

Κληρονομική η υπνοβασία



Η υπνοβασία έχει μια

έντονα κληρονομική διάσταση, σύμφωνα με μια νέα канаδική επιστημονική έρευνα, που διαπίστωσε για πρώτη φορά ότι αν γονείς είναι υπνοβάτες, υπάρχει πολύ μεγάλη πιθανότητα και το παιδί τους να είναι επίσης υπνοβάτης.

Οι ερευνητές, με επικεφαλής τον Ζακ Μονπλεζίρ του Νοσοκομείου της Ιεράς Καρδίας του Μόντρεαλ, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο αμερικανικό παιδιατρικό περιοδικό «JAMA Pediatrics», μελέτησαν στοιχεία για 1.940 παιδιά. Όπως διαπιστώθηκε, πάνω από το 60% των παιδιών γίνονται κάποια στιγμή υπνοβάτες, αν και οι δύο γονείς τους είναι υπνοβάτες.

Η υπνοβασία είναι μια αρκετά συνηθισμένη παιδική διαταραχή του ύπνου, η οποία συνήθως εξαφανίζεται κατά την εφηβεία, αν και μερικές φορές επιμένει -ή εμφανίζεται- μετά την ενηλικίωση. Η υπνοβασία, μαζί με τον λεγόμενο «νυχτερινό τρόμο» (που χαρακτηρίζεται από έντονο φόβο και κραυγές του παιδιού μέσα στη νύχτα), ανήκουν στην κατηγορία των παραϋπνιών (parasomnias). Οι δύο αυτές διαταραχές του ύπνου έχουν αρκετά κοινά χαρακτηριστικά, γι' αυτό εξετάστηκαν παράλληλα από τους канаδούς επιστήμονες.

Η έρευνα έδειξε ότι πάνω από τα μισά παιδιά ηλικίας ενάμισι έτους έως 13 ετών (το 56%) εμφανίζουν κάποια στιγμή νυχτερινούς τρόμους. Στην ηλικία του ενάμισι έτους η συχνότητα εμφάνισης της διαταραχής αφορά πάνω από το ένα τρίτο των παιδιών (34,4%), ενώ στα 13 τους το ποσοστό έχει περιορισθεί στο 5,3%.

Όσον αφορά την υπνοβασία, σε ηλικία δυόμισι έως 13 ετών το ποσοστό εμφάνισης στα παιδιά φθάνει το 29,1%. Η διαταραχή είναι σπανιότερη στην προσχολική ηλικία, ενώ στα δεκάχρονα παιδιά φθάνει το 13,4%.

Σύμφωνα με την μελέτη, τα μικρά παιδιά έως τριών ετών που έχουν νυχτερινούς τρόμους, είναι πιθανότερο (ποσοστό 34,4%) να εμφανίσουν και υπνοβασία έως την ηλικία των πέντε ετών, σε σχέση με τα παιδιά που ποτέ δεν είχαν νυχτερινούς τρόμους (21,7%).

Όσο πιο έντονο ιστορικό υπνοβασίας υπάρχει στην οικογένεια, τόσο πιο πιθανό είναι να γίνει υπνοβάτης και το παιδί. Τα παιδιά, των οποίων ο ένας γονέας ήταν υπνοβάτης, έχουν τριπλάσια πιθανότητα να γίνουν επίσης υπνοβάτες, σε σχέση με τα παιδιά που κανένας γονέας τους δεν υπνοβατούσε. Αν και οι δύο γονείς ήσαν υπνοβάτες, τότε είναι σχεδόν επταπλάσια η πιθανότητα να γίνει και το παιδί τους υπνοβάτης.

Αν ένα παιδί δεν είχε κανένα γονέα υπνοβάτη, τότε η πιθανότητα να υπνοβατήσει το ίδιο, είναι 22,5%. Με ένα γονέα υπνοβάτη, το ποσοστό ανεβαίνει στο 47,4%, ενώ και με τους δύο γονείς υπνοβάτες, στο 61,5%.

«Τα ευρήματα της μελέτης δείχνουν ότι υπάρχει ισχυρή γενετική επιρροή στην υπνοβασία και, σε μικρότερο βαθμό, στους νυχτερινούς τρόμους», ανέφεραν οι ερευνητές και προειδοποίησαν τους γονείς που υπνοβατούν, να προετοιμασθούν γιατί και τα παιδιά τους μπορεί να κάνουν το ίδιο.

Πηγή: ikypros.com