

عوارض جبران ناپذیر بی خوابی بر عملکرد مغز / بروز اختلالات خواب از سن ۳۰ تا ۵۰ سالگی

دبیر علمی پنجمین همایش بین المللی نقشه برداری مغز ایران گفت: بیشتری بیماری‌های اختلالات خواب در سن ۳۰ تا ۵۰ سالگی بروز می‌کند و بی‌خوابی منجر به از بین رفتن سلول‌های مغز خواهد شد.

به گزارش ایسکانیوز، مسعود طهماسیان عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در حاشیه پنجمین همایش نقشه برداری مغز ایران گفت: جدیدترین یافته‌های متاآنالیز یا فراتحلیل در حوزه‌های مختلف اختلالات خواب مثل آپنه و بی‌خوابی در این همایش مورد بحث و بررسی قرار خواهد گرفت.

وی افزود: اختلالات خواب در سنین کودکی تا بزرگسالی مشاهده می‌شود که عموماً در بزرگسالان بیماری‌های لوزه منجر به اختلالات خواب خواهد شد.

بیشتر بیماری‌های خواب مثل آپنه در سن ۳۰ تا ۵۰ سالگی مشاهده می‌شود

طهماسیان با بیان اینکه شروع اختلالات خواب در سنین نوجوانی و جوانی بیشتر مشاهده می‌شود، گفت: بیشتر بیماری‌های خواب مثل آپنه در سن ۳۰ تا ۵۰ سالگی مشاهده می‌شود.

دبیر علمی پنجمین همایش نقشه برداری مغز ایران با بیان اینکه بی‌خوابی عوارض جبران ناپذیری در عملکرد مغز افراد وارد می‌کند، توضیح داد: تحقیقات نشان داده ۲۴ ساعت بی‌خوابی می‌تواند تغییرات خطرناک و غیرقابل بازگشتی در مغز داشته باشد به طوری که سلول‌های مغز با بی‌خوابی بیش از حد از بین خواهد رفت.

وی گفت: بسیاری از اختلالات باعث بروز بیماری‌هایی مانند دمانس، آلزایمر و افسردگی می‌شود. همچنین اختلالات خواب تا ۵ برابر ریسک ابتلا به آلزایمر را بالا می‌برد.

در حال حاضر حدود ۳۰ درصد افراد جهان علائم اختلالات خواب را دارند و ۱۰ درصد با مشکلات بی‌خوابی دست و پنجه نرم می‌کنند

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی ادامه داد: اختلالات خواب با داروهای موجود درمان پذیر است اما متأسفانه از آنجا که مصرف خودسرانه دارو در کشور ما شیوع بالایی دارد باعث تشدید اختلالات خواب شده است.

طهماسیان افزود: در حال حاضر حدود ۳۰ درصد افراد جهان علائم اختلالات خواب را دارند و ۱۰ درصد با مشکلات بی‌خوابی دست و پنجه نرم می‌کنند.

وی در پایان گفت: کلینیک‌های خواب نقش بسزایی در تشخیص بیماری‌های اختلالات خواب دارند اما باید توسعه بیشتری در این زمینه انجام گیرد.