

Disturbi Psicologici - Sonnambulo - Sonnambulismo - Disturbo del sonno - POSSIBILI CAUSE - A COSA PUO' PORTARE

Salute e Benessere

Inviato da : Angela Vivo

Pubblicato il : 21/9/2024 9:50:00



Disturbi Psicologici - Il Sonnambulismo e' una parasonnia motoria. Inizia nella prima parte della notte (stadio 3 e 4 del sonno NREM), e dura mediamente 15 minuti, poi il soggetto torna a letto o si risveglia da solo, senza ricordarsi dell'accaduto. Normalmente, durante l'episodio di sonnambulismo, la persona non reagisce agli stimoli dell'ambiente esterno, ma svegliandolo, puo' esserci una reazione aggressiva o di confusione.



CARATTERISTICHE:

Il Sonnambulismo e' una parasonnia motoria.

Inizia nella prima parte della notte (stadio 3 e 4 del sonno NREM), e dura mediamente 15 minuti, poi il soggetto torna a letto o si risveglia da solo, senza ricordarsi dell'accaduto.

Normalmente, durante l'episodio di sonnambulismo, la persona non reagisce agli stimoli dell'ambiente esterno, ma svegliandolo, puo' esserci una reazione aggressiva o di confusione.

I comportamenti che puo' assumere un sonnambulo sono vari:

vedersi sul letto, mangiare o bere, pizzicare la coperta, camminare per casa, sulle scale o fuori.

Soltamente i comportamenti del sonnambulo non sono complessi, ma a volte, può anche uscire dalla finestra o accendere macchinari.

Il sonnambulismo compare di solito per la prima volta tra i 4 e gli 8 anni, con picco all'età di 12.

Normalmente è ritenuto un fenomeno transitorio non preoccupante e scompare da solo verso i 15 anni.

Se gli episodi invece iniziano nell'età adulta e si protraggono nel tempo, possono esservi alterazioni psicopatologiche alla base.

Attacchi frequenti e più severi di sonnambulismo possono provocare insonnia.

Il fenomeno è stato riscontrato in egual modo in entrambi i sessi.

POSSIBILI CAUSE:

- Difficoltà a coordinare i centri che controllano il passaggio dal sonno alla veglia
- Stress psicosociale
- Uso di alcol o sedativi
- Stimoli interni (vescica dilatata) ed esterni (rumori)
- Pare che vi sia una componente ereditaria

SINTOMI:

- Il soggetto si allontana dal letto durante il sonno e cammina nei dintorni

- Presenta un'espressione vuota

- Non ha nessuna reazione nei confronti di chi cerca di svegliarlo al risveglio

- Non ricorda l'accaduto

A COSA PUO' PORTARE:

- Disagio sociale in quanto la persona potrebbe evitare di partecipare ad attivita' in cui potrebbe rivelarsi il suo disturbo, come vacanze con gli amici ecc..

- Disagio lavorativo, nei casi in cui il sonnambulismo provochi insonnia

A

A