



УНИВЕРСИТЕТСКАЯ
КЛИНИКА
головной боли

Мигрень и качество жизни: проблемы, решения, перспективы

Кирилл Скоробогатых, врач-невролог, к.м.н.
руководитель «Университетской клиники головной боли»
член образовательного комитета IHS

Конфликт интересов

Получение грантов за клинические исследования или лекции от компаний
Alder, Novartis, Teva, Roche, Сотекс, Eli Lilly, Pfizer

Презентация подготовлена при участии компании **Pfizer**

Печально, но это так.
Чтобы окружающие начали хоть
как-то понимать мои приступы
мигри, пришлось потратить много
эмоциональных сил, слов и лет.

для ПРАВМИР.РУ

Людей, страдающих
от головной боли
не понимают.

headache_ru Одна моя пациентка
спросила: «А можно ли вызвать
приступ?» Я говорю: «В Дании
проводятся очень информа... ещё

Читать всем, у кого родственники, коллеги, друзья и
знакомые жалуются на головную боль 



ДЛЯ ПРАВМИР.РУ

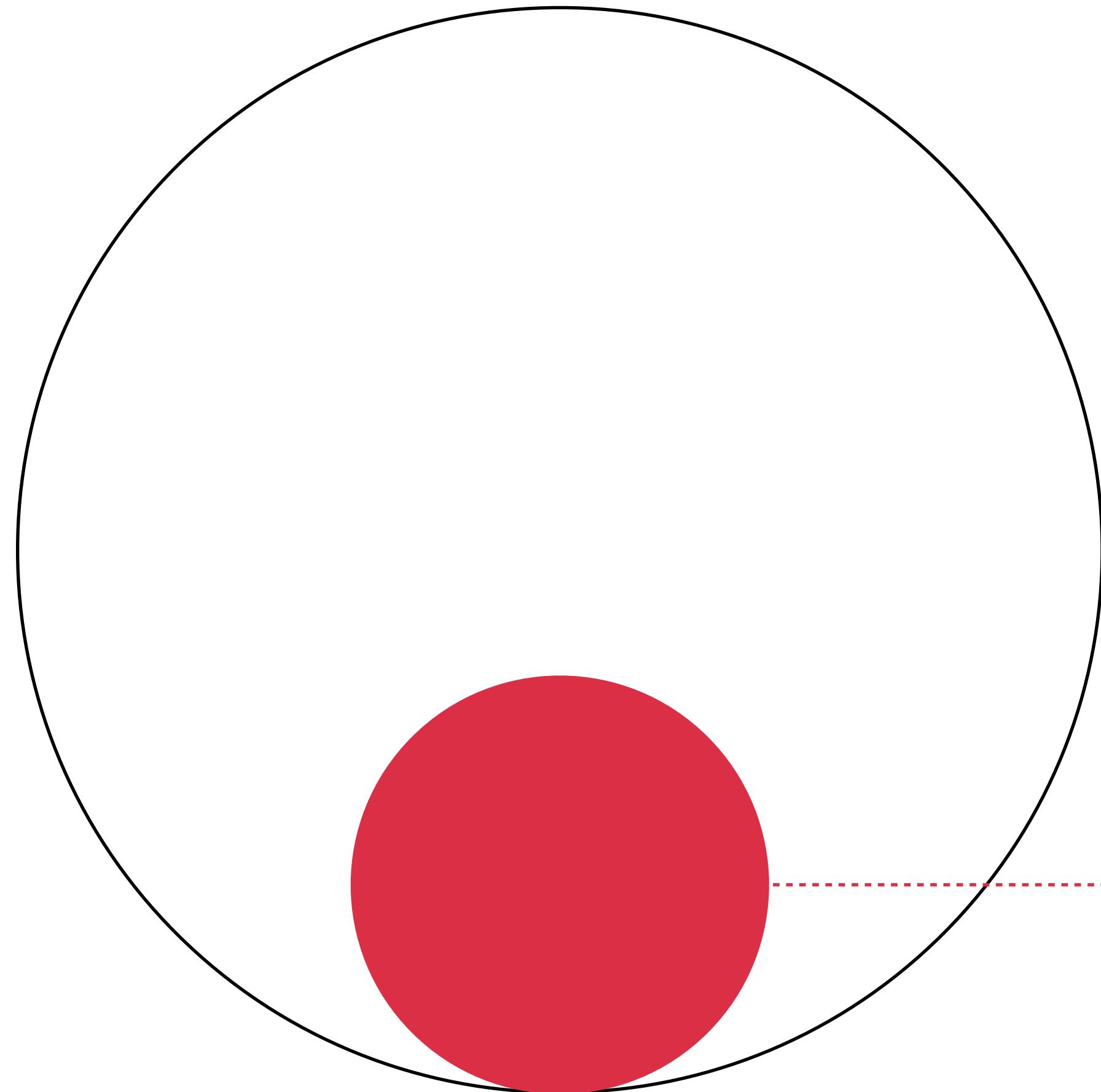
**Людей, страдающих
от головной боли
не понимают.**

**МОИ ПРИСТУПЫ МИГРЕНИ
ЧАСТО ОБЕСЦЕНИВАЮТ**

Одна моя пациентка спросила: «А
можно ли вызвать приступ?» Я говорю: «В Дании пр...

**И ЭТО ОДНА ИЗ САМЫХ
НЕПРИЯТНЫХ ДЛЯ МЕНЯ ВЕЩЕЙ.
ИЗ-ЗА КОТОРОЙ ОПУСКАЮТСЯ
РУКИ, ПОРТЯТСЯ ОТНОШЕНИЯ С
ЛЮДЬМИ И ПОЯВЛЯЕТСЯ
НЕНАВИСТЬ К СЕБЕ**

Сколько в мире людей с мигренью



Мигренью страдают
≈15% населения мира

≈1,1 миллиард людей

Распространённость мигрени в России

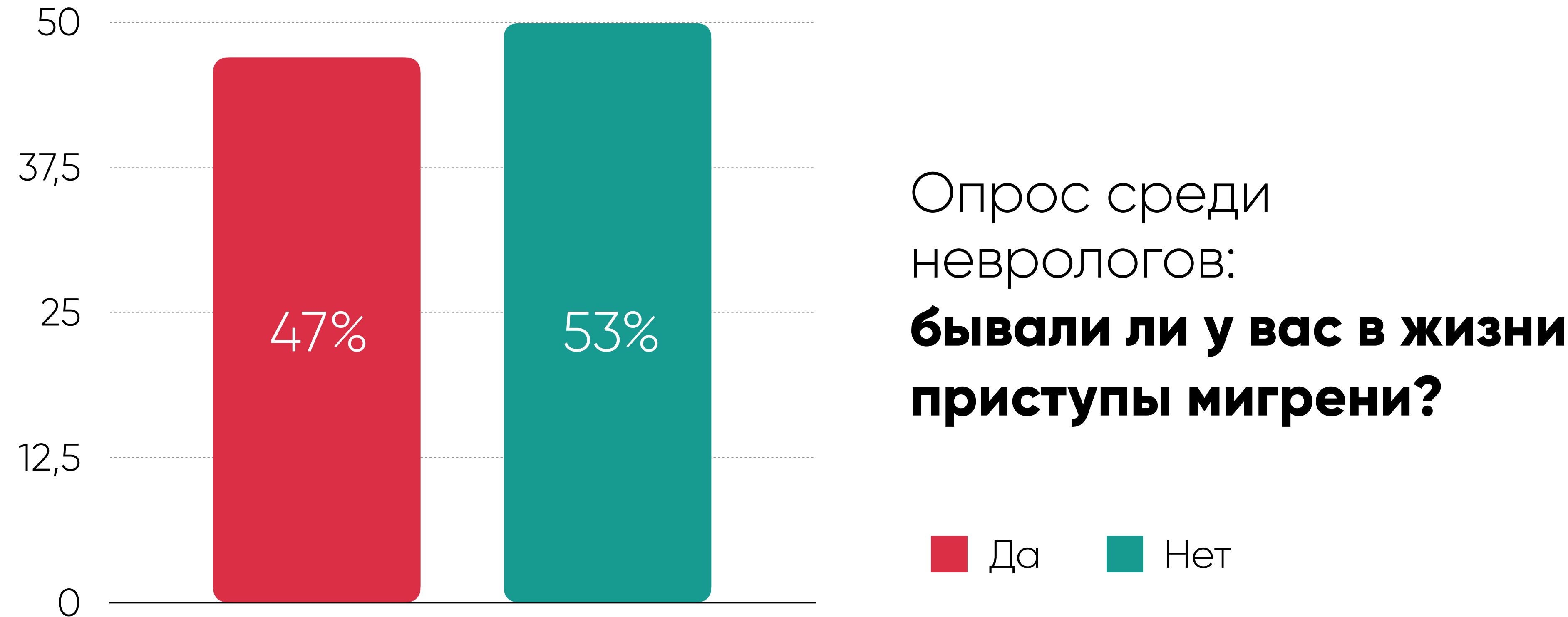


20%

= 20 млн человек

Каждый пятый
взрослый в России –
с мигренью

Реальная распространенность может быть еще выше



Оценка **Global Burden of Disease** (глобального бремени заболеваний)

Изучение реальной нагрузки на здравоохранение

YLD (Years Lived with Disability) количество лет, прожитых с нетрудоспособностью



Глобальное бремя заболеваний

#	Заболевание
1	Боль в спине
2	Мигрень
3	Депрессия
4	Анемия
5	Боль в шее
6	Нарушения слуха
7	Диабет
8	...



World Health Organization

Рейтинг заболеваний по показателю
«Годы, прожитые с нетрудоспособностью»
(Years Lived with Disability)

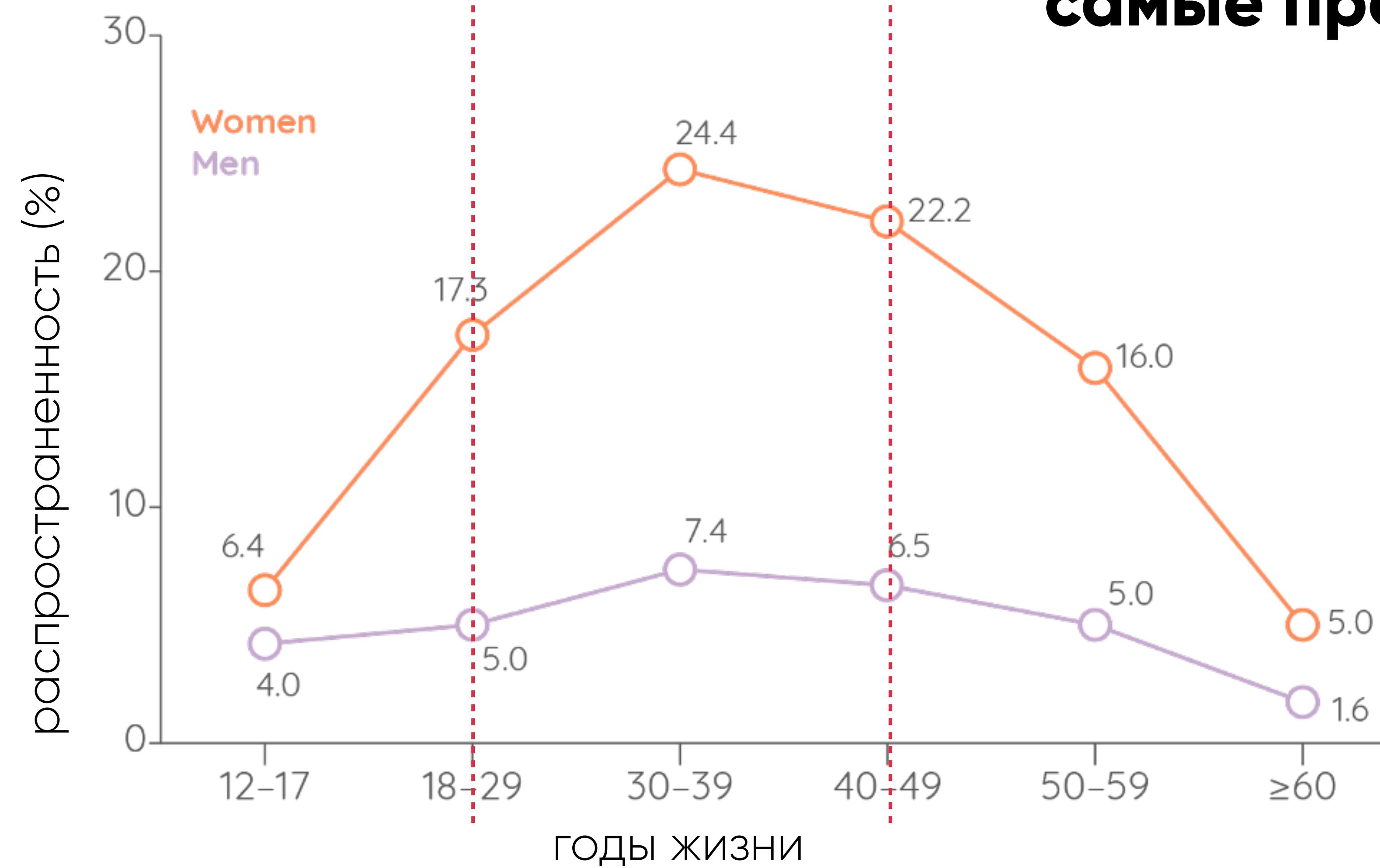


место в мире

Мигрень

по количеству лет,
прожитых с
нетрудоспособностью
среди женщин 14-49 лет

Мигрень забирает у человека
**самые продуктивные
годы жизни**



1

приступ мигрени

в неделю

в течение **40 лет**

1

приступ мигрени

в неделю

в течение **40 лет**

= 5,5 лет жизни

потерянных из-за мигрени

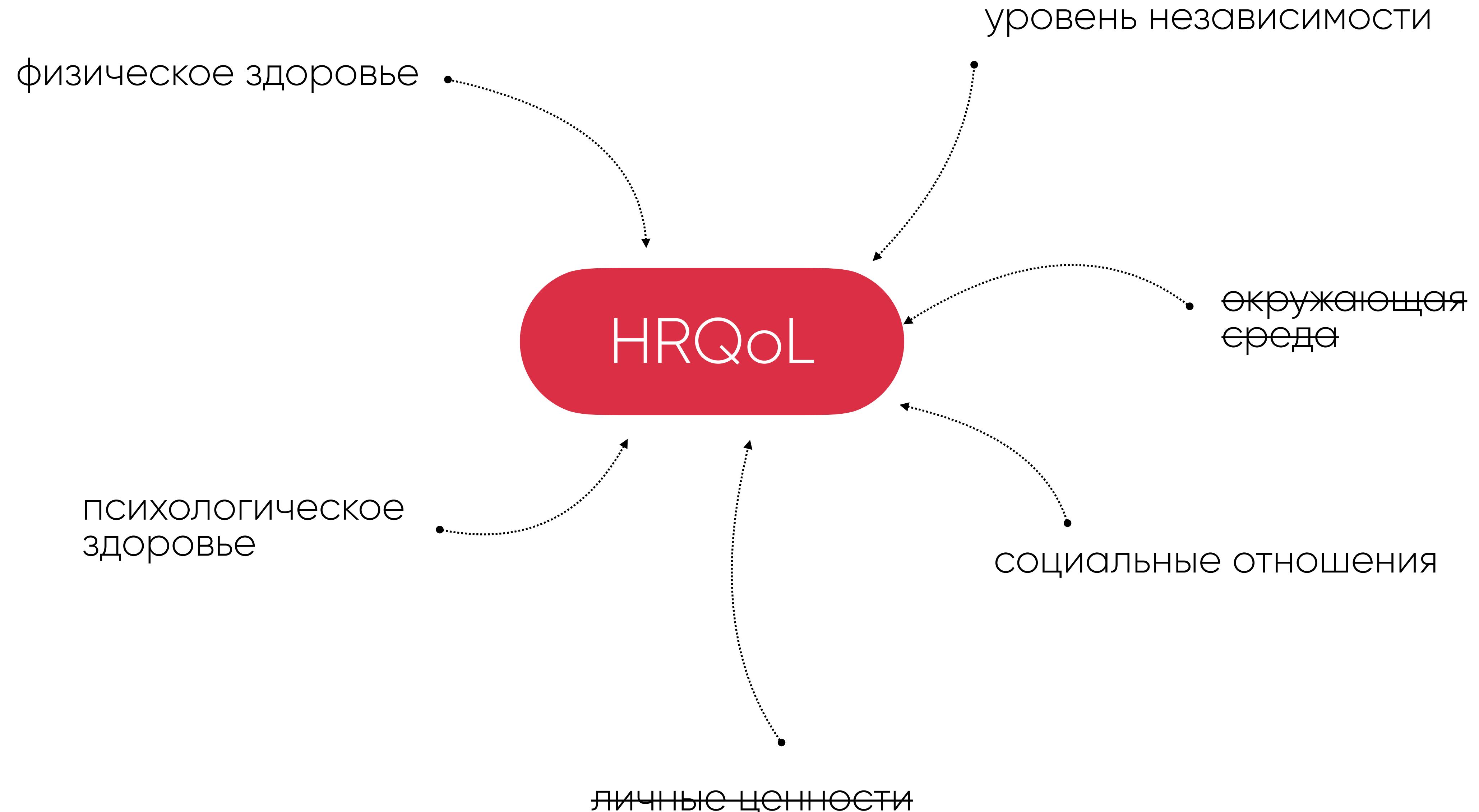
Мигрень – невидимое заболевание

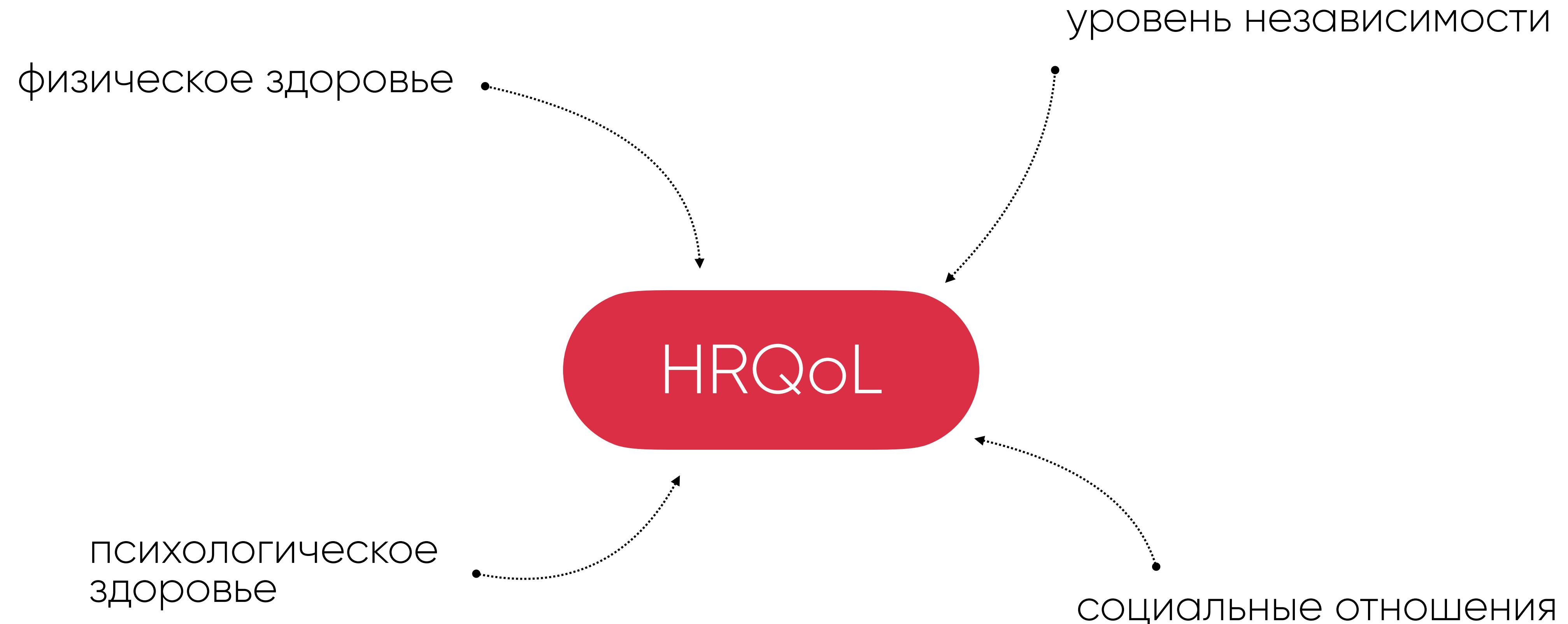
Страдает не продолжительность,
а качество жизни

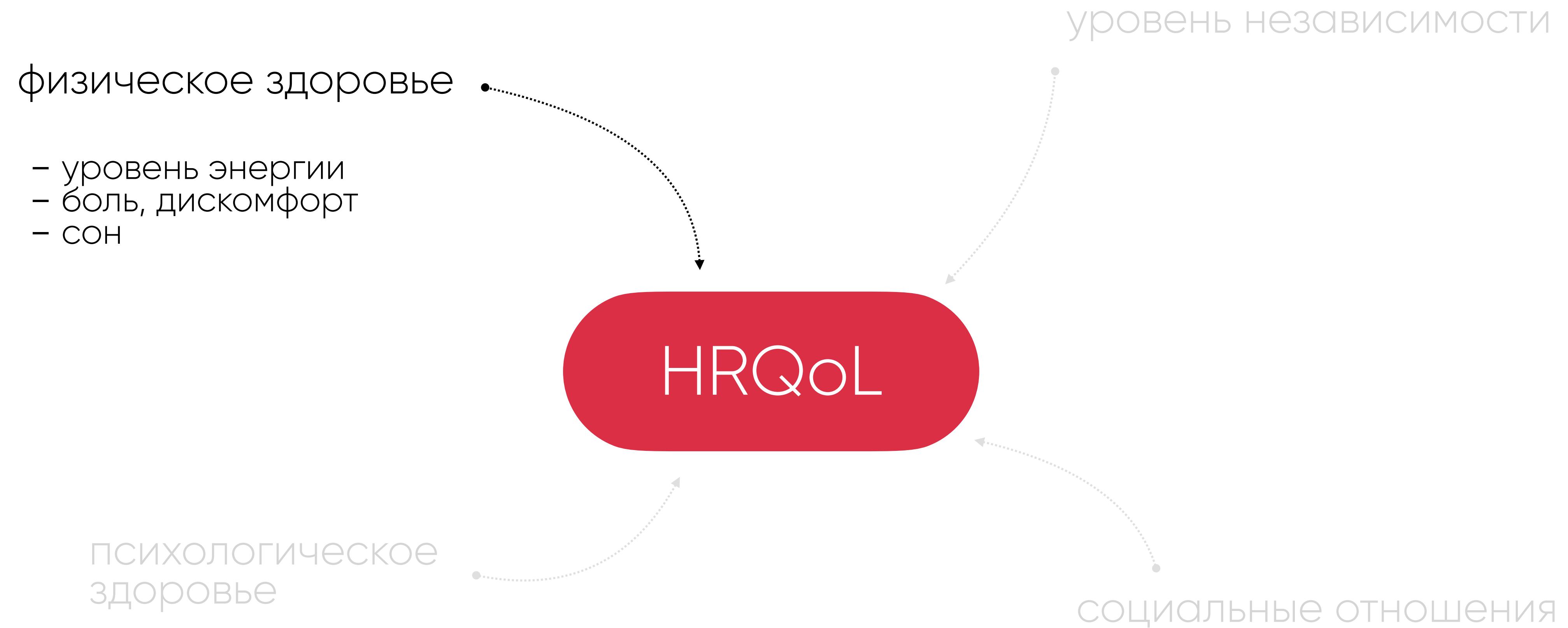


Качество жизни, связанное со здоровьем

health-related quality of life (HRQoL)



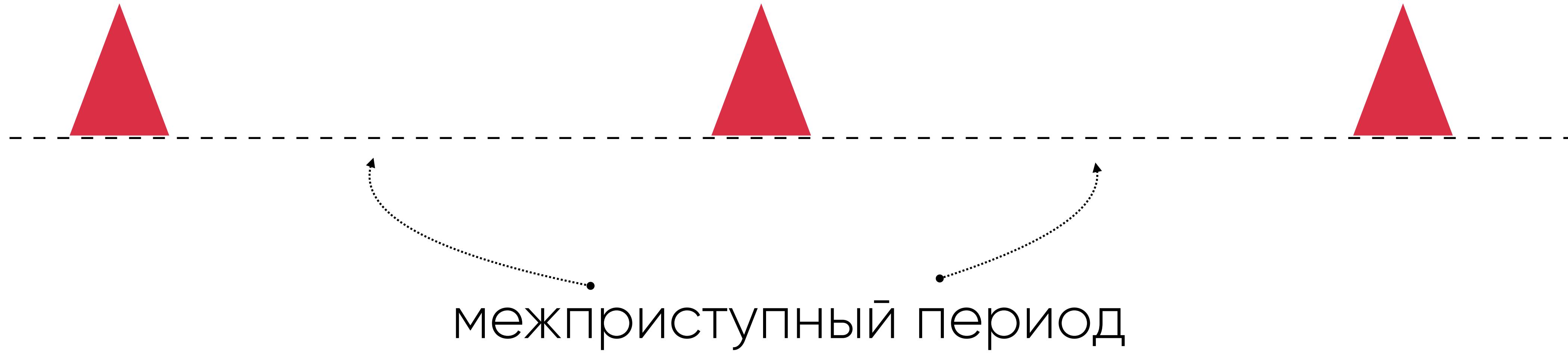




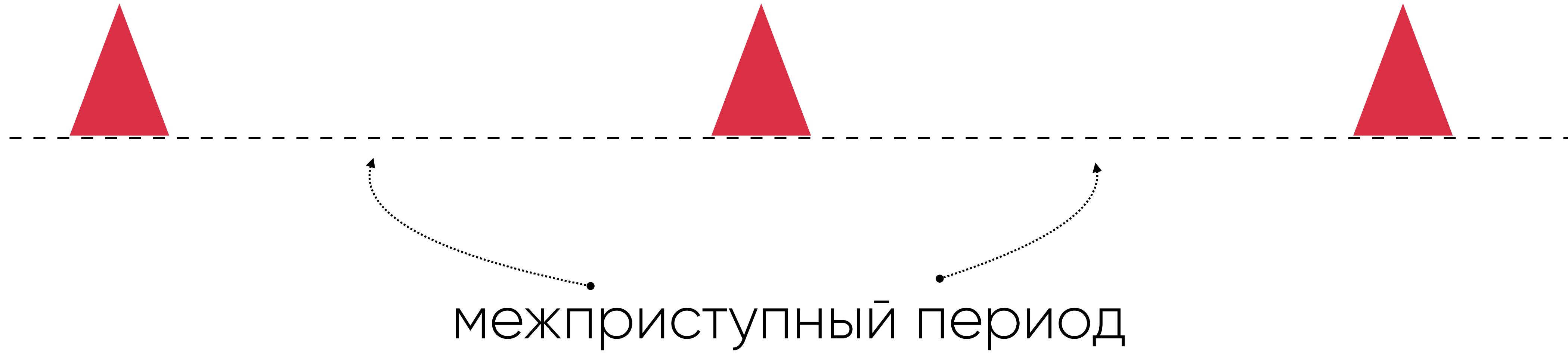
25 %

женщин испытывают приступы 1 раз в
неделю или чаще

Здоров ли человек **между** приступами?

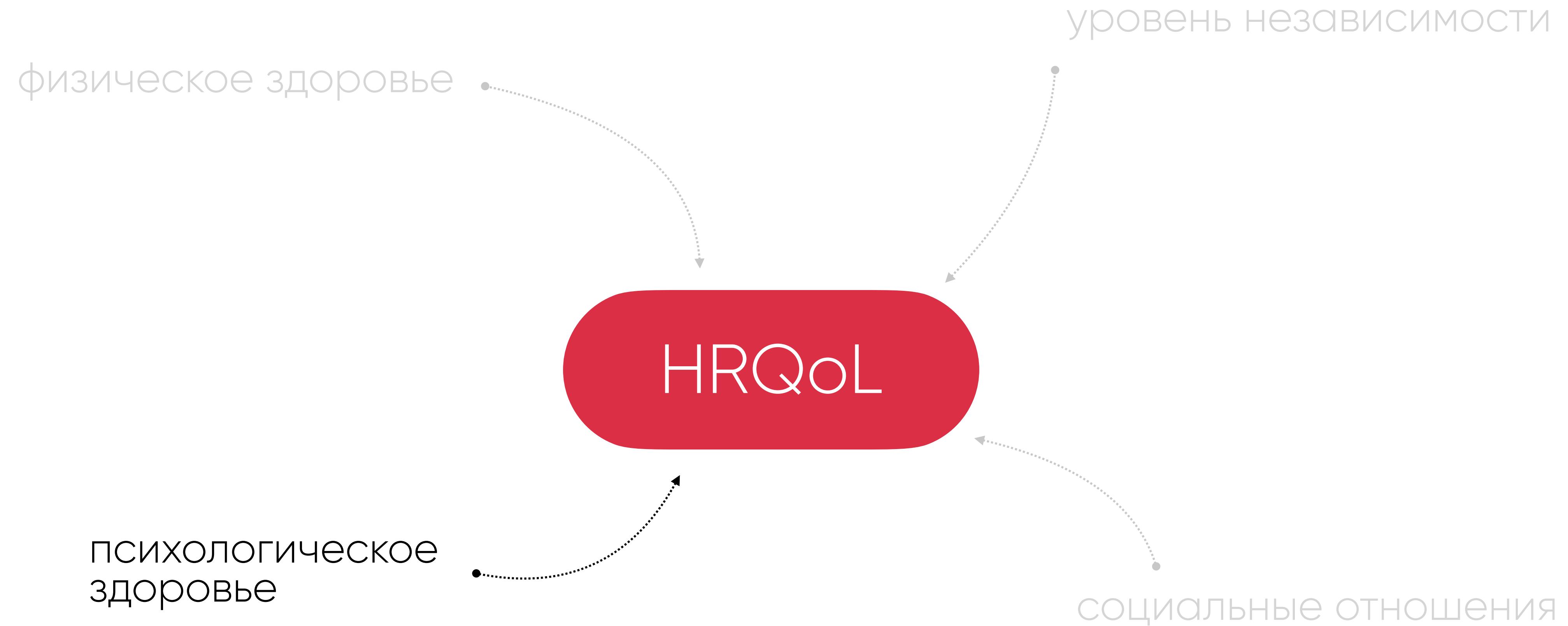


Здоров ли человек **между** приступами?



- чувствительность к свету
- чувствительность к запахам
- укачивание в транспорте
- тревожность и депрессия

- СТИГМАТИЗАЦИЯ
- КОГНИТИВНЫЕ нарушения
- страх приступа
- ухудшение отношений



- впечатление о себе, о теле
- позитивные/негативные чувства
- самооценка
- мышление, обучение, память, концентрация внимания

Риск развития **депрессии** у пациентов с мигренью

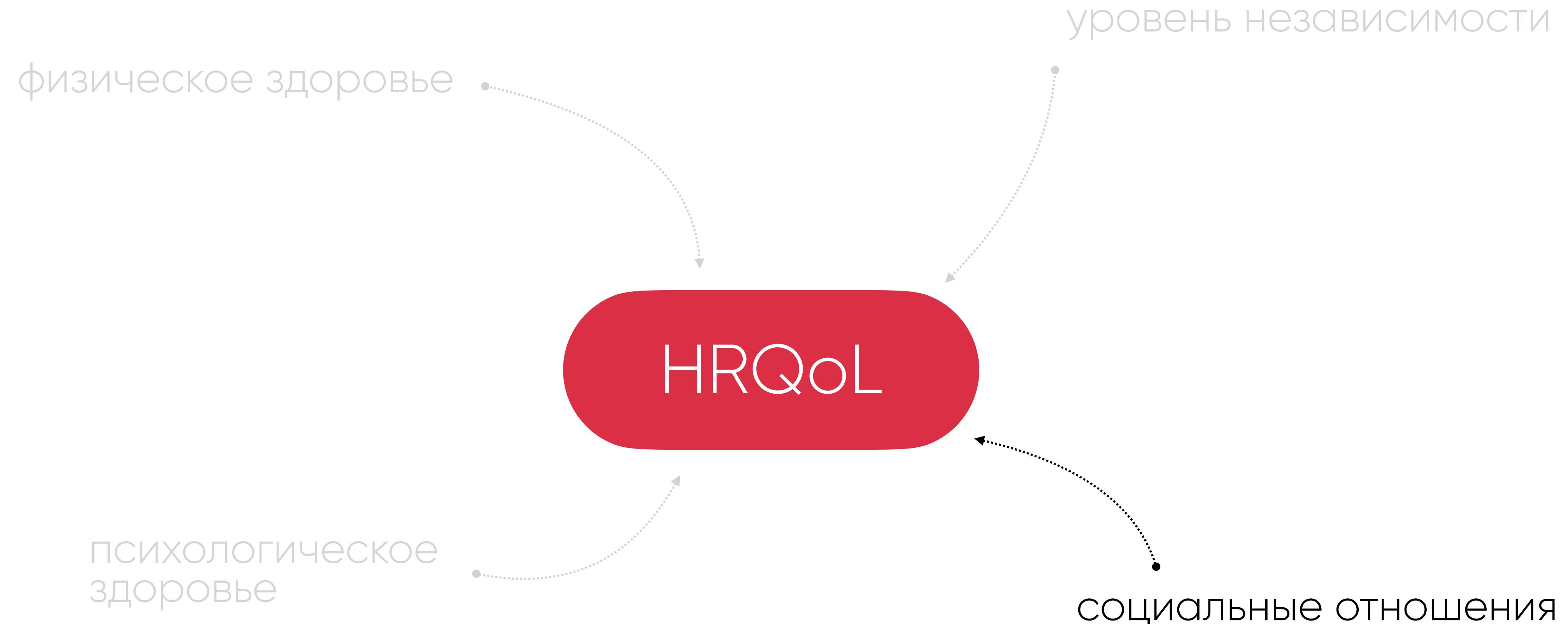
х 2,5



Мигрень – это
персональный террорист

1/3

людей с мигренью никогда не строят
планы, так как приступ может начаться
в любой момент



- личные
- социальная поддержка
- сексуальная активность

Семейные отношения

Impact of Migraine on the Family: Perspectives of People With Migraine and Their Spouse/Domestic Partner in the CaMEO Study

Dawn C. Buse, PhD; Ann I. Scher, PhD; David W. Dodick, MD;
Michael L. Reed, PhD; Kristina M. Fanning, PhD; Aubrey Manack Adams, PhD;
and Richard B. Lipton, MD

13064 пациентов и 4022 супругов

- участие в семейных активностях
- отмененные события
- отношение с супругом
- финансовое влияние
- влияние отношений с детьми на детей
- ...и на пациентов с мигренью

1/3

переживает, что мигрень влияет на финансы семьи

40%

отмечают, что супруг_а не верит в тяжесть заболевания

57%

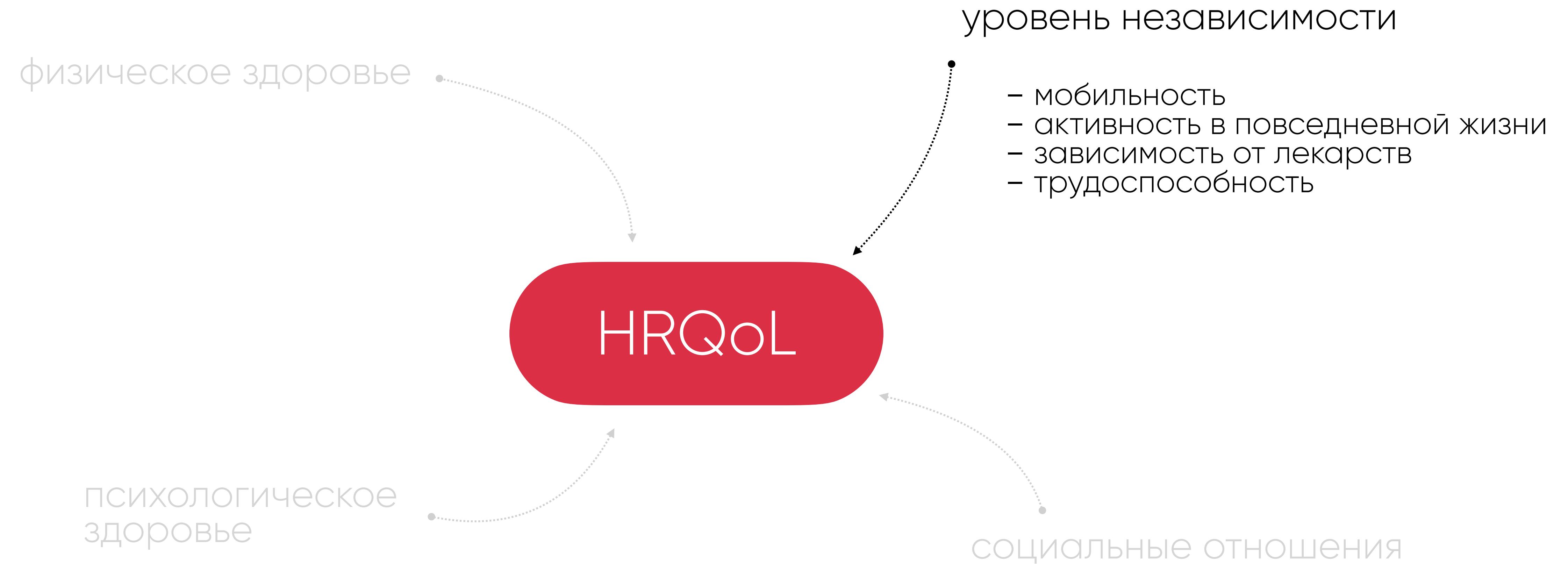
отменяют семейные активности раз в месяц или чаще

58%

считают, что были бы лучшими родителями, если не мигрень

44%

людей с мигренью испытывают
чувство вины за то, что их мигрень
влияет на членов семьи



53 %

людей с мигренью нуждаются в постельном режиме во время приступа

только 22%

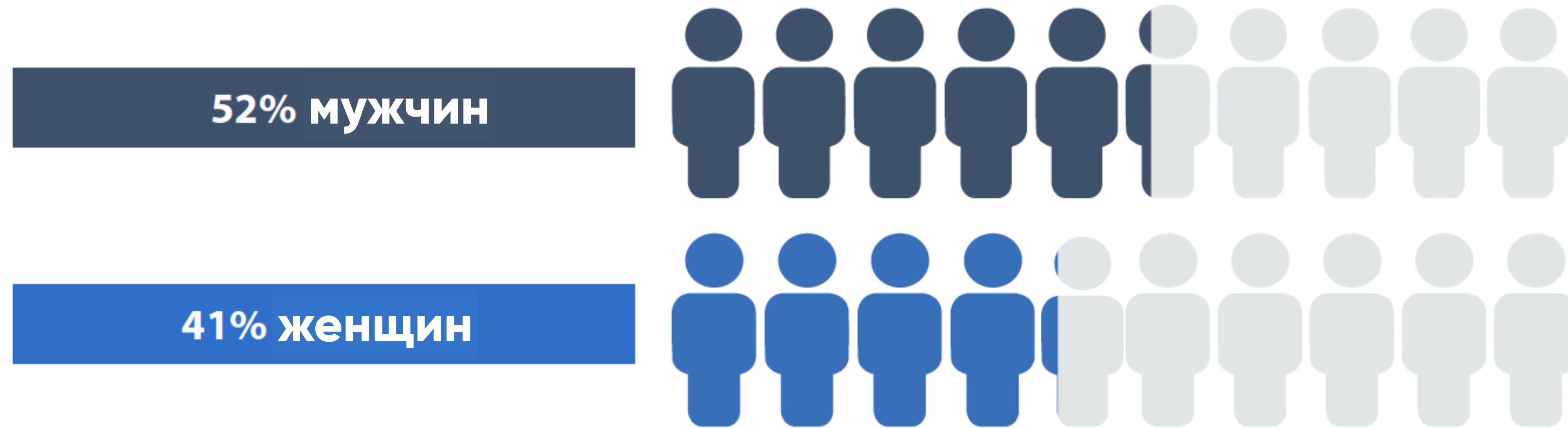
работодателей считают мигрень
уважительным поводом для
отсутствия на работе

СТИГМАТИЗАЦИЯ

Внешняя стигматизация

- проявляется на всех уровнях (общество, коллеги, члены семьи)
- медицинские работники – считают мигрень не настоящей медицинской проблемой
- это одна из причин необращаемости за медицинской помощью
- исследования показывают, что более 50% неврологов в академическом медицинском центре считают, что пациенты с мигренью имеют стигму

Сколько людей с мигренью ощущают стигматизацию



Исследование 2025 года об отношении людей без активной мигрени к людям с мигренью

Shapiro *et al.* *BMC Neurology* (2025) 25:103
<https://doi.org/10.1186/s12883-025-04039-1>

BMC Neurology

RESEARCH

Open Access



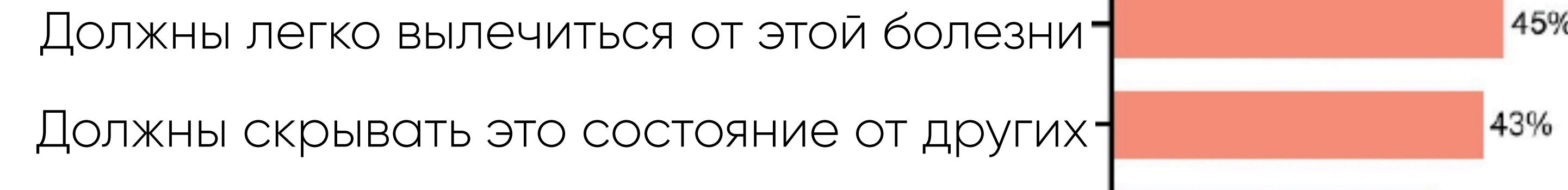
Stigmatizing attitudes toward people with migraine by people without active migraine: results of the OVERCOME (US) study

Robert E. Shapiro^{1*}, Lars Viktrup², Eva Jolanda Muenzel², Dawn C. Buse³, Anthony J. Zagar², Sait Ashina⁴, Susan Hutchinson⁵, Robert A. Nicholson² and Richard B. Lipton³

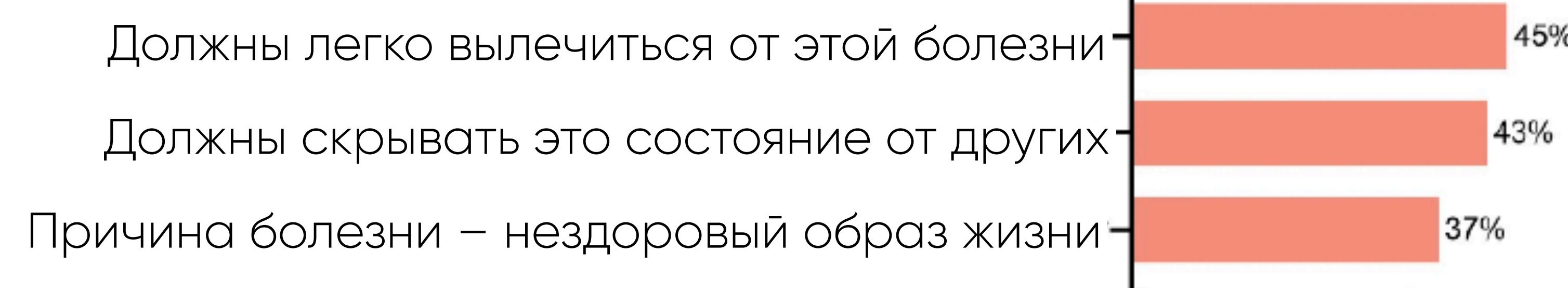
Как люди без мигрени думают о людях с мигренью

Должны легко вылечиться от этой болезни  45%

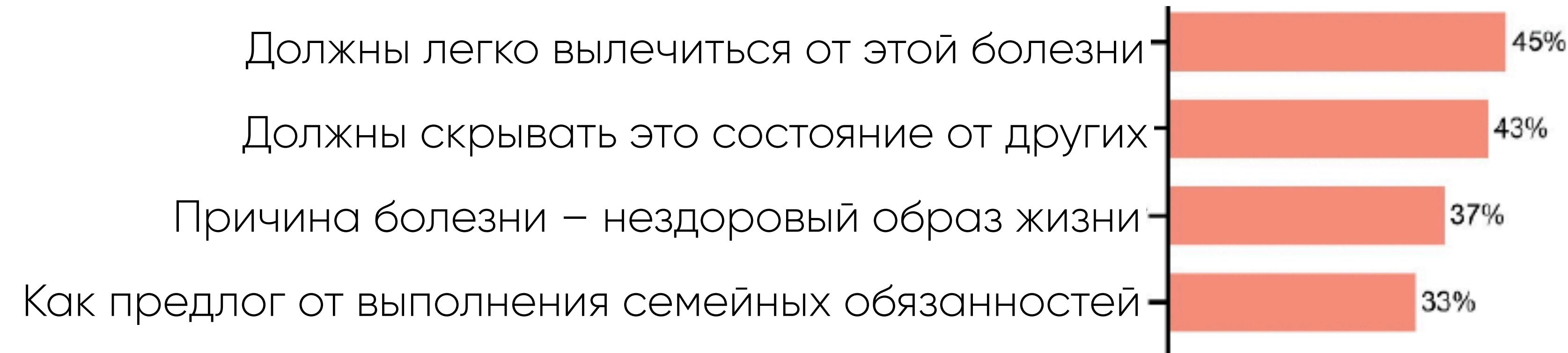
Как люди без мигрени думают о людях с мигренью



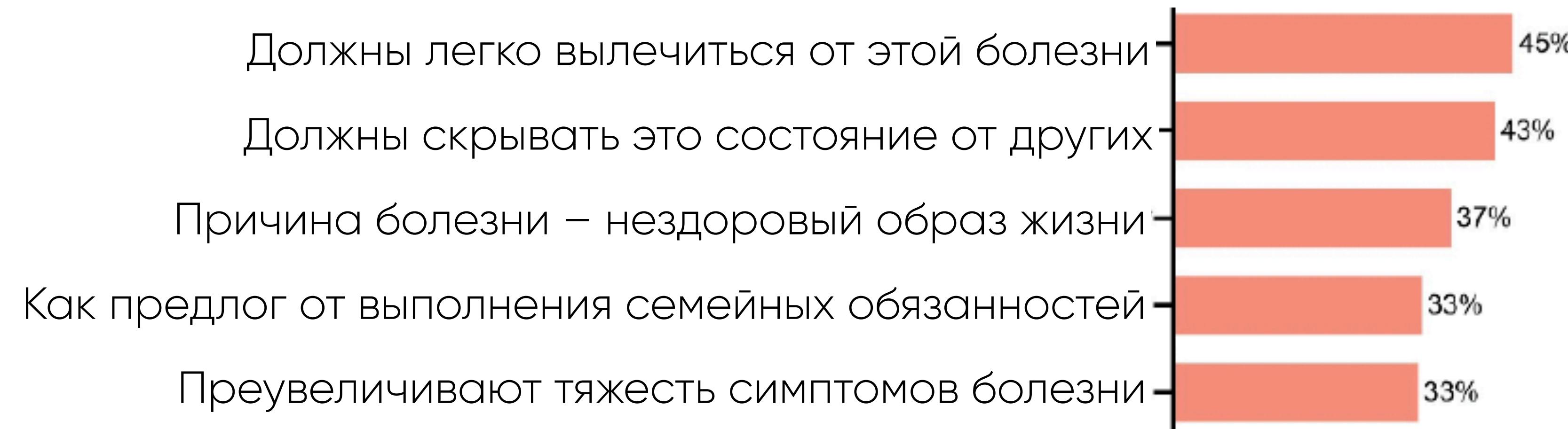
Как люди без мигрени думают о людях с мигренью



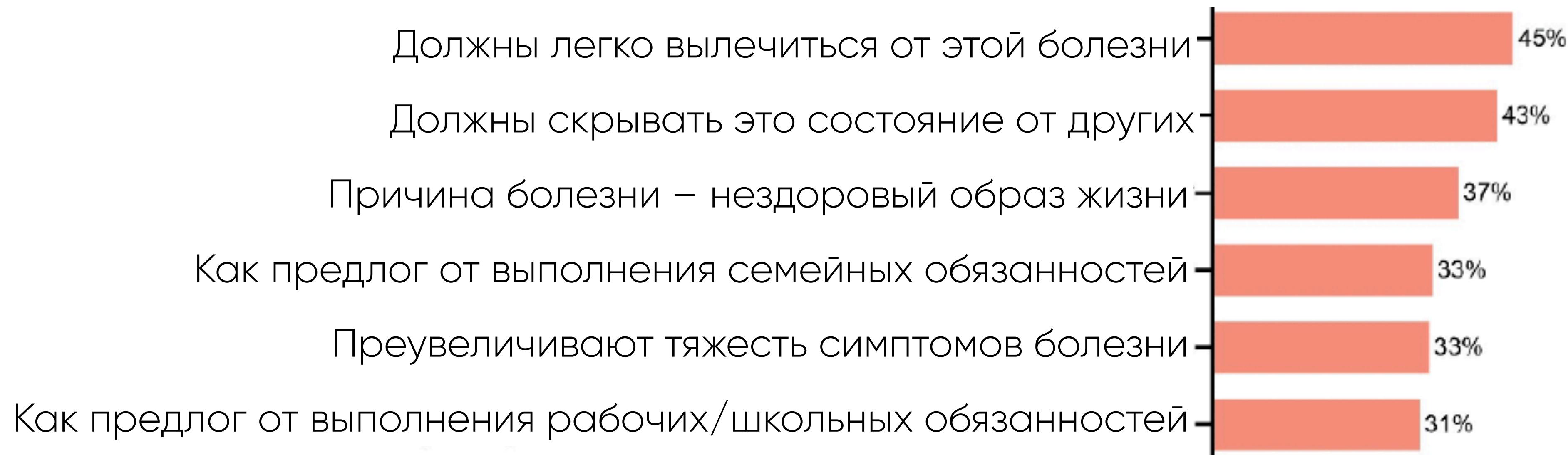
Как люди без мигрени думают о людях с мигренью



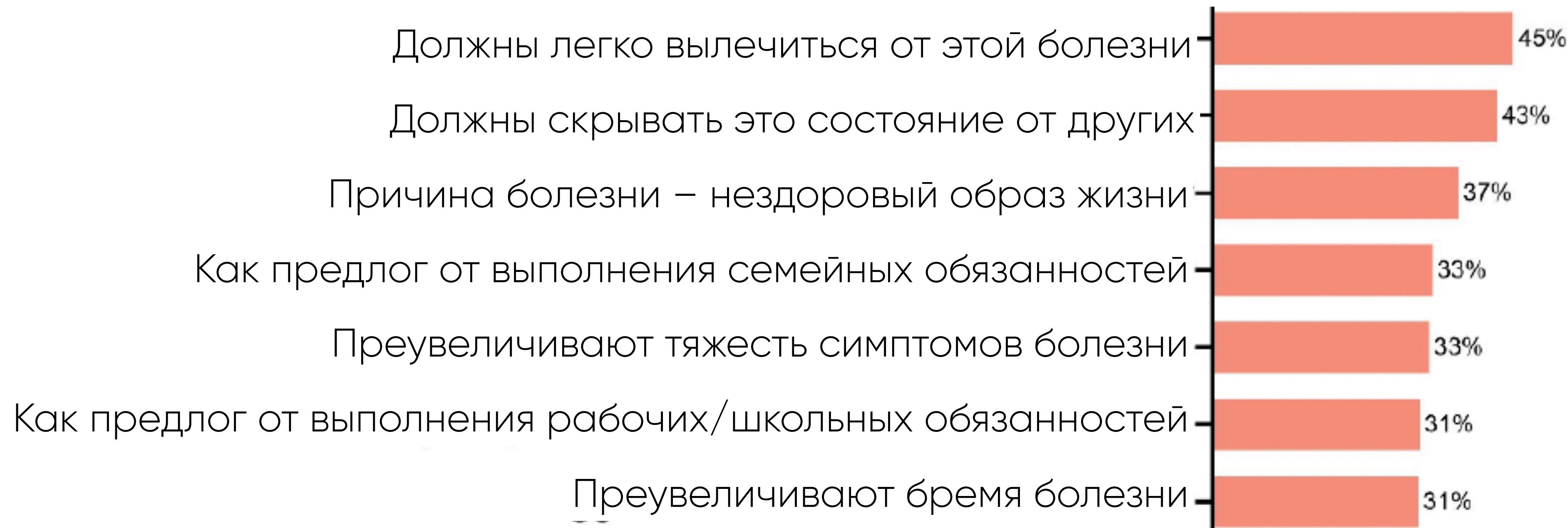
Как люди без мигрени думают о людях с мигренью



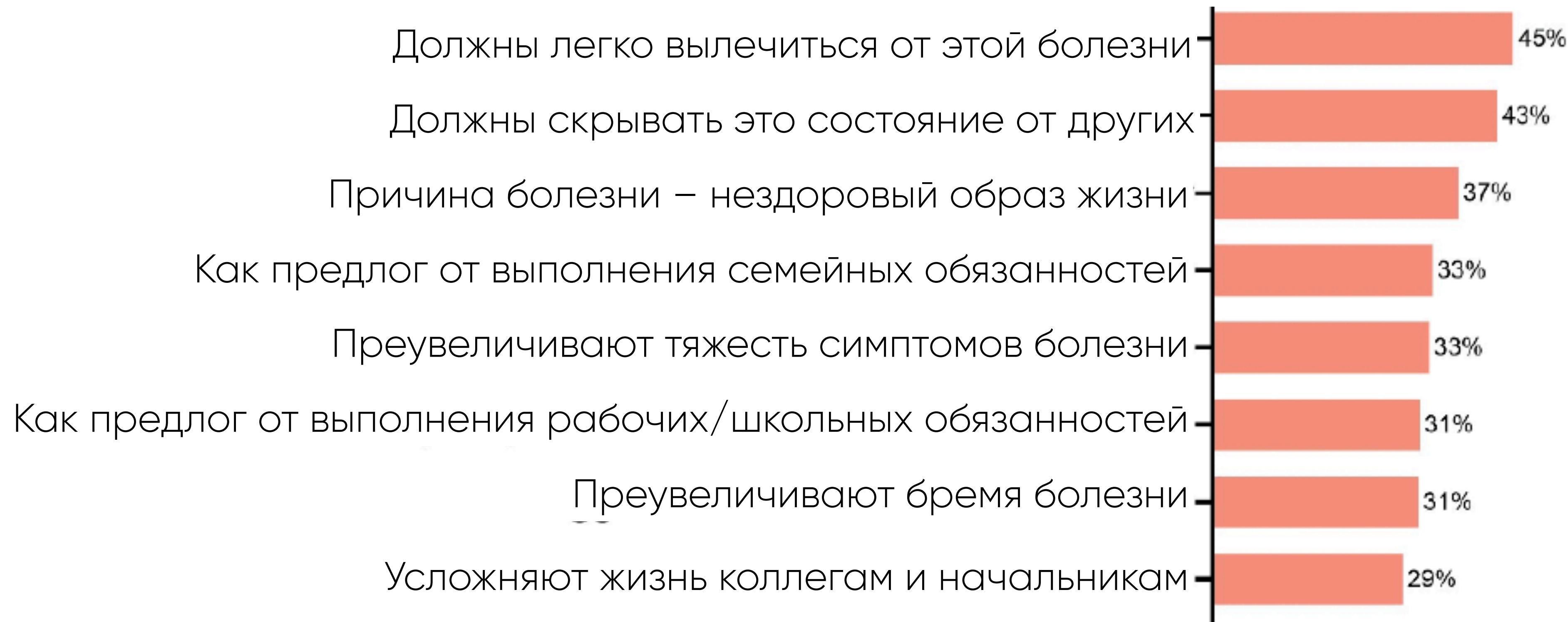
Как люди без мигрени думают о людях с мигренью



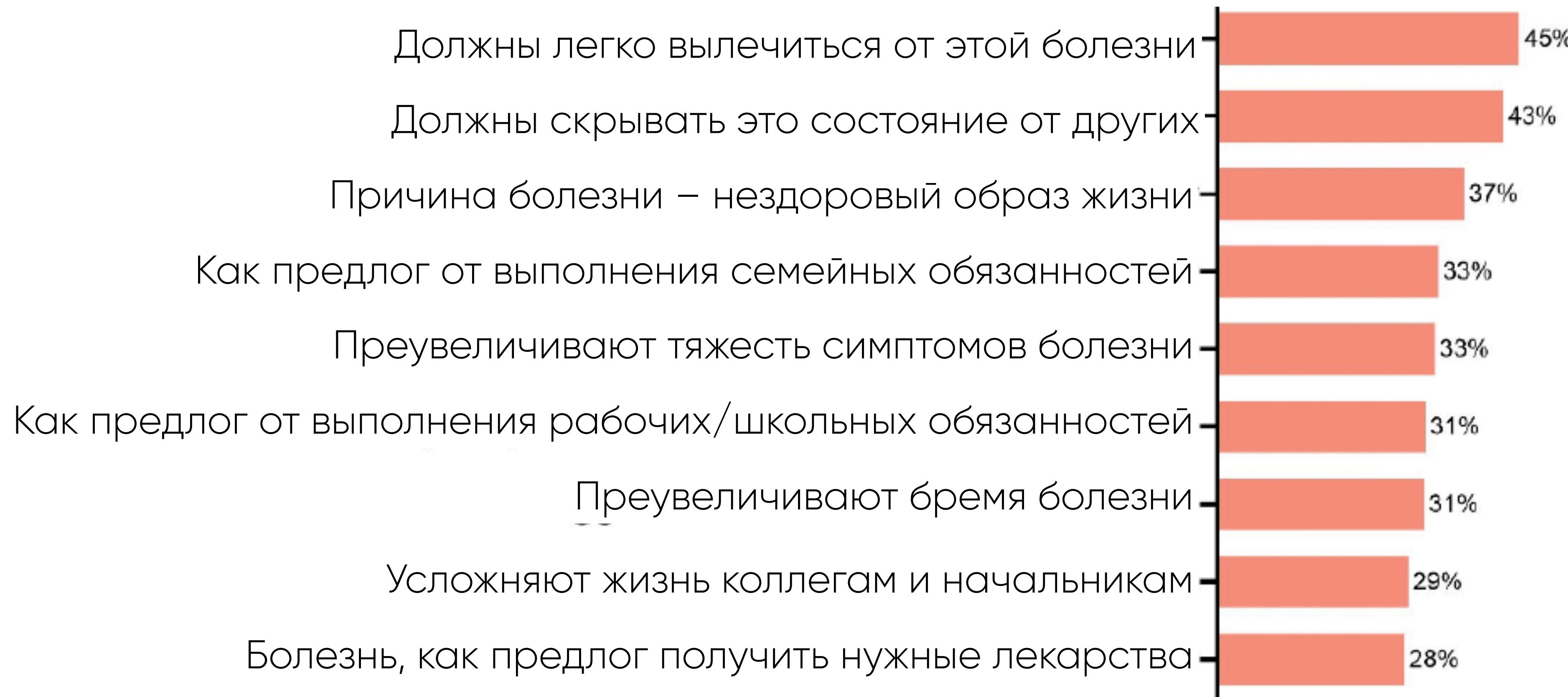
Как люди без мигрени думают о людях с мигренью



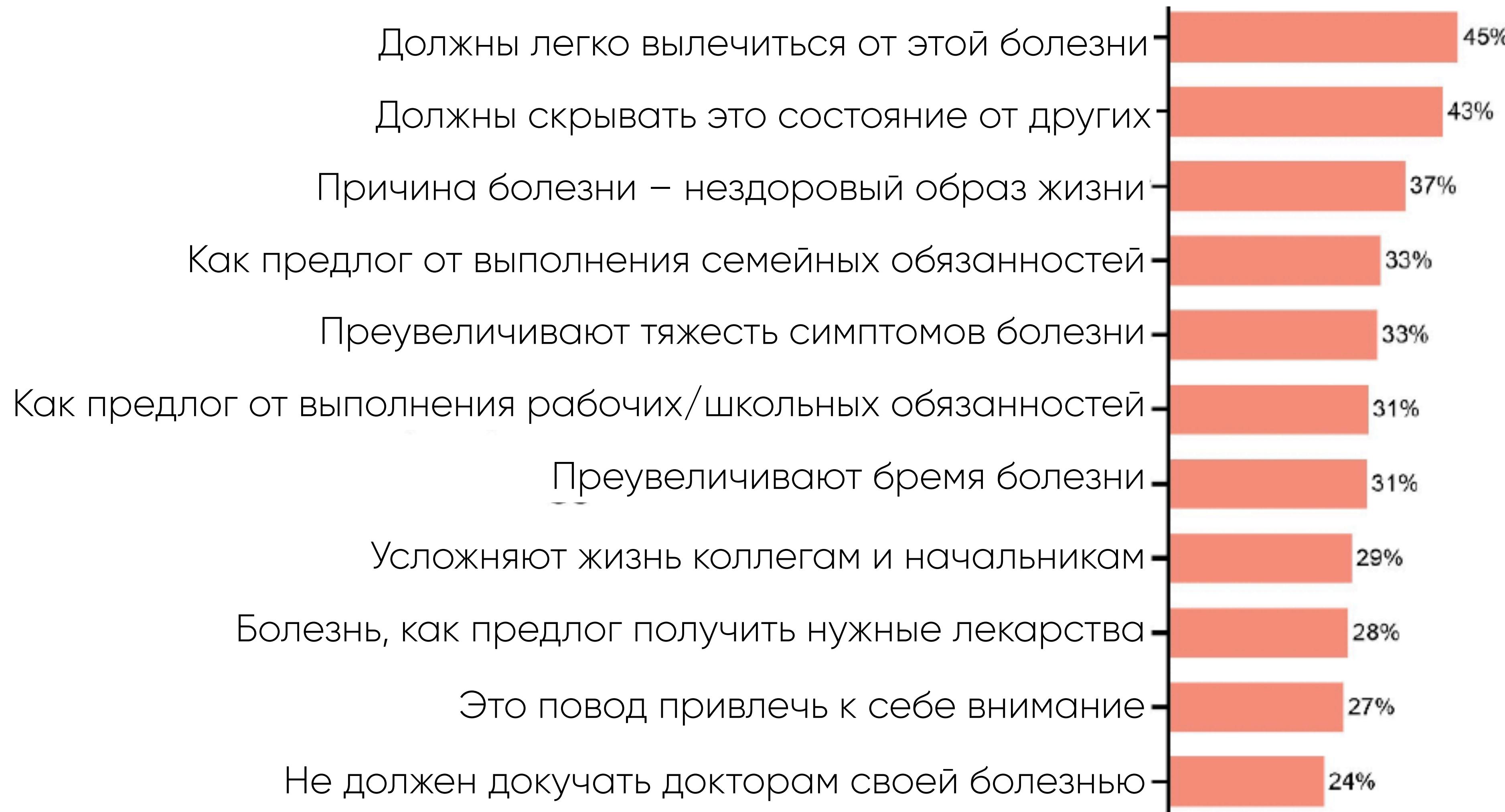
Как люди без мигрени думают о людях с мигренью



Как люди без мигрени думают о людях с мигренью



Как люди без мигрени думают о людях с мигренью



Кем приходятся пациентам эти люди из опроса?

ЭТО НЕ «ЧУЖИЕ ЛЮДИ»

Пациент с мигренью – член семьи или друг



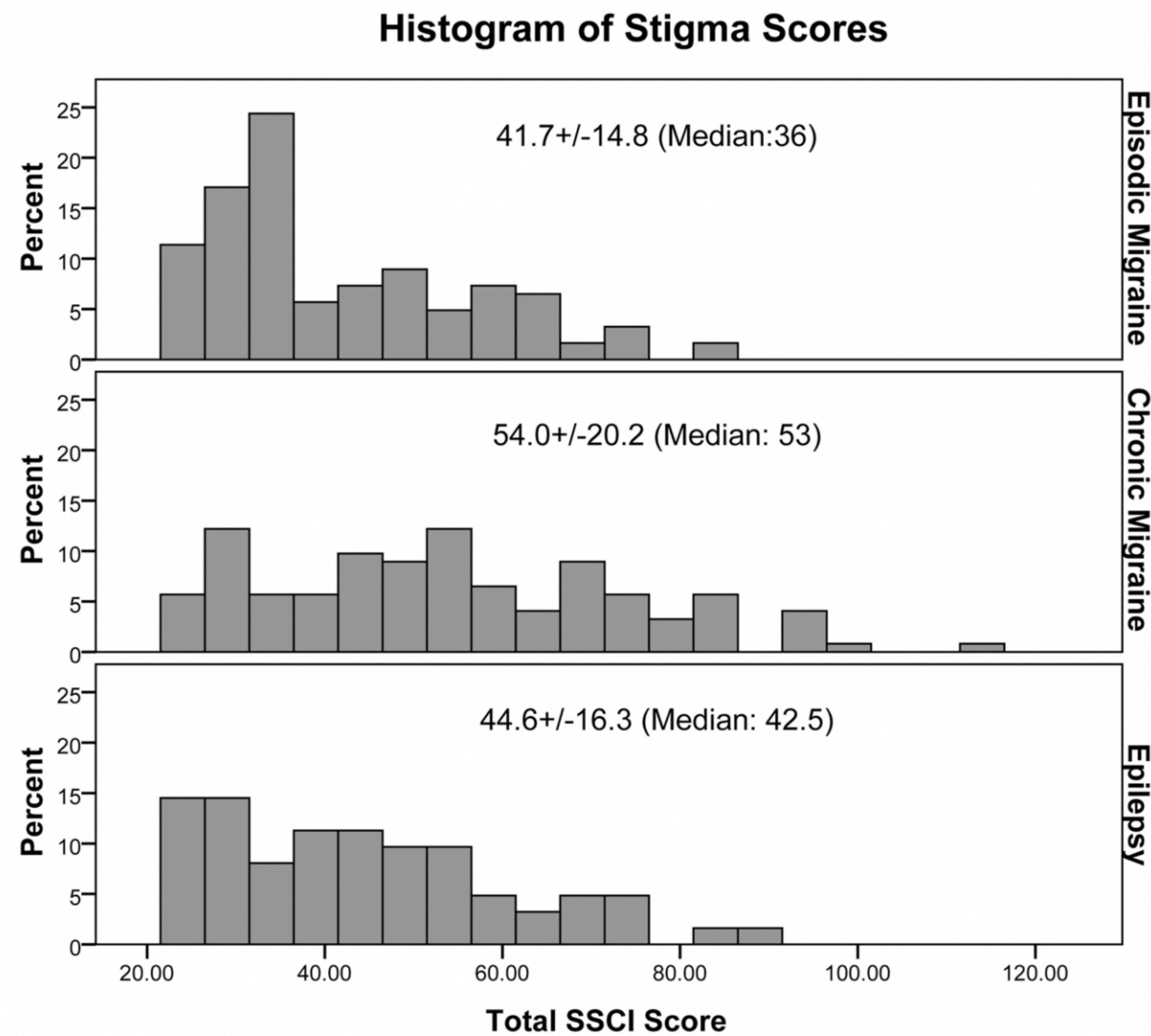
Пациент с мигренью – коллега по работе



Знают несколько пациентов с мигренью



Стigma мигрени больше, чем при эпилепсии



Редкая мигрень – 41,7 баллов

Хроническая мигрень – 54 балла

Эпилепсия – 44,6 балла

Как помочь пациентам?



**Мигрень
нельзя
вылечить**

**Мигрень
можно
лечить!**

3 подхода к лечению

1. купирование (устранение) приступа
2. профилактика (предотвращение) приступов
3. предотвращение ухудшения мигрени
(изменение образа жизни)

3 подхода к лечению

1. купирование (устранение) приступа
2. профилактика (предотвращение) приступов
3. предотвращение ухудшения мигрени
(изменение образа жизни)

Профилактическая терапия мигрени

ОСНОВНАЯ ЦЕЛЬ

- взять ситуацию под контроль
- сделать мигрень редкой эпизодической



3-5-10 лет назад...

сейчас

Традиционная профилактика мигрени

- бета-блокаторы (препараты, снижающие давление)
- противоэпилептические
- антидепрессанты
- ботулиноптерапия



Таргетная профилактика мигрени

- гепанты (римегепант, атогепант)
- моноклональные антитела (фреманезумаб, эренумаб)



Что делать сообществу?

- осознавать наличие проблемы (социальный и экономический)
- повышать осведомленность о мигрени и возможностях ее лечения в обществе, уменьшать стигму
- делать доступной в системе ОМС современную терапию мигрени (римегепант, атогепант, фреманезумаб, эренумаб, ботулинический токсин)



Буду рад
вашим вопросам!

tg @skorokirill