

Narkolepsja

Jest to zespół chorobowy, który polega na występowaniu w ciągu dnia niepohamowanych napadów krótkotrwałego snu, najczęściej pod wpływem silnych emocji (np. strach). Stany te trwają zazwyczaj około 10-20min i pojawiają się kilka razy w ciągu dnia.

Napadom narkolepsji często towarzyszy katapleksja- epizody nagłej, przemijającej utraty napięcia i siły mięśni kończyn lub tułowia pod wpływem nagłych emocji. W tym czasie człowiek jest niezdolny do wykonania jakichkolwiek ruchów, jednak nie dochodzi do przerwania pracy mięśni przepony, dzięki czemu można oddychać. Człowiek w stanie katapleksji jest przytomny i zdaje sobie sprawę z tego co się dzieje, pomimo tego, że nie może otworzyć oczu. Napad katapleksji trwa zazwyczaj kilka minut i może się powtarzać wiele razy w ciągu dnia. Katapleksja występuje u około 90% osób chorych na narkolepsję. U około 4 na 10 osób chorych występuje tzw. porażenie przysenne- kilkuminutowa niezdolność do poruszania się i mówienia, która pojawia się przed zaśnięciem.

Kolejną dolegliwością dotyczącą osoby chore na narkolepsję są omamy przysenne. Inaczej nazywane są omamami hipnagogicznymi- żywe, często przerażające doświadczenia senne, które pojawiają się w czasie drzemki, podczas zasypiania bądź zbudzenia się.

Pojawiają się również zachowania samoczynne. Polegają na tym, że osoba kontynuuje swoje zachowanie (np. dalej prowadzi rozmowę) podczas epizodu snu, ale po przebudzeniu nie pamięta co się działo i co robiła. Utrzymuje się, że do 40% ludzi z narkolepsją doświadczą samoczynnych zachowań podczas snu.

Przyczyny:

Narkolepsja należy do chorób dziedzicznych. Ryzyko zachorowania z przyczyn dziedzicznych jest około 10 razy większe niż u osób, które nie mają i nie miały w rodzinie takiego przypadku. Przyczyny choroby nie są do końca znane. Prawdopodobnie powodem zasypiania w ciągu dnia jest brak faz REM podczas snu dobowego, której braki są nadrabiane podczas ataków narkoleptycznych. Obecnie narkolepsja wiązana jest z brakiem komórek wytwarzających hipokretynę i uważana za chorobę mózgu. Początek tego schorzenia pojawia się zwykle w młodości lub w wieku 35-40 lat.

Objawy:

- nadmierna senność w ciągu dnia- nie można nad nią zapanować
- rozbity sen nocny- z częstymi przebudzeniami

- katapleksja
- porażenia senne
- omamy hipnagogiczne
- zachowania samoczynne

Tylko około 20-25% ludzi z narkolepsją doświadcza wszystkich objawów. Zbyt duża senność w ciągu dnia generalnie utrzymuje się przez całe życie, ale pozostałe mogą ustać.

Leczenie:

Narkolepsji nie da się wyleczyć. Stosuje się leczenie farmakologiczne, aby złagodzić objawy.

- leki pobudzające pracę mózgu
- leki przeciwdepresyjne

Poza leczeniem farmakologicznym poleca się profilaktyczne 15-20minutowe drzemki w ciągu dnia. Ich efekt utrzymuje się zwykle około 2 godzin.