



## Расстройства сна у женщин-военнослужащих активного компонента вооруженных сил США

7 февраля 2018 г. на сайте издающегося в США военно-медицинского журнала *Military Medicine* выложена статья группы американских военных медиков, освещающая результаты исследования нарушения сна у женщин-военнослужащих<sup>1</sup>. Авторы подчеркивают, что данная работа является первым исследованием расстройств сна, сфокусированным на женском военном контингенте.

**Дизайн:** ретроспективное обсервационное неконтролируемое исследование. **Материал:** 101 женщина-военнослужащая из активного компонента всех видов вооруженных сил, преимущественно ВВС и армии США. Средний возраст  $33,9 \pm 9,0$  года, половина исследуемых имели в анамнезе командировку на театр военных действий. **Методы:** помимо клинического исследования с использованием стандартных опросников и шкал сонливости и бессонницы, все обследованные проходили полисомнографию.

**Результаты:** наиболее частым расстройством оказалась *бессонница (Insomnia, 71%)*, далее следовало *обструктивное апноэ во сне (Obstructive sleep apnea, OSA, 50%)*, при этом 35% имели оба этих нарушения. Важной особенностью данной работы авторы считают выявление сопутствующих расстройств сна психических нарушений. Так, *болевыe расстройства (Pain disorders)* обнаружены у 59% обследованных, тревожное — у 48%, депрессивное — у 46%, посттравматическое стрессовое расстройство — у 22%.

В обсуждении авторы обращают внимание на следующие два момента.

1. Необычно высокий уровень обструктивного апноэ у обследованного контингента. У аналогичной гражданской популяции это потенциально опасное для жизни расстройство встречается не более чем у 21% женщин, с абсолютным доминированием мужчин (отношение м/ж от 8:1 до 10:1). У военнослужащих-женщин обструктивное апноэ встречается с той же частотой, что и у военнослужащих-мужчин, и не может быть объяснено конституциональными особенностями женского организма, например, *большим индексом массы тела*.

2. Высокий уровень психических расстройств, сопутствующих нарушениям сна. В аналогичном мужском контингенте нарушения сна чаще обусловлены ситуационно.

Авторы объясняют выявленные особенности чрезмерностью стрессовых нагрузок, которым подвергаются женщины, служащие в активном компоненте вооруженных сил. Многообразные стрессоры приводят к хроническому перевозбуждению симпатической нервной системы с нарушением тонкой регуляции сна и психических функций. Это свидетельствует о том, что условия реальной военной службы (не офисное переключивание бумажек) явно непосильны для женского организма. И не только потому, что женщины слабее физически или их социальная роль ассоциирована с материнством. Их психическая конституция не гармонирует с военной службой. Обосновывая данный тезис, авторы ссылаются на ранее проведенную работу канадских психиатров<sup>2</sup>, показавших, что женщины-военнослужащие воспринимают «тяготы» военной службы как чрезмерные достоверно чаще, чем аналогичный мужской контингент.

Методические недостатки выполненной работы вполне очевидны, необходимы проспективные контролируемые исследования.

Выводы данной работы диссонируют с неоправданным умилением по поводу службы женщин в вооруженных силах, особенно на должностях, связанных с пребыванием на театре военных действий.

<sup>1</sup> An Initial Report of Sleep Disorders in Women in the U.S. Military / Capener D.C. et al. // *Mil. Med.* — 2018. First on line 07 February 2018. URL: [https://www.researchgate.net/publication/322991533\\_An\\_Initial\\_Report\\_of\\_Sleep\\_Disorders\\_in\\_Women\\_in\\_the\\_US\\_Military](https://www.researchgate.net/publication/322991533_An_Initial_Report_of_Sleep_Disorders_in_Women_in_the_US_Military) (дата обращения: 08.03.2018).

<sup>2</sup> Stress and mental disorders in female military personnel: comparisons between the sexes in a male dominated profession / Mota N.P. et al. // *J. Psych. Res.* — 2012. — Vol 46, N 2. — P. 159–167. PDF. URL: <https://msrc.fsu.edu/system/files/Mota%20et%20al%202011%20Stress%20and%20mental%20disorders%20in%20female%20military%20personnel.pdf> (дата обращения: 08.03.2018).