

# Parasomnie – prehľad pre klinickú prax

**MUDr. Lucia Račanská**

Psychiatrická nemocnice Kosmonosy

Parasomnie sú poruchy spánku, z nich niektoré majú väzbu na určité spánkové štádium. NREM (non-rapid eye movement) parasomnie – tiež nazývané ako poruchy prebúdzania z NREM spánku – sú somnambulizmus, pavor nocturnus, prebúdzanie so zmätenosťou. Poväčšine majú benigný charakter, najväčším nebezpečenstvom je možnosť vzniku tramatu následkom epizódy parasomnie. Najčastejšie vznikajú v detstve a so vzrastajúcim vekom zanikajú. Ak vzniknú v dospelosti, môže to byť na podklade psychopatológie, asociované sú s úzkostne-depresívnou symptomatikou alebo abúsom návykových látok či alkoholu. K REM (rapid eye movement) parasomniám patria nočné mory, rekurentná izolovaná spánková paralýza a porucha chovania v REM spánku. Občasné nočné mory sa vyskytujú vo väčšine detskej populácie, pri vysokej frekvencii epizód s ťažko dysforickými snami, môžeme hovoriť o poruche s nočnými morami. V dospelosti je táto porucha asociovaná s komorbídnou psychopatológiou, najmä posttraumatickou stresovou poruchou. Porucha chovania v REM spánku má vysokú koreláciu so synukleínopatiami, môže sa objaviť ako prvý príznak neurodegeneratívneho ochorenia, niekedy až roky pred prvými typickými symptómami daného ochorenia.

**Kľúčové slová:** parasomnia, somnambulizmus, prebúdzanie so zmätenosťou, pavor nocturnus, porucha chovania v REM spánku, nočné mory.

## Parasomnias – overview for clinical use

Parasomnias are sleep disorders, some of which are connected to specific sleep phases. Among NREM (non-rapid eye movement) parasomnias belong somnambulism or sleep walking, pavor nocturnus or sleep terrors, confusional arousal. Most of the time they are benign, the biggest danger is occurrence of injuries as a consequence of episode of parasomnia. The onset is most common in childhood and they disappear with age. The onset in adulthood can be due to psychopathology, based on research there is association with anxiety and depressive disorders or with alcoholism or substance abuse. Among REM (rapid eye movement) parasomnias belong nightmare disorder, recurrent isolated sleep paralysis and REM sleep behavior disorder (RBD). Occasional nightmares occur in most of children, if the frequency of the episodes is too high and the dreams are quite distressing, we can talk about nightmare disorder. In adulthood it's associated with comorbid psychopathology, most commonly post-traumatic stress disorder. REM sleep behavior disorder has high correlation with synucleinopathies. It can be one of the first symptoms of neurodegenerative disease, sometimes years before disease-specific symptoms appear.

**Key words:** parasomnia, somnambulism, confusional arousals, sleep terrors, REM sleep behavior disorder, nightmare disorder.

## Úvod

Slovo parasomnia pochádza z gréckeho para – pri, somnia – spánok. Parasomnie sú definované podľa ICSD-3 (1) ako nežiaduce udalosti alebo zážitky, ktoré sa stanú behom zaspávania, počas spánku alebo zobúdzania. Objavujú sa epizodicky počas spánku, môžu byť asociované so špecifický-

mi spánkovými fázami. Podľa tohto sa rozdeľujú na NREM, REM parasomnie a parasomnie bez väzby na spánkové štádium – iné parasomnie. K NREM parasomniám patrí prebúdzanie so zmätenosťou, somnambulizmus – námesačnosť, pavor nocturnus – nočné desy, porucha príjmu potravy viazaná na spánok. Majú benigný charakter, ale v určitých

prípadoch môže dochádzať aj k závažným úrazom v súvislosti s konaním pacienta počas nočnej epizódy. K REM parasomniám patrí porucha chovania v REM spánku (RBD), ktorá sa môže objavovať ako prvý príznak neurodegeneratívneho ochorenia, rekurentná izolovaná spánková paralýza a porucha s nočnými morami, ktorá je v dospelosti asoci-