

# Προάγγελος άνοιας και Πάρκινσον τα ανήσυχα όνειρα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Αν ο σύντροφός σας στριφογυρνάει στον ύπνο του και βλέπει «ζωντανά» όνειρα, κάνοντας κινήσεις που σας ξυπνούν, μπορεί να διατρέχει αυξημένο κίνδυνο να εκδηλώσει μια μορφής άνοιας ή νόσο του Πάρκινσον.

Μια νέα μελέτη αποκαλύπτει ότι αυτού του είδους - και ορισμένες άλλες - διαταραχές του ύπνου αποτελούν ύποπτες ενδείξεις νευρολογικών προβλημάτων, που μάλιστα εκδηλώνονται έως και 15 χρόνια πριν την εμφάνιση των κλασικών συμπτωμάτων των ασθενειών αυτών.

Τη σχετική μελέτη πραγματοποίησαν канаδοί επιστήμονες, οι οποίοι κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι η επονομαζόμενη διαταραχή συμπεριφοράς κατά τον ύπνο REM (ή εν συντομία σύνδρομο RBD) αποτελεί τον ισχυρότερο προάγγελο των νευροεκφυλιστικών παθήσεων.

Η διαταραχή αυτή χαρακτηρίζεται από αυξημένη κινητικότητα στο στάδιο REM του ύπνου, όταν φυσιολογικά το άτομο θα έπρεπε να βλέπει όνειρα και να είναι

εντελώς ακίνητο.

Ο δρ Τζων Πήβερ, καθηγητής στο Τμήμα Κυτταρικής & Συστημικής Βιολογίας του Πανεπιστημίου του Τορόντο, υπολογίζει ότι το 80% των πασχόντων από σοβαρό σύνδρομο RBD εκδηλώνουν τελικά μια νευροεκφυλιστική νόσο, όπως η άνοια με σωματία Lewy και η νόσος Πάρκινσον.

Οι πάσχοντες από σύνδρομο RBD υποφέρουν από υπνηλία όταν ξυπνούν, επειδή ο ανήσυχος ύπνος δεν τους επιτρέπει να ξεκουραστούν, ενώ μερικές φορές οι κινήσεις τους στη διάρκεια του ύπνου είναι τόσο βίαιες, ώστε τραυματίζουν τον εαυτό τους ή τον/την σύντροφό τους που κοιμάται δίπλα τους.

Ο δρ Πήβερ, ο οποίος παρουσίασε τα συμπεράσματά του στο ετήσιο συνέδριο της Καναδικής Εταιρείας Νευροεπιστήμης, πιστεύει ότι το σύνδρομο RBD οφείλεται σε δυσλειτουργία των κυττάρων στο στέλεχος του εγκεφάλου.

Όταν τα κύτταρα αυτά, που λέγονται REM-ενεργοί νευρώνες, λειτουργούν φυσιολογικά, «παραλύουν» το κοιμισμένο σώμα ώστε να μην αντιδρούμε στα όνειρα που βλέπουμε.

Φυσιολογικά, τα κύτταρα αυτά ενεργοποιούνται όταν ο εγκέφαλος μπει στο στάδιο του βαθέως ύπνου (στάδιο REM του ύπνου), κατά το οποίο τα μάτια κινούνται γρήγορα πίσω από τα κλειστά βλέφαρά μας και βλέπουμε όνειρα.

Στους πάσχοντες από σύνδρομο RBD, όμως, οι REM-ενεργοί νευρώνες δεν ενεργοποιούνται ποτέ, με συνέπεια το σώμα να κινείται σε αντίδραση στα όνειρα.

Τα ίδια κύτταρα φαίνεται ότι παίζουν ρόλο στις νευροεκφυλιστικές παθήσεις, δεδομένου ότι οκτώ στους δέκα πάσχοντες από αυτή τη διαταραχή τις εκδηλώνουν πολλά χρόνια αργότερα, είπε ο δρ Πήβερ στο συνέδριο.

Και πρόσθεσε πως η εξεύρεση κάποιου συμπτώματος που θα αποτελεί προάγγελο των ασθενειών αυτών, θα δίνει την ευκαιρία στα άτομα υψηλού κινδύνου να υιοθετούν έναν πιο υγιεινό τρόπο ζωής, ώστε να καθυστερήσουν όσο είναι αυτό δυνατόν την ανάπτυξή τους.

ΠΗΓΗ: [tanea.gr](http://tanea.gr)