физической нагрузке (ходьба, подъем по лестнице).</p> <p>5) Оба из следующих симптомов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отсутствие тошноты или рвоты (возможно снижение аппетита);</li> <li>- только фотофобия или только фонофобия.</li> </ul> <p><b>Диагностические критерии частых эпизодических ГБН включают:</b></p> <p>1) 10 эпизодов ГБ, возникающих с частотой от 1 до 14 дней в месяц (более 12 дней на протяжении в среднем более 3-х месяцев и менее 180 дней в год).</p> <p>2) Длительность головной боли от 30 мин до 7 суток (у детей может быть до 30 минут).</p> <p>3) минимум 2 из нижеперечисленных характеристик:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- двусторонняя локализация;</li> <li>- стягивающий, давящий характер боли (не пульсирующая);</li> <li>- легкая или умеренная интенсивность (существенно не нарушает повседневную активность);</li> </ul> <p>4) ГБ не усиливается при обычной физической нагрузке (ходьба, подъем по лестнице).</p> <p>5) Оба из следующих симптомов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отсутствие тошноты или рвоты (возможно снижение аппетита);</li> <li>- только фотофобия или только фонофобия.</li> </ul> <p><b>Диагностические критерии хронических ГБН включают:</b></p> <p>1) ГБ, возникающая 15 или более дней в месяц на протяжении в среднем более 3-х месяцев (более 180 дней в год) и отвечающая критериям В-D</p> <p>2) Длительность головной боли от 30 мин до 7 суток (у детей может быть до 30 минут)</p> <p>3) минимум 2 из нижеперечисленных характеристик:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- двусторонняя локализация</li> <li>- стягивающий, давящий характер боли (не пульсирующая);</li> <li>- легкая или умеренная интенсивность (существенно не нарушает повседневную активность)</li> </ul> <p>4) ГБ не усиливается при обычной физической нагрузке (ходьба, подъем по лестнице).</p> <p>5) Оба из следующих симптомов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отсутствие тошноты или рвоты (возможно снижение аппетита);</li> <li>- только фотофобия или только фонофобия.</li> </ul> |
| <b>Лабораторные диагностические исследования</b>      | <p><b>Рекомендуются</b> при атипичной клинической картине ГБН:</p> <p>1) ОАК (для исключения анемии, признаков воспаления).</p> <p>2) Коагулограмма.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Инструментальные диагностические исследования:</b> | <p><b>МРТ или КТ головного мозга:</b></p> <p>при наличии одного или болеестораживающих симптомов - «сигналов опасности» - для исключения вторичной природы ГБ.</p> <p>«Сигналы опасности»:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Внезапная впервые возникшая интенсивная ГБ;</li> <li>2. Прогрессивно нарастающая во времени интенсивность ГБ без эпизодов ремиссий;</li> <li>3. Изменение характера хронической ГБ;</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <p>4. Сочетание ГБ с очаговой симптоматикой, продолжающейся больше 1 часа;</p> <p>5. Сочетание ГБ с нарушением сознания и расстройством поведения;</p> <p>6. Строго односторонняя ГБ боль, признаки внутричерепной гипертензии и системного заболевания.</p> <p><b>Исследование глазного дна</b> для исключения отека зрительного нерва и повышения внутричерепного давления, выявление выпадения полей зрения, спазма аккомодации.</p> <p><b>Ведение дневника головной боли</b> для оценки частоты, длительности и интенсивности цефалгического синдрома .</p> <p><b>Рентген ШОП с функ. пробами, атланто-окципитального сочленения</b> - при подозрении на цервикогенные ГБ.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p align="center"><b>Показания для госпитализации:</b></p> <p><b>1. Показания для плановой госпитализации:</b> прогрессирующая головная боль, некупируемая головная боль, подозрение на симптоматическую природу головной боли у ребенка с наличием «сигналов опасности».</p> <p><b>2. Показания для экстренной госпитализации:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Головная боль, сопровождающаяся изменением сознания;</li> <li>2. Головная боль, сопровождающаяся лихорадкой и менингеальными симптомами;</li> <li>3. Головная боль с нарастающей очаговой неврологической симптоматикой;</li> <li>4. Головная боль с нарастающей общемозговой симптоматикой;</li> <li>5. Головная боль крайне высокой интенсивности – 10 баллов по ВАШ.</li> </ol> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Лечение</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <p><i>Парацетамол</i> в разовой дозе 10-15 мг/кг с нечастыми эпизодическими и частыми эпизодическими ГБН, но не превышающими частоту двух раз в неделю.</p> <p>Парацетамол назначается в самом начале приступа. Возможно повторное применение препарата через 6-8 часов.</p> <p><i>Ибупрофен</i> в разовой дозе 7,5 мг/кг массы тела с нечастыми эпизодическими и частыми эпизодическими ГБН для купирования приступов умеренной и высокой интенсивности, но не превышающими частоту двух раз в неделю.</p> <p>У детей с частой эпизодической и хронической формами ГБН в случае выраженного отрицательного влияния головной боли на повседневную активность применять <i>Амитриптилин</i> (1 мг/кг/массы тела в сутки) перорально курсом от 2 мес. при частых эпизодических до 4-6 мес. при хронических ГБН.</p> <p>Для <b>профилактической терапии</b> у детей с частой эпизодической и хронической формами ГБН назначение в течение 2-3 мес. фиксированной комбинации магния+пиридоксин (<i>магний</i> в виде лактата дигидрата и пидолата) из расчета магния пидолата по 200-300 мг в сутки в два приема перорально.</p> <p><b>Немедикаментозные методы</b> лечения: прогулки на свежем воздухе, физические упражнения умеренной интенсивности, массаж волосистой части головы и шейно-воротниковой зоны, принятие теплого душа.</p> |
| <p align="center"><b>Профилактика и диспансерное наблюдение</b></p> <p align="center">занятия с психологом, психотерапевтом для выработки стратегии поведения в стрессовой ситуации, уменьшения выраженности тревожности и формирование позитивного образа мышления ,ограничение занятий с использованием современных гаджетов.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

