

Ροχαλίζει το παιδί σας; Δώστε σημασία στη συμπεριφορά του

[/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Θα μπορούσατε ποτέ να σκεφτείτε να συνδυάσετε το ροχαλητό του παιδιού σας με ενδεχόμενα προβλήματα στη συμπεριφορά του; Το πιθανότερο είναι πως όχι. Και όμως. Κάποιες έρευνες συσχετίζουν το ροχαλητό στα μικρά παιδιά με προβλήματα συμπεριφοράς των παιδιών αυτών. Πως συνδέονται αυτά τα δύο και τι ακριβώς διαπίστωσαν οι επιστήμονες διαβάστε το αμέσως.

Του Εμμανουήλ Πολυζόπουλου -Ψυχίατρου - Ψυχοθεραπευτή

Οι γονείς πρέπει να γνωρίζουν ότι το επίμονο ροχαλητό από παιδιά προσχολικής ηλικίας δεν είναι φυσιολογικό, λέει ο επικεφαλής συγγραφέας της έκθεσης (Πηγή: Darren Hendley / iStockphoto) Τα παιδιά προσχολικής ηλικίας που συνήθως ροχαλίζουν μπορεί να διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο προβλημάτων συμπεριφοράς σε σχέση με άλλα παιδιά της ηλικίας τους, σύμφωνα με μια αμερικανική μελέτη.

Οι έρευνες, που ανακοίνωσαν οι ερευνητές με επικεφαλής τον Dean Beebe, του Νοσοκομείου Ιατρικό Σινσινάτι Παίδων και δημοσιεύτηκαν στο περιοδικό Pediatrics, διαπίστωσε ότι παιδιά δύο και τριών ετών που ροχαλίζουν δυνατά, τουλάχιστον μια-

δυο φορές την εβδομάδα τείνουν να έχουν περισσότερα προβλήματα με έλλειψη προσοχής και υπερκινητικότητα έως και την ανάπτυξη της ΔΕΠΥ (Διαταραχής Ελαττωματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητα).

Τα ευρήματα δεν αποδεικνύουν ότι μπορούν άμεσα τα αναπνευστικά προβλήματα να οδηγήσουν σε προβλήματα συμπεριφοράς αλλά ότι η θεραπεία της υποκείμενης αιτίας του ροχαλητού μπορεί να βελτιώσει τη συμπεριφορά των παιδιών.

«Τα παιδιά να ροχαλίζουν μερικές φορές, ειδικά όταν έχουν ένα κρυολόγημα», λέει ο Beebe. «Τα προβλήματα αρχίζουν όταν το ροχαλητό επιμένει για μακρύ χρονικό διάστημα και αυτό θα πρέπει να προκαλέσει την προσοχή των γονέων και να το αναφέρουν στον παιδίατρο τους».

Η μελέτη προσθέτει και άλλους παράγοντες που συνδέονται με τη συμπεριφορά των παιδιών την λεγόμενη υπνική άπνοια – όταν τα παιδιά που χρονίως ροχαλίζουν, η από στόματος αναπνοή διακόπτεται για μερικά δευτερόλεπτα.

Στην μελέτη, 249 παιδιά παρακολούθηθηκαν από τη γέννηση τους έως την ηλικία των τριών ετών. Συνολικά, 9% βρέθηκε ότι ροχαλίζουν επίμονα , τουλάχιστον δύο φορές την εβδομάδα στην ηλικία των 2 ετών, με βάση τις αναφορές των γονέων. Ένα άλλο 23% ροχαλίζαν τουλάχιστον δύο φορές την εβδομάδα σε ηλικία 3 ετών. Το υπόλοιπο των παιδιών, το 68%, δεν ροχαλίζαν.

Συνολικά, το 35% των παιδιών που ροχαλίζουν επίμονα, σκόραρε αρκετά υψηλά σε ένα τυποποιημένο ερωτηματολόγιο ανίχνευσης «κινδύνου» ανάπτυξης συμπεριφορικής διαταραχής, χωρίς ωστόσο να σημαίνει ότι τελικώς ανέπτυξαν στο μέλλον ΔΕΠΥ.

Η κακή ποιότητα του ύπνου

Υπάρχουν λόγοι να πιστεύουμε ότι η υπνική άπνοια θα μπορούσε να επηρεάσει τη συμπεριφορά των παιδιών. Ένας λόγος είναι ότι η κακή ποιότητα ύπνου θα μπορούσε να τα κάνει ευερέθιστα, κακόκεφα ή να κουράζονται εύκολα.

Με βάση έρευνες σε πειραματόζωα, είναι πιθανό ότι η άπνοια προκαλεί μείωση στα επίπεδα του οξυγόνου στο αίμα και αυτό μπορεί να προκαλέσει επιπτώσεις στην εγκεφαλική λειτουργία.

Καλό είναι οι γονείς να γνωρίζουν ότι το επίμονο ροχαλητό δεν είναι «φυσιολογικό» και είναι κάτι που θα πρέπει να ενημερώνουν τον παιδίατρο τους.

Πηγή: iatropedia.gr