

Abnormální chování ve spánku

Parasomnie a jiné poruchy

Co to jsou Non-REM parasomnie?

Non-REM parasomnie představují abnormální chování obvykle během první poloviny spánku. Převážně se vyskytují u dětí ve formě **nočních děsů, probuzení se zmateností** nebo **náměsíčnictví**.



Zejména noční děsy a probuzení se zmateností jsou vysoce stresující pro dítě i rodiče. U náměsíčnictví může hrozit poranění pacienta po opuštění lůžka (např. pády ze schodů).



Co to jsou REM parasomnie?

REM parasomnie se objevují zejména ve druhé polovině noci, kdy převažuje REM spánek. Vyskytují se častěji u dospělých pacientů jako **porucha chování v REM spánku (RBD)**, **noční můry** nebo **spánková paralýza**.

Hlavně v případě RBD hrozí poranění pacienta nebo jeho blízké osoby sdílející lůžko.

Jak postupovat u podezření parasomnií?

U pacientů s opakovaným abnormálním chováním ve spánku je vhodné **pořídit videozáznam** na mobilní telefon a konzultovat jej u praktického lékaře, který zváží indikaci k vyšetření ve spánkovém centru. U některých pacientů postačí odběr anamnézy a přehlédnutí videozáznamu.

Část pacientů musí podstoupit noční videopolysomnografické vyšetření s rozšířenou EEG monitorací k **vyloučení nočních epileptických záchvatů**.

Jak lze řešit parasomnie?

Léčebný přístup k parasomniím závisí na věku pacienta, typu a frekvenci výskytu parasomnie a na klinickému významu pro pacienta. Využívá se kombinace **režimových opatření**, **psychoterapie** anebo cílené **medikační léčby**. U dětí mají parasomnie tendenci odeznívat s věkem.