

61

## Jak śpi Twoje dziecko?

**Problemy ze snem, szczególnie u najmłodszych, są bardzo niebezpieczne dla ich prawidłowego rozwoju. Niestety, część tych zaburzeń jest wynikiem chorób układu nerwowego. Jak to sprawdzić?**

Pewnie każdy z nas doświadczył trudów nieprzespanej nocy. Wstawał, przekręcał się z boku na bok i wyczekiwał poranka. Choć czasem trudno było znaleźć bezpośredni powód tego stanu, to efekt – czyli to, jak trudno było przetrwać nadchodzący dzień – był niestety bolesnym faktem.

Dokładne zbadanie czynników, wpływających na **jakość snu**, szczególnie w okresie rozwoju, jest bardzo ważnym elementem, który może pomóc w prawidłowym zdiagnozowaniu różnych nieprawidłowości. „Jest to konieczne nie tylko dla lepszego poznania istoty tych zaburzeń, ale również dla wyboru prawidłowego sposobu postępowania i leczenia” – tłumaczy prof. Marek Kaciński, kierownik **Katedry Neurologii Dzieci i Młodzieży Collegium Medicum**, gdzie prowadzone są badania nad snem.

Ze snem nie ma żartów. Stanowi on niezbędną część ludzkiego życia. Jest szczególnie ważny u dzieci i młodzieży, ponieważ wpływa na ich rozwój i to, jak wygląda ich aktywność w ciągu dnia. Związane jest to z tym, że sen znajduje się pod ścisłą kontrolą **układu nerwowego**, który także odpowiada za zdolność uczenia się i koncentracji. Spokojny sen zaburzyć mogą przykre doświadczenia dnia czy choroby różnych narządów, w tym przede wszystkim układu oddechowego (chrapanie, bezdech). Jednak naprawdę ciężkie zaburzenia są wynikiem chorób układu nerwowego, często o charakterze napadowym, jak np. **padaczki**.

### Sen pod ścisłą kontrolą

Obecnie badanie snu przeprowadza się przy użyciu złożonego aparatu cyfrowego do **polisomnografii**. Jest to urządzenie, które jednocześnie rejestruje zachowanie dziecka, czynność bioelektryczną mózgu (EEG), czynność oddychania, pracę serca, napięcie mięśniowe czy ruch gałek ocznych. Następnie należy odpowiednio powiązać ze sobą zebrane w ten sposób informacje, aby ustalić przyczyny zaburzeń. W związku z tym, że jest to badanie bardzo czasochłonne i drogie, a u noworodków i najmłodszych dzieci trudne do wykonania, naukowcy z UJ poszukują innych sposobów, dzięki którym będzie można znaleźć przyczynę tych zaburzeń. Szukają oni informacji we krwi pacjenta. Badacze analizują np. czynniki, które występują przy stanie zapalnym oraz białka, które są wskaźnikami uszkodzeń komórek nerwowych. Badania te prowadzone są równocześnie z badaniami polisomnograficznymi, po to, aby skorelować otrzymane wyniki. Dotychczas przeanalizowano zachowanie się cytokin (wskaźników stanu zapalnego), przed zaśnięciem i po napadzie we śnie lub po co najmniej 2,5-godzinnej rejestracji. Jednak nie udało się na tej podstawie wskazać ścisłej zależności pomiędzy ich stężeniem a wynikami polisomnograficznymi.

Należy zdawać sobie sprawę, że zaburzenia snu prowadzą do spadku koncentracji i uwagi, pogarszają pamięć, myślenie, mowę i w ogóle jakość życia. Stąd tak ważne jest, aby odpowiednio wcześnie i prawidłowo diagnozować ich podłoże. Ustalenie istotnego znaczenia któregoś markera obwodowego w zaburzeniach snu u dzieci, miałyby ogromne znaczenie praktyczne, umożliwiłoby bowiem skuteczne i szybkie ich leczenie.



Badanie polisomnograficzne w Katedrze Neurologii Dzieci i Młodzieży UJ CM, fot. Spheresis

## Wydział Lekarski

Informacja o zespole badawczym znajduje się na str. 97

sen bezdechy  
czynniki obwodowe  
padaczka

chcę  
to  
opublikować

[www.cittru.uj.edu.pl/  
/projektor/61.pdf](http://www.cittru.uj.edu.pl/projektor/61.pdf)

chcę  
wiedzieć  
więcej

tel. (12) 663 38 21  
e-mail:  
[justyna.jaskulska@uj.edu.pl](mailto:justyna.jaskulska@uj.edu.pl)

chcę  
o tym  
pamiętać

[www.facebook.com/  
/nimb.cittru](https://www.facebook.com/nimb.cittru)