**Болезнь Рейно**

При болезни Рейно происходит резкое повышение тонуса определенных групп артерий. Значительная часть ответственности за это лежит на нарушении нервной регуляции, но отчасти могут быть виноваты и мышечные волокна сосудов - возможно, они начинают слишком бурно реагировать на команды "свыше". Не исключено также, что в организме появляются вещества-самозванцы, притворяющиеся посыльными нервной системы и обманом побуждающие доверчивые мышцы к сокращению. Как бы то ни было, в итоге развивается спазм артерий - их просвет сужается настолько, что кровь почти не поступает к питаемым ими тканям".

Приступообразные расстройства артериального кровоснабжения кистей и (или) стоп, возникающие под воздействием холода или волнения называют синдромом Рейно. Как правило синдром Рейно является вторичным феноменом, развивающимся при различных диффузных заболеваниях соединительной ткани (прежде всего склеродермии), поражении шейного отдела позвоночника, периферической нервной системы, эндокринной системы (гипертиреоз, диэнцефальные расстройства), пальцевых артериитах, артериовенозных аневризмах, добавочных шейных ребрах, при криоглобулинемии. Если отсутствуют определенные причины для развития синдрома Рейно, то говорят о болезни Рейно.

Все начинается с внезапных кратковременных приступов онемения пальцев, которые обычно возникают под действием холода, например, при мытье или стирке в холодной воде; реже - в результате сильного волнения. Пальцы мгновенно белеют - ни кровинки, и вслед за онемением появляется резкая ломящая или жгучая боль. Вначале, чтобы избавиться от боли, достаточно мягко помассировать и согреть пальцы в течение 2-3 минут.

Со временем приступы возникают и без всякой видимой причины, их продолжительность увеличивается, доходя до 1,5-2 часов, приступ сопровождается уже не бледностью кожи, а синюшностью и отеком. Позже на пораженных участках образуются поверхностные язвы, а затем и более глубокие очаги некроза (омертвения) тканей. Поражаются преимущественно 2-5 пальцы кистей, стоп, реже - другие выступающие участки тела (нос, уши, подбородок).

Хотя в подавляющем большинстве случаев страдают пальцы рук или ног, изредка встречается поражение носа, ушей, подбородка. Картина та же - фарфорово-белая (мертвенно-бледная), как при отморожении, кожа и сильная боль.

Нетрудно догадаться, что развитие болезни связано с нарушением поступления крови к соответствующим органам. Такое состояние называется ишемией. Однако можно сколько угодно исследовать строение артерий пациентов, страдающих болезнью Рейно, - никакого препятствия для нормального кровотока внутри них не обнаружишь.

Все дело в самих артериях, точнее - в их стенках. Артерии - не просто трубочки для перекачки крови. Кровоток регулируется с помощью расположенных в их стенке мышечных волокон. От обычных мышц они отличаются хотя бы тем, что почти не устают. Часть их вообще всегда пребывает в состоянии напряжения. Это явление называется сосудистым тонусом. Если возникает необходимость в дополнительном притоке крови, мышечные волокна расслабляются, просвет артерий расширяется и кровоток усиливается.

Конечно, артерия не сама определяет, сколько крови должно протекать по ней в тот или иной момент: ведущая роль в регуляции сосудистого тонуса принадлежит нервной системе. Дело это очень ответственное: если расслабятся стенки "лишних" артерий, общая вместимость сосудистого русла может возрасти настолько, что в организме просто не хватит крови, чтобы его заполнить.

До сих пор никто точно не знает, отчего возникает болезнь Рейно. Известно, что в основном она бывает у молодых женщин, но болеют и мужчины. Первые приступы могут появиться после перенесенных инфекций или воздействия провоцирующих факторов - переутомления, переохлаждения, неумеренного загорания. Развитие болезни Рейно возможно как следствие травмы мозга или сильного эмоционального потрясения. В пользу неврологической природы заболевания говорит также симметричность поражения: проявления болезни почти одновременно захватывают одинаковые участки справа и слева.

Но определенное значение имеет и физическая нагрузка на пальцы - заболевание чаще возникает у машинисток, пианисток.

Важным предрасполагающим фактором считают обусловленные наследственностью особенности реакции сосудов на различные внешние обстоятельства. Ведь даже в сходных жизненных ситуациях у разных людей сосуды реагируют по-разному - кто-то от волнения краснеет, кто-то бледнеет.

Но проявления, сходные с симптомами болезни Рейно, наблюдаются и при заболеваниях желез внутренней секреции, нервной системы, ослаблении иммунитета, а также при хроническом отравлении солями свинца и ртути, длительном воздействии такого вредного фактора, как вибрация. В этих случаях сосудистые нарушения могут быть одними из первых и наиболее значительных симптомов.

Когда Рейно писал свой труд, наука не располагала и сотой долей того диагностического потенциала, о котором в наши дни известно любому студенту-медику. Специальные методы исследования сосудов - тепловидение, реовазография и ультразвуковая допплерография - позволяют обнаружить первые, ранние нарушения кровотока, не всегда заметные даже самому больному. А многочисленные лабораторные анализы вовремя подскажут врачу, не является ли спазм сосудов проявлением скрытого недуга.

Сегодня можно если не излечить полностью, то значительно замедлить прогрессирование болезни Рейно. Специалисты используют и богатый арсенал медикаментов, и физиотерапию, и иглоукалывание, и даже оперативное лечение.

Ни в коем случае не следует принимать лекарства бессистемно, "прыгать" от одного метода лечения к другому в надежде на немедленный эффект - ничего, кроме вреда, это не принесет. Точно так же не стоит и метаться от врача к врачу: для больного лучше, если его длительное время наблюдает один доктор - хороший невропатолог или хирург, который со временем разберется в индивидуальных особенностях течения болезни и подберет схему лечения, позволяющую добиться максимального эффекта.

Однако пациент и сам может существенно облегчить работу врачу и жизнь себе, если будет придерживаться определенных рекомендаций:

Если вы еще курите, немедленно и навсегда откажитесь от курения. Даже у здорового человека с нормальными сосудистыми реакциями никотин вызывает продолжительное повышение тонуса артерий, а у больного сигарета может спровоцировать приступ!

Избегайте переохлаждения рук, ног, лица. Купание в проруби - в принципе вещь полезная, но не при болезни Рейно. Не мойте руки в холодной воде, зимой носите теплые варежки, а обувь всегда должна быть сухой.

Важно исключить воздействие вибрации. Речь в данном случае идет не об отбойном молотке - тут и так все ясно, но источники слабой вибрации есть сегодня в каждом доме: это многочисленные бытовые приборы и инструменты, снабженные электромотором, - электродрели и электропилы, кофемолки, пылесосы... Холодильник, стиральную машину отрегулируйте и поставьте на хорошо амортизирующий резиновый или поролоновый коврик, чтобы они не "дребезжали". Постарайтесь электродрелями и электропилами не пользоваться, а если все же возникла необходимость просверлить отверстие в стене, наденьте шерстяные перчатки.

И последнее. Организуйте свое время так, чтобы и труд, и отдых были для вас необременительны. Жизнь без резких встрясок и слишком острых ощущений, хороший сон и душевный покой - тогда и лекарства помогут вам надолго распроститься с приступами болезни.

**Нечто интересное**

Хлесткий талант сатирика Жана Батиста Мольера, высмеивавшего на потеху публике современных ему врачей, отнюдь не вызывал улыбки у жившего столетие спустя парижского терапевта и невропатолога Мориса Рейно. Напротив, ему было обидно за коллег, хотелось вопреки утверждениям великого драматурга доказать, что даже в те времена не все было так плохо в медицине. В конце концов Рейно взял да и написал в сердцах книгу "Врачи времен Мольера", которая столь понравилась ученым мужам Парижа, что они удостоили автора степени доктора философии. И по заслугам - действительно, Рейно был не только талантливым врачом-практиком, но и эрудированным философом и историком медицины.

Если бы он и дальше продолжал писать труды по истории и философии, в наши дни его имя вряд ли помнил бы кто-нибудь, кроме узкого круга специалистов. Между тем оно прочно вошло в медицинский лексикон. В памяти потомков Рейно остался благодаря сочинению, посвященному вполне конкретной болезни, где он впервые подробно описал и систематизировал признаки нарушения кровообращения в мелких артериях кистей и стоп, которое, постепенно прогрессируя, может со временем привести к гангрене пальцев. Современники сочли описание настолько полным, что имя автора оказалось прочно связанным с самим заболеванием - термин "болезнь Рейно" стал общепринятым.