**Может ли пандемия COVID ‐ 19 нарушить гигиену полости рта и режим сна у детей?**

Новый коронавирус SARS‐COV‐2, обнаруженный в декабре 2019 года в Китае, является частью семейства вирусов, вызывающих респираторные инфекции. В марте 2020 года ВОЗ объявила пандемию новой коронавирусной инфекции, COVID‐19, поражающей огромное количество людей с опасными для жизни последствиями независимо от состояния их здоровья [1\*]. Длительный инкубационный период, развитие неспецифических симптомов или их отсутствие, свободная передача через прямой или косвенный контакт с инфицированными поверхностями или людьми – все это стало большим вызовом для системы здравоохранения [1,2\*]. Эти факторы не позволяли осуществлять эффективный контроль над COVID‐19, а отсутствие утвержденной схемы лечения вынудило правительства многих стран объявить чрезвычайное положение и ввести социальное дистанцирование и карантинные меры для сдерживания распространения инфекции среди населения [1,3\*].

Введение социального дистанцирования направлено на ограничение контактов между людьми в больших группах населения с целью предотвратить передачу вируса; карантин направлен на изоляцию больных и возможно инфицированных людей от потенциально здоровых [3,4\*]. В условиях сокращения социальных коммуникаций принятые меры способствовали нарастанию страха и неуверенности, провоцировали стресс внутри семьи [5\*]. Некоторым родителям приходилось совмещать работу с домашними обязанностями и дистанционным обучением своих детей; многие испытывали беспокойство, связанное с работой и финансовой нестабильностью [6\*]. Большинство детей не посещали школу, а постоянное нахождение в стенах дома нарушало привычный распорядок дня, особенно у детей, приводя к уменьшению физической активности, использованию электронной техники и к частым перекусам углеводами [5-7\*].

Тревожные дети могут испытывать значительные трудности со сном; некоторые нарушения сна могут быть спровоцированы стрессом и тревогой [8\*]. Вынужденное пребывание в стенах дома в стрессовых обстоятельствах может повлиять на повседневную деятельность и сон [6\*]. Сон играет решающую роль в развитии детей и подростков, их физического и ментального здоровья [9\*]. По данным исследований у 25% всех детей выявлено хотя бы одно из проявлений нарушения сна [10\*]. Во время карантина в результате пандемии COVID‐19 у детей наблюдались увеличение продолжительности и изменения режима сна, ухудшение качества сна [11,12\*]. Последствия проблем со сном у детей колебались от дневной сонливости и головных болей до проблем со здоровьем и поведением [13\*].

Качественная гигиена полости рта представляет собой комплекс мер, направленных на тщательный уход за зубами и десной в целях предотвращения развития заболеваний [14\*]. Здоровье полости рта играет важную роль в поддержании качества жизни пациентов, их физического и психологического здоровья [15\*]. Во всем мире более 530 миллионов детей имеют кариес на временных зубах [16\*]. Ключевым фактором хорошей гигиены полости рта являются профилактические меры, направленные на удаление зубного налета. Чистка зубов представляет собой наиболее распространенный и эффективный метод домашней гигиены полости рта [15,17\*]. Как правило для родителей ежедневная чистка зубов связана с утренними, например после завтрака, или вечерними, например, перед сном, повседневными делами [18\*]. Существует взаимосвязь привычек сна, например, поздний отход ко сну и увеличения прироста кариеса [7\*].

Влияние карантина на гигиену полости рта и режим сна еще находится на начальной стадии исследования. Важное значение имеет изучение влияния стресса, смятения, гнева и других негативно окрашенных состояний, отмеченных в период пандемии, на распорядок дня ребенка [19,20\*]. Изменения привычного распорядка семьи, тревога, связанная с распространением новой коронавирусной инфекцией, и необходимость оставаться дома может нарушать детский сон и, как следствие, гигиену полости рта.

**Цель**

Цель исследования заключалась в оценке нарушений сна у детей в бразильской и португальской популяциях, а также в изучении взаимосвязи нарушений сна и гигиены полости рта ребенка по оценке родителя/опекуна во время самоизоляции в период пандемии COVID‐19.

**Материалы и методы**

Статистический анализ проведен на базе данных ответов на вопросы онлайн-анкеты родителей/опекунов детей в возрасте 3-15 лет из Португалии и Бразилии, соблюдавших социальное дистанцирование во время COVID‐19. Вопросы включали в себя социально-демографические характеристики, посещение ребенком школьных онлайн-занятий, изменение режима дня, оценку родителем/опекуном качества сна и гигиены полости рта ребенка во время социального дистанцирования. Также проводился анализ результатов ответов родителей/опекунов о нарушениях инициирования и поддержания сна (DIMS), нарушении дыхания во время сна (SBD), расстройствах возбуждения (DA – лунатизм, ночные страхи, кошмары), нарушениях перехода от сна к бодрствованию (SWTD – гипнотические подергивания, расстройство ритмических движений, гипнагогические галлюцинации, ночные гиперкинезы, бруксизм), расстройствах чрезмерной сонливости (DOES) и гипергидрозе во время сна (SHY) по вопросам португальской версии Шкалы нарушений сна для детей (SDSC).

**Результаты**

В исследовании принимали участие 253 родителя/опекуна. 50,2% семей родом из Бразилии, 49,8% из Португалии. Большинство детей были мужского пола (52,2%) и посещали школьные онлайн-занятия во время самоизоляции (77,5%). Средний возраст детей составил 7,5 лет±3,4 лет.

Большинство родителей/опекунов отметили изменения режима у своих детей во время социальной изоляции (72,2%). 42,7% родителей отметили низкое качество сна у своих детей в период социального дистанцирования. 22,9% родителей отметили низкий уровень гигиены полости рта у своих детей в период самоизоляции.

У детей, уровень гигиены полости рта которых снизился в период социального дистанцирования, выявлены более высокие значения SBD и SWTD по сравнению с детьми, гигиена которых осталась на прежнем уровне. У детей, уровень гигиены полости рта которых снизился в период социального дистанцирования, выявлены более высокие значения DOES по сравнению с детьми, уровень гигиены которых улучшился или остался неизменным в период социального дистанцирования.

**Вывод**

Настоящие результаты демонстрируют, что в период социального дистанцирования существовала взаимосвязь нарушений сна и низкого уровня гигиены полости рта.

\*Указатели ссылок в квадратных скобках соответствуют списку литературы в первоисточнике.