

# Синдром надпочечниковой усталости

Иванова Д.Р. Ординатор 1 года  
специальность терапия

# Строение надпочечников

**Надпочечники** – парные эндокринные железы, расположенные ретроперитонеально над верхними полюсами почек на уровне позвонков Th12 и L1.

Масса одного надпочечника 4-5 г

Строение Надпочечников:

- Кора (80% массы железы) – стероидные гормоны (минералокортикоиды, глюкокортикоиды, андрогены)
- Мозговое вещество – катехоламины (дофамин, норадреналин, адреналин)

# определение

Синдром надпочечниковой усталости (далее СНУ) – это нейроэндокринное расстройство (нервно-гормональное).

# Стадии СНУ

Выделяют 4 стадии:

1 и 2 – легкие,

3 – истощение

4 – недостаточность.

При 1 и 2 стадиях кортизол повышен, при 3 и 4 – понижен.

Современная медицина отрицает существование  
такого состояния!

Но призывает обращать внимание на симптоматику.  
Доказательной медициной расценивается как миф.

**Триггерный фактор:** постоянный стресс (выработка кортизола), депрессия или тревожное расстройство, врожденная надпочечная гиперплазия (САН) в детстве и аутоиммунная надпочечная недостаточность в пубертатном периоде и взрослой жизни.

**Возникают симптомы:** усталость, проблема с пробуждением/засыпанием, учащенное сердцебиение, гипогликемия, пониженное давление, запоры, сниженная функция щитовидной железы, тяга к соленым продуктам,

# Патогенез

- Прогрессирующий дефицит кортизола и альдостерона приводит к нарушениям углеводного, белкового, липидного и водно-солевого обменов.
- Развивается гипонатриемическая дегидратация с гиперкалиемией, гипохлоремией, гипогликемией и кетозом.
- Уменьшение объема циркулирующей плазмы приводит к нарастанию внутриклеточной дегидратации с развитием метаболического ацидоза, выраженной артериальной гипотензии (вплоть до коллапса), снижением сердечного выброса и клубочковой фильтрации (вплоть до анурии).

# Список литературы

1) Журнал Актуальная эндокринология

<https://actendocrinology.ru/archives/6027>

2) Клинические рекомендации по  
эндокринологии от 2017г

3) М.Лэма «Синдром усталости надпочечников»

4) Основная надпочечная недостаточность:  
Новые генетические причины и их долгосрочные  
последствия.

Вуопосоре F, Ахерманн ДЖК,